**Рекомендуемые среднесуточные нормы питания в дошкольной организации**

**(г, мл, на 1 ребенка)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование пищевого продукта или группы пищевых продуктов** | **Количество продуктов в зависимости от возраста детей** | | | |
|  | **в г, мл, брутто2** | | **в г, мл, нетто** | |
|  | **1—3 года** | 3—7 **лет** | **1—3 года** | **3**—**7 лет** |
| Молоко с м.д.ж. 2,5—3,2%, в том числе кисломолочные продукты с м.д.ж. 2,5— 3,2%3 | 390 | 450 | 390 | 450 |
| Творог, творожные изделия для детско­го питания с м.д.ж. не более 9% и ки­слотностью не более 150 °Т | 30 | 40 | 30 | 40 |
| Сметана с м.д.ж. не более 15% | 9 | 11 | 9 | 11 |
| Сыр неострых сортов твердый и мягкий | 4,3 | 6,4 | 4 | 6 |
| Мясо (говядина 1 кат. бескостная/говядина 1 кат. на костях)4 | 55/68 | 60,5/75 | 50 | 55 |
| Птица (куры 1 кат. потр./цыплята-бройлеры 1 кат. потр./индейка 1 кат потр.)4 | 23/23/22 | 27/27/26 | 20 | 24 |
| Рыба (филе), в том числе филе слабо-или малосоленое | 37 | 39 | 32 | 37 |
| Колбасные изделия для питания до­школьников | 5 | 7 | 4,9 | 6,9 |
| Яйцо куриное диетическое | 0,5 шт. | 0,6 шт. | 20 | 24 |
| Картофель: с 01.09 по 31.10 | 160 | 187 | 120 | 140 |
| с 31.10 по 31.12 | 172 | 200 | 120 | 140 |
| с 31.12 по 28.02 | 185 | 215 | 120 | 140 |
| с 29.02 по 01.09 | 200 | 234 | 120 | 140 |
| Овощи, зелень4 | 256 | 325 | 205 | 260 |
| Фрукты (плоды) свежие4 | 108 | 114 | 95 | 100 |
| Фрукты (плоды) сухие | 9 | 11 | 9 | 11 |
| Соки фруктовые (овощные) | 100 | 100 | 100 | 100 |
| Напитки витаминизированные (готовый напиток) | — | 50 | — | 50 |
| Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 40 | 50 | 40 | 50 |
| Хлеб пшеничный или хлеб зерновой | 70 | 100 | 70 | 100 |
| Крупы (злаки), бобовые | 30 | 43 | 30 | 43 |
| Макаронные изделия группы А | 8 | 12 | 8 | 12 |
| Мука пшеничная хлебопекарная | 25 | 29 | 25 | 29 |
| Мука картофельная (крахмал) | 3 | 3 | 3 | 3 |
| Масло коровье сладкосливочное | 22 | 26 | 22 | 26 |
| Масло растительное | 9 | 11 | 9 | 11 |
| Кондитерские изделия | 7 | 20 | 7 | 20 |
| Чай, включая фиточай | 0,5 | 0,6 | 0,5 | 0,6 |
| Какао-порошок | 0,5 | 0,6 | 0,5 | 0,6 |
| Кофейный напиток злаковый (суррогат­ный), в том числе из цикория | 1,0 | 1,2 | 1,0 | 1,2 |
| Дрожжи хлебопекарные | 0,4 | 0,5 | 0.4 | 0,5 |
| Сахар5 | 37 | 47 | 37 | 47 |
| Соль пищевая поваренная | 4 | 6 | 4 | 6 |

1 Допустимы отклонения от рекомендуемых норм питания ±5%.

2 В случае поступления новых видов пищевых продуктов, в том числе и импортных товаров, или в случае поступления нестандартного сырья, нормы отходов и потерь при технологической обработке этого сырья определяются дошкольной организа­цией самостоятельно путем контрольных проработок.

3 Доля кисломолочных продуктов должна составлять 135—150 мл для детей в возрасте 1—3 года и 150—180 мл — для детей 3—7 лет.

4 При использовании другого сырья необходимо делать перерасчет. Масса брутто может меняться в зависимости от исходно­го сырья и сезона года. При формировании меню необходимо обеспечивать выполнение натуральных норм питания в соответ­ствии с данными, приведенными в столбце нетто.

5 В том числе для приготовления блюд и напитков; в случае использования продуктов промышленного выпуска, содержащих сахар (сгущенное молоко, кисели и др.), выдача сахара должна быть уменьшена в соответствии с его количеством, поступающим в составе используемого готового продукта.