**Рекомендуемый ассортимент основных пищевых продуктов для исполь­зования в питании детей в дошкольных организациях:**

**Мясо и мясопродукты:**

* говядина I категории;
* телятина;
* нежирные сорта свинины и баранины;
* мясо птицы охлажденное (курица, индейка),
* мясо кролика;
* сосиски, сардельки (говяжьи), колбасы вареные для детского пита­ния, не чаще чем 1—2 раза в неделю — после тепловой обработки;
* субпродукты говяжьи (печень, язык).

**Рыба и рыбопродукты** — треска, горбуша, лосось, хек, минтай, ледя­ная рыба, судак, сельдь (соленая), морепродукты.

**Яйца куриные** — в виде омлетов или в вареном виде.

**Молоко и молочные продукты:**

* молоко (2,5%, 3,2% жирности), пастеризованное, стерилизованное, сухое;
* сгущенное молоко (цельное и с сахаром), сгущенно-вареное моло­ко;
* творог не более 9% жирности с кислотностью не более 150 °Т — после термической обработки; творог и творожные изделия про­мышленного выпуска в мелкоштучной упаковке;
* сыр неострых сортов (твердый, полутвердый, мягкий, плавленый — для питания детей дошкольного возраста);
* сметана (10%, 15% жирности) — после термической обработки;
* кисломолочные продукты промышленного выпуска; ряженка, ва­ренец, бифидок, кефир, йогурты, простокваша;
* сливки (10% жирности);
* мороженое (молочное, сливочное).

**Пищевые жиры:**

* сливочное масло (72,5%, 82,5% жирности);

— растительное масло (подсолнечное, кукурузное, соевое — только  
рафинированное; рапсовое, оливковое) — в салаты, винегреты,  
сельдь, вторые блюда;

* маргарин ограниченно для выпечки. Кондитерские изделия:
* зефир, пастила, мармелад;
* шоколад и шоколадные конфеты — не чаще одного раза в неделю;
* галеты, печенье, крекеры, вафли, пряники, кексы (предпочтитель­нее с минимальным количеством пищевых ароматизаторов и кра­сителей);
* пирожные, торты (песочные и бисквитные, без крема);
* джемы, варенье, повидло, мед — промышленного выпуска.

**Овощи:**

* овощи свежие: картофель, капуста белокочанная, капуста красно-кочанная, капуста цветная, брюссельская, брокколи, капуста мор­ская, морковь, свекла, огурцы, томаты, перец сладкий, кабачки, бак­лажаны, патиссоны, лук (зеленый и репчатый), чеснок (с учетом индивидуальной переносимости), петрушка, укроп, листовой салат, щавель, шпинат, сельдерей, брюква, репа, редис, редька, тыква, коренья белые сушеные, томатная паста, томат-пюре;
* овощи быстрозамороженные (очищенные полуфабрикаты): карто­фель, капуста цветная, брюссельская, брокколи, капуста морская, морковь, свекла, перец сладкий, кабачки, баклажаны, лук (репчатый), шпинат, сельдерей, тыква, горошек зеленый, фасоль стручковая.

**Фрукты:**

* яблоки, груши, бананы, слива, персики, абрикосы, ягоды (за исклю­чением клубники, в том числе быстрозамороженные);
* цитрусовые (апельсины, мандарины, лимоны) — с учетом индиви­дуальной переносимости;
* тропические фрукты (манго, киви, ананас, гуава) — с учетом инди­видуальной переносимости;
* сухофрукты.

**Бобовые:** горох, фасоль, соя, чечевица. Орехи: миндаль, фундук, ядро грецкого ореха.

**Соки и напитки:**

* натуральные отечественные и импортные соки и нектары промыш­ленного выпуска (осветленные и с мякотью);
* напитки промышленного выпуска на основе натуральных фруктов;
* витаминизированные напитки промышленного выпуска без консер­вантов и искусственных пищевых добавок;

— кофе (суррогатный), какао, чай.  
**Консервы:**

* говядина тушеная (в виде исключения при отсутствии мяса) для при­готовления первых блюд;
* лосось, сайра (для приготовления супов);
* компоты, фрукты дольками;
* баклажанная и кабачковая икра для детского питания;
* зеленый горошек;
* кукуруза сахарная;
* фасоль стручковая консервированная;
* томаты и огурцы соленые.

**Хлеб** (ржаной, пшеничный или из смеси муки, предпочтительно обога­щенный), крупы, макаронные изделия — все виды без ограничения.

**Соль поваренная йодированная** — в эндемичных по содержанию йода районах.

Дополнительно при наличии финансовых возможностей в питании детей могут использоваться:

* икра осетровая и лососевая зернистая (не чаще 1 раза в 2 недели);
* рыба соленая красная (предпочтительнее горбуша, кета) — не чаще 1 раза в 2 недели.