

**Рекомендуемые суточные наборы продуктов для организации  
питания детей в дошкольных организациях (г, мл, на 1  
ребенка/сутки)**

Наименование пищевого продукта или группы пищевых продуктов	Количество продуктов в зависимости от возраста детей			
	в г, мл, брутто		в г, мл, нетто	
	1-3 года	3-7 лет	1-3 года	3-7 лет
<b>Молоко и кисломолочные продукты с м.д.ж. не ниже 2,5%</b>	<b>390</b>	<b>450</b>	<b>390</b>	<b>450</b>
<b>Творог, творожные изделия с м.д.ж. не менее 5%</b>	<b>30</b>	<b>40</b>	<b>30</b>	<b>40</b>
<b>Сметана с м.д.ж. не более 15%</b>	<b>9</b>	<b>11</b>	<b>9</b>	<b>11</b>
<b>Сыр твердый</b>	<b>4,3</b>	<b>6,4</b>	<b>4</b>	<b>6</b>
<b>Мясо (бескостное/ на кости)</b>	<b>55/68</b>	<b>60,5/75</b>	<b>50</b>	<b>55</b>
<b>Птица (куры 1 кат потр./цыплята-бройлеры 1 кат потр./индейка 1 кат потр.)</b>	<b>23/23/22</b>	<b>27/27/26</b>	<b>20</b>	<b>24</b>
<b>Рыба (филе), в т.ч. филе слабо или малосоленое</b>	<b>34</b>	<b>39</b>	<b>32</b>	<b>37</b>
<b>Колбасные изделия</b>	<b>-</b>	<b>7</b>	<b>-</b>	<b>6,9</b>
<b>Яйцо куриное столовое</b>	<b>0,5 шт.</b>	<b>0,6 шт.</b>	<b>20</b>	<b>24</b>
<b>Картофель: с 01.09 по 31.10</b>	<b>160</b>	<b>187</b>	<b>120</b>	<b>140</b>
<b>с 31.10 по 31.12</b>	<b>172</b>	<b>200</b>	<b>120</b>	<b>140</b>
<b>с 31.12 по 28.02</b>	<b>185</b>	<b>215</b>	<b>120</b>	<b>140</b>
<b>с 29.02 по 01.09</b>	<b>200</b>	<b>234</b>	<b>120</b>	<b>140</b>
<b>Овощи, зелень</b>	<b>256</b>	<b>325</b>	<b>205</b>	<b>260</b>
<b>Фрукты (плоды) свежие</b>	<b>108</b>	<b>114</b>	<b>95</b>	<b>100</b>
<b>Фрукты (плоды) сухие</b>	<b>9</b>	<b>11</b>	<b>9</b>	<b>11</b>

<b>Соки фруктовые (овощные)</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>
<b>Напитки витаминизированные (готовый напиток)</b>	<b>-</b>	<b>50</b>	<b>-</b>	<b>50</b>
<b>Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)</b>	<b>40</b>	<b>50</b>	<b>40</b>	<b>50</b>
<b>Хлеб пшеничный или хлеб зерновой</b>	<b>60</b>	<b>80</b>	<b>60</b>	<b>80</b>
<b>Крупы (злаки), бобовые</b>	<b>30</b>	<b>43</b>	<b>30</b>	<b>43</b>
<b>Макаронные изделия</b>	<b>8</b>	<b>12</b>	<b>8</b>	<b>12</b>
<b>Мука пшеничная хлебопекарная</b>	<b>25</b>	<b>29</b>	<b>25</b>	<b>29</b>
<b>Масло коровье сладкосливочное</b>	<b>18</b>	<b>21</b>	<b>18</b>	<b>21</b>
<b>Масло растительное</b>	<b>9</b>	<b>11</b>	<b>9</b>	<b>11</b>
<b>Кондитерские изделия</b>	<b>7</b>	<b>20</b>	<b>7</b>	<b>20</b>
<b>Чай, включая фиточай</b>	<b>0,5</b>	<b>0,6</b>	<b>0,5</b>	<b>0,6</b>
<b>Какао-порошок</b>	<b>0,5</b>	<b>0,6</b>	<b>0,5</b>	<b>0,6</b>
<b>Кофейный напиток</b>	<b>1,0</b>	<b>1,2</b>	<b>1,0</b>	<b>1,2</b>
<b>Сахар</b>	<b>37</b>	<b>47</b>	<b>37</b>	<b>47</b>
<b>Дрожжи хлебопекарные</b>	<b>0,4</b>	<b>0,5</b>	<b>0,4</b>	<b>0,5</b>
<b>Мука картофельная (крахмал)</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
<b>Соль пищевая поваренная</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>6</b>
<b>Хим состав (без учета т/о)</b>				
<b>Белок, г</b>			<b>59</b>	<b>73</b>
<b>Жир, г</b>			<b>56</b>	<b>69</b>
<b>Углеводы, г</b>			<b>215</b>	<b>275</b>
<b>Энергетическая ценность, ккал</b>			<b>1560</b>	<b>1963</b>