

Таблица 1

Рекомендуемые среднесуточные нормы питания¹ в дошкольных организациях на
10, 5 часов (г, мл, на 1 ребенка)

Наименование пищевого продукта или группы пищевых продуктов	Количество продуктов в зависимости от возраста детей			
	в г, мл, брутто ²		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 т.ч. кисломолочные продукты с м.д.ж. 2,5-3,2% ³	340	390	340	390
Творог, творожные изделия для детского питания с м.д.ж. не более 9% и кислотностью не более 150 ^{0Т}	25	35	25	35
Сметана с м.д.ж. не более 15%	7	9	7	9
Сыр неострых сортов твердый и мягкий	3,7	5,6	3	5
Мясо (говядина 1 кат. бескостная/говядина 1 кат. на костях) ⁴	48/60	53/66	40	45
Птица (куры 1 кат потр./цыплята-бройлеры 1 кат потр./индейка 1 кат потр.) ⁴	20/20/19	23/23/22	18	20
Рыба (филе), в т.ч. филе слабо или малосоленое ⁴	32	34	30	33
Колбасные изделия для питания дошкольников	4	6	3,9	5,9
Яйцо куриное диетическое	0,4 шт.	0,5 шт.	19	22
Картофель: с 01.09 по 31.10	140	163	110	130
с 31.10 по 31.12	150	175	110	130
с 31.12 по 28.02	161	188	110	130
с 29.02 по 01.09	175	204	110	130
Овощи, зелень ⁴	224	284	174	234
Фрукты (плоды) свежие ⁴	94	100	65	75
Фрукты (плоды) сухие	8	9	8	9
Соки фруктовые (овощные)	88	88	88	88
Напитки витаминизированные (готовый напиток)	-	50	-	50
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	35	43	35	43
Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	61	87	61	87
Крупы (злаки), бобовые	26	37	26	37
Макаронные изделия группы А	7	10,5	7	10,5
Мука пшеничная хлебопекарная	22	25	22	25
Мука картофельная (крахмал)	2	2	2	2
Масло коровье сладкосливочное	19	23	19	23
Масло растительное	7	9	7	9
Кондитерские изделия	6	17,5	6	17,5
Чай, включая фиточай	0,4	0,5	0,4	0,5
Какао-порошок	0,4	0,5	0,4	0,5
Кофейный напиток злаковый (суррогатный), в т.ч. из цикория	0,8	1,0	0,8	1,0
Дрожжи хлебопекарные	0,3	0,4	0,3	0,4
Сахар ⁵	32	41	32	41
Соль пищевая поваренная	3,5	5	3,5	5