Приложение N 10

 к СанПиН 2.4.1.3049-13

 **Рекомендуемые суточные наборы продуктов для организации питания детей в дошкольных образовательных 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  |
| Молоко и кисломолочные продукты с м.д.ж. не ниже 2,5%  | 390  | 450  | 390  | 450  |
| Творог, творожные изделия с м.д.ж. не менее 5%  | 30  | 40  | 30  | 40  |
| Сметана с м.д.ж. не более 15%  | 9  | 11  | 9  | 11  |
| Сыр твердый  | 4,3  | 6,4  | 4  | 6  |
| Мясо (бескостное/ на кости)  | 55/68  | 60,5/75  | 50  | 55  |
| Птица (куры 1 кат потр./цыплята-бройлеры 1 кат потр./индейка 1 кат потр.)  | 23/23/22  | 27/27/26  | 20  | 24  |
| Рыба (филе), в т.ч. филе слабо или малосоленое  | 34  | 39  | 32  | 37  |
| Колбасные изделия  | -  | 7  | -  | 6,9  |
| Яйцо куриное столовое  | 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, зелень  | 256  | 325  | 205  | 260  |
| Фрукты (плоды) свежие  | 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  | 60  | 80  | 60  | 80  |
| Крупы (злаки), бобовые  | 30  | 43  | 30  | 43  |
| Макаронные изделия  | 8  | 12  | 8  | 12  |
| Мука пшеничная хлебопекарная  | 25  | 29  | 25  | 29  |
| Масло коровье сладкосливочное  | 18  | 21  | 18  | 21  |
| 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  | 1,0  | 1,2  | 1,0  | 1,2  |
| Сахар  | 37  | 47  | 37  | 47  |
| Дрожжи хлебопекарные  | 0,4  | 0,5  | 0,4  | 0,5  |
| Мука картофельная (крахмал)  | 2  | 3  | 2  | 3  |
| Соль пищевая поваренная  | 4  | 6  | 4  | 6  |
|    |    |    |    |    |
| Химсостав (без учета т/о)  |    |    |    |    |
| Белок, г  |    |    | 59  | 73  |
| Жир, г  |    |    | 56  | 69  |
| Углеводы, г  |    |    | 215  | 275  |
| Энергетическая ценность, ккал  |    |    | 1560  | 1963  |

Примечание:

1 - при составлении меню допустимы отклонения от рекомендуемых норм питания ± 5%;

2 - 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.

3 - доля кисломолочных напитков может составлять 135-150 мл для детей в возрасте 1-3 года и 150-180 мл - для детей 3-7 лет;

4 - % отхода учитывать только при использовании творога для приготовления блюд;

5 - в случае замены говядины на другие виды мясного сырья (разрешенного для использования в питании детей в ДОУ /приложение 8/, 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 могут определяться дошкольной организацией самостоятельно путем контрольных проработок;

6 - количество витаминизированного напитка должно обеспечить не более 15% от суточной потребности детей в витаминах и может меняться в зависимости от состава напитка;

7 - 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;

8 - допустимы отклонения от химического состава рекомендуемых наборов продуктов ±10%;

 При использовании в питании детей готовых продуктов и полуфабрикатов промышленного производства со сложным составом, входящие в их состав ингредиенты следует учитывать одновременно в различных группах продуктового набора в соответствии с количественными сведениями о составе продукта, представленными изготовителем на упаковке (на основании технических документов, рецептур, расчетных или лабораторных данных).