Рекомендуемые среднесуточные нормы питания в дошкольной организации (г, мл, на 1 ребенка)

Наименование пищевого продукта	Количество продуктов в зависимости от возраста			
	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 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 (суррогат-	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.