***Нормы питания детей в дошкольных учреждениях***

***(граммов в день на одного ребенка)***

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование пищевых продуктов** | **Количество продуктов, нетто** **( в г,мл)** |
| **1 – 3 года** | **3 – 7 лет** |
| **Молоко** | **390** | **450** |
| **Творог** | **30** | **40** |
| **Сметана, не более 15%** | **9** | **11** |
| **Сыр, неострых сортов твёрдых и мягких** | **4** | **6** |
| **Мясо (говядина 1 категории)** | **50** | **55** |
| **Птица (1 категории)** | **20** | **24** |
| **Рыба** | **32** | **37** |
| **Колбасные изделия для пит-я дошк-ков** | **-** | **-** |
| **Яйцо куриное диетическое** | **20** | **24** |
| **Картофель: с 01.09 по 31.10** | **120** | **140** |
| **Овощи, зелень** | **205** | **260** |
| **Фрукты (плоды) свежие** | **95** | **100** |
| **Фрукты (плоды) сухие** | **9** | **11** |
| **Соки фруктовые (овощные)** | **100** | **100** |
| **Напитки витаминизированные (готовый)** | **-** | **50** |
| **Хлеб ржаной** | **40** | **50** |
| **Хлеб пшеничный** | **60** | **80** |
| **Крупы**  | **30** | **43** |
| **Макароны (группы А)** | **8** | **12** |
| **Мука пшеничная (хлебопекарная)** | **25** | **29** |
| **Мука картофельная (крахмал)** | **2** | **3** |
| **Масло коровье сладкосливочное** | **18** | **21** |
| **Масло растительное** | **9** | **11** |
| **Кондитерские изделия** | **7** | **20** |
| **Чай, включая фиточай** | **0,5** | **0,6** |
| **Какао-порошок** | **0,5** | **0,6** |
| **Кофейный напиток злаковый (суррогатный) и т.ч. из цикория** | **1** | **1,2** |
| **Дрожжи хлебопекарные** | **0,4** | **0,5** |
| **Сахар** | **37** | **47** |
| **Соль пищевая поваренная** | **4** | **6** |

