**Приложение № 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—3года | 3—7 лет | 1 —3 года | 3—7лет |
| 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), вт.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 31,10ло 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 | 00 |
| 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 | 1Э | 21 |
| Масло растительное | & | 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%;

1. — 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 сданными, приведенными в столбце нетто.
2. — доля кисломолочных напитков может составлять 135—150 мл для детей в воз­расте 1 —3 года и 150—180 мл — для детей 3—7 лет;
3. — % отхода учитывать только при использовании творога для приготовления блюд;
4. — 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;
5. — количество витаминизированного напитка должно обеспечить не более 15% от суточной потребности детей в витаминах и может меняться в зависимости от состава напитка:
6. — 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;
7. — 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).