

Заведующий

Утверждаю:
Н. Г. Воробьева

Среднесуточные нормы питания

(г, мл на 1 ребёнка/сутки)

№п/п	Наименование пищевого продукта или группы пищевых продуктов	Количество продуктов в зависимости от возраста детей	
		1 – 3 года	3 – 7 лет
		Брутто/нетто	Брутто/нетто
1	Молоко и кисломолочные продукты с м.д.ж.2,5%	390/390	450/450
2	Творог, творожные изделия с м.д.ж. не менее 5%	30/30	40/40
3	Сметана с м.д.ж. не более 15%	9/9	11/11
4	Сыр твёрдый	4,3/4	6,4/6
5	Мясо (бескостное /на кости)	68/50	75/55
6	Птица (куры 1 кат)	23/20	27/24
7	Рыба (филе), в т.ч. филе слабо-или малосолёное	34/32	39/37
8	Колбасные изделия	-	7/6,9
9	Яйцо куриное столовое	0,5шт/20	0,6шт/24
10	Картофель: с 01.09 по 31.10 с 31.10 по 31.12 с 31.12 по 28.02 с 29.02 по 01.09	160/120	187/140
		172/120	200/140
		185/120	215/140
		200/120	234/140
11	Овощи, зелень	256/205	325/260
12	Фрукты (плоды) свежие	108/95	114/100
13	Фрукты (плоды)сухие	9/9	11/11
14	Соки фруктовые (овощные)	100/100	100/100
15	Напитки витаминизированные (готовый напиток)	-	50/50
16	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40/40	50/50
17	Хлеб пшеничный	60/60	80/80
18	Крупы (злаки), бобовые	30/30	43/43
19	Макаронные изделия	8/8	12/12
20	Мука пшеничная хлебопекарная	25/25	29/29
21	Масло коровье сладкосливочное	18/18	21/21
22	Масло растительное	9/9	11/11
23	Кондитерские изделия	7/7	20/20
24	Чай, включая фиточай	0,5/0,5	0,6/0,6
25	Какао-порошок	0,5/0,5	0,6/0,6
26	Кофейный напиток	1,0/1,0	1,2/1,2
27	Сахар	37/37	47/47
28	Дрожжи хлебопекарные	0,4/0,4	0,5/0,5
29	Мука картофельная (крахмал)	2/2	3/3
30	Соль пищевая поваренная	4/4	5/5