

УТВЕРЖДАЮ
 Директор
 МАОУ СОШ № 1 г. Немана

 Н.И. Зайцева

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/ 10,5 часов)**

| 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% | 332 | 383 | 332 | 383 |
| Творог, творожные изделия с м.д.ж. не менее 5% | 26 | 34 | 26 | 34 |
| Сметана с м.д.ж. не более 15% | 8 | 9 | 8 | 9 |
| Сыр твердый | 4 | 5 | 3 | 5 |
| Мясо (бескостное/ на кости) | 47/58 | 51/64 | 43 | 47 |
| Птица (куры 1 кат потр./цыплята-бройлеры 1 кат потр./индейка 1 кат потр.) | 20/20/19 | 23/23/22 | 17 | 20 |
| Рыба (филе), в т.ч. филе слабо или малосоленое | 29 | 33 | 27 | 31 |
| Колбасные изделия | - | 6 | - | 6 |
| Яйцо куриное столовое | 0,4 | 0,5 | 17 | 20 |
| Картофель: с 01.09 по 31.10 | 136 | 159 | 102 | 119 |
| с 31.10 по 31.12 | 146 | 170 | 102 | 119 |
| с 31.12 по 28.02 | 157 | 183 | 102 | 119 |
| с 29.02 по 01.09 | 170 | 199 | 102 | 119 |
| Овощи, зелень | 218 | 276 | 174 | 221 |
| Фрукты (плоды) свежие | 92 | 97 | 81 | 85 |
| Фрукты (плоды) сухие | 8 | 9 | 8 | 9 |
| Соки фруктовые (овощные) | 85 | 85 | 85 | 85 |
| Напитки витаминизированные (готовый напиток) | - | 43 | - | 43 |
| Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 34 | 43 | 34 | 43 |
| Хлеб пшеничный или хлеб зерновой | 51 | 68 | 51 | 68 |
| Крупы (злаки), бобовые | 26 | 37 | 26 | 37 |
| Макаронные изделия | 7 | 10 | 7 | 10 |
| Мука пшеничная хлебопекарная | 21 | 25 | 21 | 25 |
| Масло коровье сладкосливочное | 15 | 18 | 15 | 18 |
| Масло растительное | 8 | 9 | 8 | 9 |
| Кондитерские изделия | 6 | 17 | 6 | 17 |
| Чай, включая фиточай | 0,4 | 0,5 | 0,4 | 0,5 |
| Какао-порошок | 0,4 | 0,5 | 0,4 | 0,5 |
| Кофейный напиток | 0,85 | 1 | 0,85 | 1 |
| Сахар | 31 | 40 | 31 | 40 |
| Дрожжи хлебопекарные | 0,3 | 0,4 | 0,3 | 0,4 |
| Мука картофельная (крахмал) | 1,7 | 2,6 | 1,7 | 2,6 |
| Соль пищевая поваренная | 3 | 5 | 3 | 5 |
| Хим состав (без учета т/о) | | | | |
| Белок, г | | | 50 | 62 |
| Жир, г | | | 48 | 59 |
| Углеводы, г | | | 183 | 234 |
| Энергетическая ценность, ккал | | | 1326 | 1669 |