**Рекомендуемые суточные наборы продуктов для организации питания детей с 3 до 7 лет в дошкольных образовательных организациях.**

**(Сан ПиН 2.4.1.3049-13)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Наименование продукта | Кол-во продуктов в гр. |
| 1 | Мясо 1 кат. | 75 |
| 2 | Мясо б/к | 60,5 |
| 3 | Птица (кура) | 27 |
| 4 | Рыба (филе) | 39 |
| 5 | Колбасные изделия | 7 |
| 6 | Масло сливочное | 21 |
| 7 | Масло растительное | 11 |
| 8 | Молоко + кефир | 450 |
| 9 | Сыр  | 6,4 |
| 10 | Сметана  | 11 |
| 11 | Творог  | 40 |
| 12 | Яйцо  | 0,6 шт. |
| 13 | Мука пшеничная | 29 |
| 14 | Сухофрукты  | 11 |
| 15 | Овощи, зелень | 325 |
| 16 | Картофель (в зависимости от сезона) | 187 - 234 |
| 17 | Крупы, боб | 43 |
| 18 | Макаронные изделия | 12 |
| 19 | Сахар  | 47 |
| 20 | Свежие фрукты | 114 |
| 21 | Соки фруктовые (овощные) | 100 |
| 22 | Напитки витаминизированные | 50 |
| 23 | Хлеб ржаной | 50 |
| 24 | Хлеб пшеничный | 80 |
| 25 | Кондитерские изделия | 20 |
| 26 | Чай  | 0,6 |
| 27 | Какао  | 0,6 |
| 28 | Кофе  | 1,2 |
| 29 | Соль  | 6 |
| 30 | Крахмал  | 3 |
| 31 | Печень (за месяц) | 3 |