

Рекомендуемый ассортимент основных продуктов для детей

Приложение № 7
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Среднесуточные наборы пищевой продукции для детей до 7-ми лет (в нетто г, мл на 1 ребенка в сутки)

| № | <i>Наименование пищевой продукции или группы пищевой продукции</i> | Итого за |
|----|---|------------------|
| | | сутки 3-7 лет |
| 1 | Молоко, молочная и кисломолочные продукция | 450 |
| 2 | Творог (5% - 9% м.д.ж.) | 40 |
| 3 | Сметана | 11 |
| 4 | Сыр | 6 |
| 5 | Мясо 1-й категории | 55 |
| 6 | Птица (куры, цыплята-бройлеры, индейка - потрошенная, 1 кат.) | 24 |
| 7 | Субпродукты (печень, язык, сердце) | 25 |
| 8 | Рыба (филе), в т.ч. филе слабо или малосоленое | 37 |
| 9 | Яйцо, шт. | 1 |
| 10 | Картофель | 140 |
| 11 | Овощи (свежие, замороженные, консервированные), включая соленые и квашеные (не более 10% от общего количества овощей в т.ч. томат-пюре, зелень, г | 200 |
| 12 | Фрукты свежие | 100 |
| 13 | Сухофрукты | 11 |
| 14 | Сок фруктовые и овощные | 100 |
| 15 | Витаминизированные напитки | 50 |
| 16 | Хлеб ржаной | 50 |
| 17 | Хлеб пшеничный | 80 |
| 18 | Крупы, бобовые | 43 |
| 19 | Макаронные изделия | 12 |
| 20 | Мука пшеничная | 29 |
| 21 | Масло сливочное | 21 |
| 22 | Масло растительное | 11 |
| 23 | Кондитерские изделия | 20 |
| 24 | Чай | 0,6 |
| 25 | Какао-порошок | 0,6 |

| | | |
|----|--|-----|
| 26 | Кофейный напиток | 1,2 |
| 27 | Сахар (в том числе для приготовления блюд и напитков, в случае использования пищевой продукции промышленного выпуска, содержащих сахар выдача сахара должна быть уменьшена в зависимости от его содержания в используемом готовой пищевой продукции) | 30 |
| 28 | Дрожжи хлебопекарные | 0,4 |
| 29 | Крахмал | 3 |
| 30 | Соль пищевая поваренная йодированная | 5 |