Утверждаю:

Заведующий МБДОУ д/с № 17

Самодурова М.Е.

Приложение №7

К Сан.ПиН 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)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№**  **П\П** | **НАИМЕНОВАНИЕ ПИЩЕВОЙ ПРОДУКЦИИ ИЛИ ГРУППЫ ПИЩЕВОЙ ПРОДУКЦИИ** | **ИТОГО ЗА СУТКИ**  **1-3 ГОДА** | **ИТОГО ЗА СУТКИ**  **3-7 ЛЕТ** |
| **1** | МОЛОКО, МОЛОЧНАЯ И КИСЛОМОЛОЧНАЯ ПРОДУКЦИЯ | 390 | 450 |
| **2** | ТВОРОГ (5%-9% М.Ж.Д.) | 30 | 40 |
| **3** | СМЕТАНА | 9 | 11 |
| **4** | СЫР | 4 | 6 |
| **5** | МЯСО 1-Й КАТЕГОРИИ | 50 | 55 |
| **6** | ПТИЦА (КУРЫ, ЦЫПЛЯТА-БРОЙЛЕРЫ, ИНДЕЙКА-ПОТРОШЕННАЯ 1 КАТЕГОРИИ) | 20 | 24 |
| **7** | СУБПРОДУКТЫ (ПЕЧЕНЬ, ЯЗЫК, СЕРДЦЕ) | 20 | 25 |
| **8** | РЫБА (ФЕЛЕ) В Т.Ч. ФИЛЕ СЛАБО ИЛИ МАЛОСОЛЕНОЕ | 32 | 37 |
| **9** | ЯЙЦО ШТ. | 1 | 1 |
| **10** | КАРТОФЕЛЬ | 120 | 140 |
| **11** | ОВОЩИ (СВЕЖИЕ, ЗАМОРОЖЕННЫЕ, КОНСЕРВИРОВАННЫЕ), ВКЛЮЧАЯ СОЛЕНЫЕ И КВАШЕННЫЕ (НЕ БОЛЕЕ 10% ОТ ОБЩЕГО КОЛИЧЕСТВА ОВОЩЕЙ) В Т.Ч. ТОМАТ-ПЮРЕ, ЗЕЛЕНЬ . | 180 | 220 |
| **12** | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ | 95 | 100 |
| **13** | СУХОФРУКТЫ | 9 | 11 |
| **14** | СОКИ ФРУКТОВЫЕ И ОВОЩНЫЕ | 100 | 100 |
| **15** | ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ НАПИТКИ | 0 | 50 |
| **16** | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 50 |
| **17** | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 60 | 80 |
| **18** | КРУПЫ, БОБОВЫЕ | 30 | 43 |
| **19** | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ | 8 | 12 |
| **20** | МУКА ПШЕНИЧНАЯ | 25 | 29 |
| **21** | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 18 | 21 |
| **22** | МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ | 9 | 11 |
| **23** | КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ | 12 | 20 |
| **24** | ЧАЙ | 0.5 | 0.6 |
| **25** | КАКАО-ПОРОШОК | 0.5 | 0.6 |
| **26** | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 1 | 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 ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ГОТОВОЙ ПРОДУКЦИИ) | 25 | 30 |
| **28** | ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ | 0.4 | 0.5 |
| **29** | КРАХМАЛ | 2 | 3 |
| **30** | СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ | 3 | 5 |

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ д/с №17

Самодурова М.Е.

Пиложение № 9

К Сан.ПиН 2.3/2.4.3590-20

**МАССА ПОРЦИЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ В ЗАВИСИМОСТИ**

**ОТ ВОЗРАСТА (В ГРАММАХ)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **БЛЮДО** | **МАССА ПОРЦИЙ**  **ОТ 1 -3 ЛЕТ** | **МАССА ПОРЦИЙ**  **ОТ 3-7 ЛЕТ** |
| КАША, ИЛИ ОВОЩНОЕ, ИЛИ ЯИЧНОЕ, ИЛИ ТВОРОЖНОЕ, ИЛИ МЯСНОЕ БЛЮДО (ДОПУСКАЕТСЯ КОМБИНАЦИЯ РАЗНЫХ БЛЮД ЗАВТРАКА, ПРИ ЭТОМ ВЫХОД КАЖДОГО БЛЮДА МОЖЕТ БЫТЬ УМЕНЬШЕН ПРИ УСЛОВИИ СОБЛЮДЕНИЯ ОБЩЕЙ МАССЫ БЛЮД ЗАВТРАКА) | 130 - 150 | 150 - 200 |
| ЗАКУСКА (ХОЛОДНОЕ БЛЮДО) (САЛАТ, ОВОЩИ И Т.П.) | 30 - 40 | 50 - 60 |
| ПЕРВОЕ БЛЮДО | 150 - 180 | 180 - 200 |
| ВТОРОЕ БЛЮДО (МЯСНОЕ, РЫБНОЕ, БЛЮДО ИЗ МЯСА ПТИЦЫ) | 50 - 60 | 70 - 80 |
| ГАРНИР | 110 - 120 | 130 - 150 |
| ТРЕТЬЕ БЛЮДО (КОМПОТ, КИСЕЛЬ, ЧАЙ, НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ, КАКАО-НАПИТОК, СОК) | 150 - 180 | 180 - 200 |
| ФРУКТЫ | 95 | 100 |

**масса порции для детей в зависимости от возраста(г)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Возраст детей 1.5-3 лет** | **Возраст детей 3-7 лет** |
| **завтрак** |  |  |
| **Каша или суп молочный** | **130 - 150** | **150 200** |
| **Кофейный напиток, какао** | **150 - 180** | **180 200** |
| **Хлеб пшеничный** | **30** | **40** |
| **Масло, сыр** | **6/4** | **9/6** |
|  |  |  |
| **обед** |  |  |
| **Салат, закуска** | **30 - 40** | **50 60** |
| **Первое блюдо** | **150 - 180** | **180 - 200** |
| **Мясное, рыбное блюдо,**  **Блюдо из птицы** | **50 - 60** | **70 - 80** |
| **гарнир** | **110 - 120** | **130 - 150** |
| **Третье блюдо**  **(компот)** | **150 - 180** | **180 - 200** |
| **Хлеб ржаной** | **40** | **50** |
|  |  |  |
| **Кисломолочная продукция** |  |  |
| **Кефир, снежок, варенец** | **150** | **180** |
|  |  |  |
| **Усиленный полдник** |  |  |
| **Каша,**  **Овощное,**  **Творожное,**  **Блюдо**  **Макаронные изделия**  **Картофельное пюре** | **110 - 120**  **110 - 120**  **110 - 120**  **110 - 120**  **110 - 120**  **110 - 120** | **130 - 150**  **130 - 150**  **130 - 150**  **130 - 150**  **130 - 150**  **130 - 150** |
| **Свежие фрукты** | **95** | **100** |
| **Хлеб пшеничный** | **30** | **40** |
| **чай** | **150 - 180** | **180 - 200** |
| **Кондитерское изделие** | **20** | **40** |