Приложение N 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)**

Таблица 1

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| N | Наименование пищевой продукции или группы пищевой продукции | Итого за сутки | |
|  | 1-3 года | 3-7 лет |
| 1 | Молоко, молочная и кисломолочные продукция | 390 | 450 |
| 2 | Творог (5% - 9% м.д.ж.) | 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 кат.) | 20 | 24 |
| 7 | Субпродукты (печень, язык, сердце) | 20 | 25 |
| 8 | Рыба (филе), 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 квашеные (не более 10% от общего количества овощей),  в т.ч. томат-пюре, зелень, г | 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 | 25 | 30 |
| 28 | Дрожжи хлебопекарные | 0,4 | 0,5 |
| 29 | Крахмал | 2 | 3 |
| 30 | Соль пищевая поваренная йодированная | 3 | 5 |

Приложение N 9 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

# Масса порций для детей в зависимости от возраста

# (в граммах)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Блюдо | Масса порций | |
| от 1 года до 3 лет | 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, напиток из шиповника, сок) | 150-180 | 180-200 |
| Фрукты | 95 | 100 |