

Рекомендуемые наборы продуктов  
для организации питания детей в дошкольных образовательных организациях  
(г, мл, на 1 ребенка) согласно СанПиНом 2.4.1.3049-13  
(Таблица 4, Приложение №10)

№ п/п	Продукты	Дети от 3 лет до 7 лет					
		8- 10,5-ти ч. пребыванием в учреждении		12-ти ч. пребыванием в учреждении		С 13, 14 час. и 24- х час. пребыванием в учреждении	
		Норма, гр.		Норма, гр.		Норма, гр.	
		брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
1	Молоко и кисломолочные продукты с м.д.ж. не ниже 2,5%	337,5	337,5	405	405	450	450
2	Творог, творожные изделия с м.д.ж. не менее 5%	30	30	36	36	40	40
3	Сметана с м.д.ж. не более 15%	8,2	8,2	9,9	9,9	11	11
4	Сыр твердый	4,8	4,8	5,7	5,4	6,4	6
5	Мясо (бескостное/ на кости)	45,4/56,3	41,2	54,5/67,5	49,5	60,5/75	55
6	Птица (куры 1 кат потр./цыплята-бройлеры 1 кат потр./индейка 1 кат потр.)	20,2/20,2/19,5	18	24,3/24,3/23,4	21,6	27/27/26	24
7	Рыба (филе), в т.ч. филе слабо или малосоленное	29,2	27,7	35,1	33,3	39	37
8	Колбасные изделия	5,2	5,1	6,3	6,2	7	6,9
9	Яйцо куриное столовое	0,45	18	0,54	21,6	0,6 шт.	24
10	Картофель: с 01.09 по 31.10	140	105	168	126	187	140
11	с 31.10 по 31.12	150	105	180	126	200	140
12	с 31.12 по 28.02	161	105	193	126	215	140
13	с 29.02 по 01.09	175	105	210	126	234	140
14	Овощи, зелень	243,7	195	292,5	234	325	260
15	Фрукты (плоды) свежие	85,5	75	102,6	90	114	100
16	Фрукты (плоды) сухие	8,2	8,2	9,9	9,9	11	11
17	Соки фруктовые (овощные)	75	75	90	90	100	100
18	Напитки витаминизированные (готовый напиток)	37,5	37,5	45	45	50	50
19	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	37,5	37,5	45	45	50	50
20	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	60	60	72	72	80	80
21	Крупы (злаки), бобовые	32,2	32,2	38,7	38,7	43	43
22	Макаронные изделия	9	9	10,8	10,8	12	12

23	Мука пшеничная хлебопекарная	21,7	21,7	26,1	26,1	29	29
24	Масло коровье сладкосливочное	15,8	15,8	18,9	18,9	21	21
25	Масло растительное	8,2	8,2	9,9	9,9	11	11
26	Кондитерские изделия	15	15	18	18	20	20
27	Чай, включая фиточай	0,4	0,4	0,5	0,5	0,6	0,6
28	Какао-порошок	0,4	0,4	0,5	0,5	0,6	0,6
29	Кофейный напиток	0,9	0,9	1,1	1,1	1,2	1,2
30	Сахар	35,2	35,2	42,3	42,3	47	47
31	Дрожжи хлебопекарные	0,4	0,4	0,45	0,45	0,5	0,5
32	Мука картофельная (крахмал)	2,2	2,2	2,7	2,7	3	3
33	Соль пищевая поваренная	4,5	4,5	5,4	5,4	6	6
Хим состав (без учета т/о)							
	Белок, г		55		65		73
	Жир, г		52		62		69
	Углеводы, г		206		248		275
	Энергетическая ценность, ккал		1472		1767		1963