

Суточный набор продуктов

Наименование пищевого продукта	Количество продуктов в зависимости от возраста детей в г, мл, нетто	
	1-3 года	3-7 лет
Молоко, молочная и кисломолочная продукция	273	315
Творог (5%-9% м.д.ж.)	21	28
Сметана	6,3	7,7
Сыр	2,8	4,2
Мясо I категории	35	38,5
Птица (куры, цыплята-бройлеры, индейка-потрошенная, 1 кат.)	14	18
Субпродукты (печень, язык, сердце)	14	19
Рыба (филе), в т.ч. филе слабо или малосоленое	22	26
Яйцо, в штуках	1	1
Картофель	84	98
Овощи (свежие, замороженные, консервированные), включая соленые и квашеные (не более 10% от общего количества овощей), в т.ч. томат-пюре, зелень	126	154
Фрукты свежие	95	100
Сухофрукты	6,3	7,7
Соки фруктовые, овощные	100	100
Хлеб ржаной	28	35
Хлеб пшеничный	42	56
Макаронные изделия	5,6	8,4
Крупы, бобовые	21	30
Мука пшеничная	17,5	20,3
Масло сливочное	12,6	14,7
Масло растительное	6,3	7,7
Кондитерские изделия	8,4	14
Чай	0,3	0,4
Какао-порошок	0,3	0,4
Кофейный напиток	0,7	0,8
Сахар	17,5	21
Дрожжи хлебопекарные	0,3	0,4
Крахмал	3	3
Соль	2,7	4

Распределение в процентном соотношении потребление пищевых веществ и энергии по приемам пищи в МАДОУ:

Прием пищи	Ясли		Сад	
	процентное соотношение потребления пищевых веществ и энергии по приемам пищи	Энергетическая ценность, кКал	процентное соотношение потребления пищевых веществ и энергии по приемам пищи	Энергетическая ценность, кКал
Завтрак	25%	350	20%	360
Второй завтрак	-	-	5%	90
Обед	35%	490	35%	630
Усиленный полдник	30%	430	30%	540

Суммарные объемы блюд по приемам пищи не менее:

Возраст	Завтрак	Второй завтрак	Обед	Усиленный полдник
от 1 до 3 лет	350	-	450	300
от 3 до 7 лет	400	100	600	400

* прием витаминизированного напитка от 3 до 7 лет – 50г

Масса порций:

	Масса порции, не менее (г)	
	Ясли	Сад
Каша или овощное, или яичное, или творожное, или мясное блюдо, не менее	130	160
Хлеб	завтрак 30 обед, полдник 40, в т.ч. гренки 20	завтрак 40 обед, полдник 51, в т.ч. гренки 30
Масло сливочное	7	10
Сыр, джем, варенье, повидло	6	10
Фрукты	95	100
Соки, фруктовые, овощные	100	100
Закуска (холодное блюдо, салат, овощи и т.п.)	30	50
Первое блюдо	150	180
Второе блюдо	50	70
Гарнир, в т.ч. подлив	110	130
Третье блюдо (компот, кисель, чай, напиток кофейный, какао-напиток, напиток из шиповника, сок)	150	180
Мучные изделия	90	90
Витаминный напиток	-	50

График выдачи пищи:

№ группы	Завтрак	Второй завтрак	Обед	Усиленный полдник
1	8.00	-	11.15	15.00
2	8.20	10.25	11.50	15.20
3	8.15	10.30	11.45	15.15
4	8.05	-	11.20	15.05
5	8.10	10.20	11.40	15.10
6	8.25	10.35	11.55	15.25
7	8.00	-	11.00	15.00
8	8.25	10.45	11.55	15.25
9	8.20	10.40	11.45	15.15
10	8.15	10.35	11.50	15.20
11	8.05	10.25	11.35	15.05
12	8.10	10.30	11.40	15.10

