**НОРМЫ ПИТАНИЯ**

**В ГРУППАХ ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 1 ДО 7 ЛЕТ**

**( СанПиН2.4.1.3049.-13)**

**на 1 января 2018 года**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование продуктов питания | 10.5 часовые группы , нормы питания на 1 ребенка в граммах от 1 до 3 лет. | 10.5 часовые группы , нормы питания на 1 ребенка в граммах от 3 до 7 лет. |
| 1 | **Молоко и кисломолочные продукты с м.д.ж. не ниже 2,5%** | **312,00** | **360,00** |
| 2 | **Творог, творожные изделия с м.д.ж. не менее 5%** | **24,00** | **32,00** |
| 3 | **Сметана с м.д.ж. не более 15%** | **7,20** | **8,80** |
| 4 | **Сыр твердый** | **3,44** | **5,12** |
| 5 | **Мясо ( бескостное)** | **44,00** | **48,40** |
| 6 | **Птица( куры 1 кат. потр)** | **18,40** | **21,60** |
| 7 | **Рыба( филе)** | **27,20** | **31,20** |
| 8 | **Колбасные изделия** | **0,00** | **5,60** |
| 9 | **Яйцо куриное столовое** | **16,00** | **19,20** |
| 10 | **Картофель с 01.09 по 31.10** | **148,00** | **172,00** |
|  | **с 31.10 по 31.12** |  |  |
|  | **с 31.12 по 28.02** |  |  |
|  | **с 29.02 по 01.09** |  |  |
| 11 | **Овощи, зелень** | **204,80** | **260,00** |
| 12 | **Фрукты (плоды )свежие** | **86,40** | **91,20** |
| 13 | **Фрукты плоды сухие** | **7,20** | **8,80** |
| 14 | **Соки фруктовые** | **80,00** | **80,00** |
| 15 | **Напитки витаминизированные ( готовый)** | **0,00** | **3,75/37,5** |
| 16 | **Хлеб ржаной ( ржано-пшеничный)** | **32,00** | **40,00** |
| 17 | **Хлеб пшеничный или зерновой** | **48.00** | **64,00** |
| 18 | **Крупы( злаки), бобовые** | **24,00** | **34,40** |
| 19 | **Макаронные изделия** | **6,40** | **9,60** |
| 20 | **Мука пшеничная** | **20,00** | **23,20** |
| 21 | **Масло коровье сладкокислое** | **14,40** | **16,80** |
| 22 | **Масло растительное** | **7,20** | **8,80** |
| 23 | **Кондитерские изделия** | **5,60** | **16,00** |
| 24 | **Чай, включая фиточай** | **0,40** | **0,48** |
| 25 | **Какао порошок** | **0,40** | **0,48** |
| 26 | **Кофейный напиток** | **0,80** | **0,96** |
| 27 | **Сахар** | **29,60** | **37,60** |
| 28 | **Дрожжи** | **0,32** | **0,40** |
| 29 | **Мука картофельная( крахмал)** | **1,60** | **2,40** |
| 30 | **Соль** | **3,20** | **4,80** |
|  |  |  |  |
|  | **Химический состав** |  |  |
|  | **Белок, г.** | **47** | **58** |
|  | **Жир, г** | **44** | **55** |
|  | **Углеводы, г** | **172** | **220** |
|  | **Энергитическая ценность, ккал** | **1248** | **1570** |