

Среднесуточные наборы пищевой продукции для детей до 7-ми лет (в нетто г, мл на 1 ребенка в сутки)

| N | Наименование пищевой продукции или группы пищевой продукции | Итого за сутки | | | |
|----|---|----------------|------------------------------------|-----------|--------------------------|
| | | 1 - 3 года | | 3 - 7 лет | |
| | | норма | изменение <i>в месяцах Сан.</i> | норма | изменение |
| 1 | Молоко, молочная и кисломолочная 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 | вместо колбасных изделий | 25 | вместо колбасных изделий |
| 8 | Рыба (филе), в т.ч. филе слабо- или малосоленое | 32 | | 37 | |
| 9 | Яйцо, шт. | 1 | было 20 | 1 | было 24 |
| 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 | -25 | 220 | -40 |
| 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 | 5 | 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 пищевой продукции) | 25 | -12 | 30 | -17 |
| 28 | Дрожжи хлебопекарные | 0,4 | | 0,5 | |
| 29 | Крахмал | 2 | | 3 | |
| 30 | Соль пищевая поваренная йодированная | 3 | -1 | 5 | -1 |

**МАССА ПОРЦИЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ В ЗАВИСИМОСТИ
ОТ ВОЗРАСТА (В ГРАММАХ)**

| Блюдо | Масса порций | | | | | | | | |
|---|----------------|-------------------------|-----------|-------------------------|------------|-----------|-----------------|-----------|-------------|
| | от 1 года до 3 | | 2 - 7 лет | | 6 - 11 лет | | 11 лет и старше | | |
| | норма | изменение | норма | изменение | норма | изменение | норма | изменение | |
| 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 | не было четко прописано | 150 - 200 | не было четко прописано | 150 - 200 | | 200 - 250 | | |
| Закуска (холодное блюдо) (салат, овощи и т.п.) | 30 - 40 | | 50 - 60 | | | 60 - 100 | | 100 - 150 | |
| Первое блюдо | 150 - 180 | | 180 - 200 | | | 200 - 250 | | 250 - 300 | |
| Второе блюдо (мясное, рыбное, блюдо из мяса птицы) | 50 - 60 | | 70 - 80 | | | 90 - 120 | было 80-120 | 100 - 120 | было 80-120 |
| Гарнир | 110 - 120 | | 130 - 150 | | | 150 - 200 | | 180 - 230 | |
| Третье блюдо (компот, кисель, чай, напиток кофейный, какао-напиток, напиток из шиповника, сок) | 150 - 180 | | 180 - 200 | | | 180 - 200 | было 200 | 180 - 200 | было 200 |
| Фрукты | 95 | | 100 | | | 100 | | 100 | |

**Суммарные объемы блюд по приемам пищи
(в граммах - не менее)**

| Показатели | от 1 до 3 лет | | от 3 до 7 лет | | от 7 до 12 лет | | 12 лет и старше | |
|----------------|---------------|-----------|---------------|-----------|----------------|-------------------------------|-----------------|-------------------------------|
| | норма | изменение | норма | изменение | норма | изменение | норма | изменение |
| Завтрак | 350 | | 400 | | 500 | не было четко прописано | 550 | не было четко прописано |
| Второй завтрак | 100 | | 100 | -50 | 200 | | 200 | |
| Обед | 450 | -100 | 600 | -200 | 700 | | 800 | |
| Полдник | 200 | -50 | 250 | -100 | 300 | | 350 | |
| Ужин | 400 | -100 | 450 | -150 | 500 | | 600 | |
| Второй ужин | 100 | | 150 | | 200 | | 200 | |

**Распределение в процентном отношении потребления пищевых
веществ и энергии по приемам пищи в зависимости от времени
пребывания в организации**

| Тип организации | Прием пищи | Доля суточной потребности в пищевых веществах и энергии | |
|---|----------------|---|-------------------------|
| | | норма | изменение |
| Дошкольные организации, организации по уходу и присмотру, организации отдыха (труда и отдыха) с дневным пребыванием детей | завтрак | 20% | не было четко прописано |
| | второй завтрак | 5% | |
| | обед | 35% | |
| | полдник | 15% | |
| | ужин | 25% | |
| Общеобразовательные организации и организации профессионального образования с односменным режимом работы (первая смена) | завтрак | 20 - 25% | |
| | обед | 30 - 35% | |
| | полдник | 10% - 15% | |
| Общеобразовательные организации и организации профессионального образования с двухсменным режимом работы (вторая смена) | обед | 30 - 35% | |
| | полдник | 10 - 15% | |
| Организации с круглосуточным пребыванием детей (было прописано для школьников, теперь для всех) | завтрак | 20% | -5% |
| | второй завтрак | 5% | 5% |
| | обед | 35% | было 30-35% |
| | полдник | 15% | 5% |
| | ужин | 20% | было 25-30% |
| | второй ужин | 5% | 5% |

Режим питания в зависимости от длительности пребывания
детей в дошкольной организации

| Время приема пищи | Приемы пищи в зависимости от длительности пребывания детей в дошкольной организации | | |
|-------------------|---|----------------|----------------|
| | 8 - 10 часов | 11 - 12 часов | 24 часа |
| 8.30 - 9.00 | завтрак | завтрак | Завтрак |
| 10.30 - 11.00 | второй завтрак | второй завтрак | второй завтрак |
| 12.00 - 13.00 | Обед | Обед | Обед |
| 15.30 | полдник | полдник | Полдник |
| 18.30 | - | ужин | Ужин |
| 21.00 | - | - | второй ужин |

Примечание: раньше четко не было прописано

**Количество приемов пищи в зависимости от режима функционирования
организации и режима обучения**

| Вид организации | Продолжительность, либо время нахождения ребенка в организации | Количество обязательных приемов пищи |
|--|--|---|
| Дошкольные организации, организации по уходу и присмотру | до 5 часов | 2 приема пищи (приемы пищи определяются фактическим временем нахождения в организации) |
| | 8-10 часов | завтрак, второй завтрак, обед и полдник |
| | 11-12 часов | завтрак, второй завтрак, обед, полдник и ужин |
| | круглосуточно | завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин, второй ужин |
| Общеобразовательные организации, организации начального и среднего профессионального образования | до 6 часов | один прием пищи – завтрак или обед |
| | более 6 часов | не менее двух приемов пищи (приемы пищи определяются временем нахождения в организации) либо завтрак и обед (для детей, обучающихся в первую смену), либо обед и полдник (для детей, обучающихся во вторую смену) |
| | круглосуточно | завтрак, обед, полдник, ужин, второй ужин |
| Группы продленного дня в общеобразовательной организации | до 14.00 | дополнительно к завтраку обед |
| | до 17.00-18.00 | дополнительно обед и полдник |
| Общеобразовательные организации (обучающиеся на подвозе) | более 6 часов с учетом времени нахождения в пути следования автобуса | дополнительно к завтраку обед |
| Организация с дневным пребыванием в период каникул | 8.30-14.30 | завтрак и обед |
| | 8.30-18.00 | завтрак, обед и полдник |
| Стационарные загородные организации отдыха и оздоровления детей, организации санаторного типа, детские санатории | круглосуточно | завтрак (возможен второй завтрак), обед, полдник, ужин, второй ужин |
| Лагеря палаточного типа | круглосуточно | завтрак, обед, полдник, ужин |