

**Нормы питания детей в детских яслях, детских садах, яслях – садах и в санаторных дошкольных учреждениях (в соответствии с СанПиН)**

**(граммов в день на 1 ребенка)**

Продукты	Для детей в возрасте					В санаторных ДОУ	
	до 3 лет		от 3 до 7 лет				
	в учреждениях с пребыванием (часах)					в возрасте	
	9 - 10,5 часа	12 - 24 часа	9 - 10,5 часа	12 часов	24 часа	до 3 лет	от 3 до 7 л
Хлеб пшеничный	55	60	80	110	110	70	110
Хлеб ржаной	25	30	40	60	60	30	60
Мука пшеничная	16	16	20	25	25	16	25
Мука картофельная	3	3	3	3	3	3	3
Крупа, бобовые, макаронные изделия	20	30	30	45	45	35	45
Картофель	120	150	190	220	220	150	250
Овощи разные	180	200	200	250	250	300	300
Фрукты свежие	90	130	60	60	150	250	300
Фрукты сухие	10	10	10	10	15	15	15
Кондитерские изделия	4	7	10	10	10	10	15
Сахар	35	50	45	55	55	50	60
Масло сливочное	12	17	20	23	25	30	35
Масло растительное	5	6	7	9	9	6	10
Яйцо (штук)	0,25	0,5	0,5	0,5	0,5	1	1
Молоко	500	600	420	500	500	700	700
Творог	40	50	40	40	50	50	75
Мясо	60	85	100	100	100	120	160
Рыба	20	25	45	50	50	25	70
Сметана	5	5	5	10	15	20	25
Сыр	3	3	5	5	5	10	10
Чай	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2
Кофе злаковый	1	1	2	2	2	1	2
Соль	2	2	0	5	8	5	8
Дрожжи	1	1	1	1	1	1	1