

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ д/с № 52

 И.В. Серяк

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД
КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА № 52
ГОРОДА СТАВРОПОЛЯ**

**Положение
об организации детского питания**

г. Ставрополь

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение разработано в соответствии с нормативно-методическими документами законодательства по разделу «Гигиена питания», методическими рекомендациями «Питание детей в детских дошкольных учреждениях, утвержденные Минздравом ССР от 14.06.1984 г., «Контроль за организацией питания в детских дошкольных учреждениях» № 4265-87 от 13.03.1987 г., ФЗ от 02.2000 г. № 29-ФЗ « О качестве и безопасности пищевых продуктов / с изменениями от 30.12.2001г.; 10.01.2003 г.; 30.06.2003 г.; 22.08.2004 г., СанПин 2.4.1.3049 – 13 Постановление от 15 мая 2013 г. № 26., Инструкцией по проведению С- витаминизации, утвержденной Минздравом РФ от 18.02.1994г. №06-15/3-15

1.2. Настоящее Положение устанавливает порядок организации питания детей в МБДОУ, разработано с целью создания оптимальных условий для укрепления здоровья, обеспечения безопасности питания детей и соблюдения условий приобретения и хранения продуктов.

2. Организация питания на пищеблоке

2.1. Дети, посещающие МБДОУ д/с № 52 получают 3-х разовое питание, обеспечивающее 90-95 % суточного рациона. При этом завтрак должен составлять 20-25% суточной калорийности, второй завтрак 5-7 %, обед — 35-40%, уплотнённый полдник — 20-25 %, . В суточном рационе допускаются отклонения калорийности на 10 %

2.2. Объем пищи и выход блюд должны строго соответствовать возрасту ребенка;

2.3. Питание в МБДОУ осуществляется в соответствии с примерным 10-дневным меню, разработанным на основе физиологических потребностей в пищевых веществах и норм питания детей дошкольного возраста по сезонам и утвержденного заведующим МБДОУ.

2.4. На основе примерного 10-дневного меню ежедневно, на следующий день составляется меню-требование и утверждается заведующим МБДОУ.

2.5. Для детей в возрасте от 1,5 до 3 лет и от 3 до 7 лет меню - требование составляется отдельно. При этом учитываются:

- среднесуточный набор продуктов для каждой возрастной группы;
- объем блюд для этих групп;
- нормы физиологических потребностей;

- нормы потерь при холодной и тепловой обработки продуктов;
- выход готовых блюд;
- нормы взаимозаменяемости продуктов при приготовлении блюд;
- данные о химическом составе блюд;
- требования СанПин 2.4.1.3049 – 13 в отношении запрещенных продуктов и блюд, использование которых может стать причиной возникновения желудочно-кишечного заболевания, отравления.
- сведениями о стоимости и наличии продуктов.

2.6. Меню-требование является основным документом для приготовления пищи на пищеблоке. Приготовление каждого блюда в строгом соответствии с технологической карточкой, утверждённой заведующим ДООУ.

2.7. Вносить изменения в утвержденное меню-требование, без согласования с заведующим МБДОУ, запрещается.

2.8. При необходимости внесения изменения в меню /несвоевременный завоз продуктов, недоброкачественность продукта/ ответственным за питание в присутствии членов бракеражной комиссии составляется акт с указанием причины. В 10 дневное меню вносятся изменения, а меню-раскладка переписывается и заверяются подписью заведующего. Исправления в меню – требования не допускаются.

2.9. Для обеспечения преемственности питания детей, родителей (законных представителей) информируют об ассортименте питания ребенка, вывешивая меню на раздаче, в приемных групп, с указанием полного наименования блюд и выхода блюд.

2.10. Члены бракеражной комиссии обязаны присутствовать при закладке основных продуктов в котел и проверять блюда на выходе.

2.11. Объем приготовленной пищи должен соответствовать количеству детей и объему разовых порций (приложение)

2.12. Выдавать готовую пищу детям следует только с разрешения бракеражной комиссии, после снятия ими пробы и записи в бракеражном журнале результатов оценки готовых блюд. При этом в журнале отмечается результат пробы каждого блюда.

2.13. В целях профилактики гиповитаминозов, непосредственно перед раздачей, осуществляется С- витаминизация III блюда.

2.14. Выдача пищи на группы осуществляется строго по графику.

3. Организация питания детей в группах

3.1. Работа по организации питания детей в группах осуществляется под руководством воспитателя и заключается:

- в создании безопасных условий при подготовке и во время приема пищи;
- в формировании культурно-гигиенических навыков во время приема пищи детьми.

3.2. Получение пищи на группу осуществляется строго по графику, утвержденному заведующим МБДОУ.

3.3. Привлекать детей к получению пищи с пищеблока категорически запрещается.

3.4. Перед раздачей пищи детям младший воспитатель обязан:

- промыть столы горячей водой с мылом;
- тщательно вымыть руки;
- надеть специальную одежду для получения и раздачи пищи;
- проветрить помещение;
- сервировать столы в соответствии с приемом пищи.

3.5. К сервировке столов могут привлекаться дети с 3 лет.

3.6. С целью формирования трудовых навыков и воспитания самостоятельности во время дежурства по столовой воспитателю необходимо сочетать работу дежурных и каждого ребенка (например: салфетницы собирают дежурные, а тарелки за собой убирают дети).

3.7. Во время раздачи пищи категорически запрещается нахождение детей в обеденной зоне.

3.8. Подача блюд и прием пищи в обед осуществляется в следующем порядке:

- во время сервировки столов на столы ставятся хлебные тарелки с хлебом;
- разливают III блюдо;

- в салатницы, согласно меню, раскладывают салат (порционные овощи);
- подается первое блюдо;
- дети рассаживаются за столы и начинают прием пищи с салата (порционных овощей);
- по мере употребления детьми блюда, помощник воспитателя убирает со столов салатники;
- дети приступают к приему первого блюда;
- по окончании, младший воспитатель убирает со столов тарелки из-под первого;
- подается второе блюдо;
- прием пищи заканчивается приемом третьего блюда.

3.9. В группах раннего возраста детей, у которых не сформирован навык самостоятельного приема пищи, докармливают.

4. Порядок учета питания

4.1. На начало года заведующий МБДОУ издает приказ о назначении ответственного за питание, определяются его функциональные обязанности.

4.2. Ежедневно ответственный за питание составляет меню-раскладку на следующий день. Меню составляется на основании списков присутствующих детей, которые ежедневно, с 8.00 до 9.00 утра, подают педагоги.

4.3. На следующий день, в 8.00 воспитатели подают сведения о фактическом присутствии воспитанников в группах ответственному за питание, который оформляет заявку и передает ее на пищеблок.

4.4. В случае снижения численности детей, если закладка продуктов для приготовления завтрака произошла, порции отпускаются другим детям, как дополнительное питание, главным образом детям старшего дошкольного и младшего дошкольного возраста в виде увеличения нормы блюда.

4.5. Выдача неиспользованных порций в виде дополнительного питания или увеличения выхода блюд оформляется членами бракеражной комиссии соответствующим актом.

4.6. С последующим приемом пищи /обед, полдник/ дети, отсутствующие в учреждении, снимаются с питания, а продукты, оставшиеся невостребованными возвращаются на склад по акту. Возврат продуктов,

выписанных по меню для приготовления обеда. не производится, если они прошли кулинарную обработку в соответствии с технологией приготовления детского питания:

- овощи, если они прошли тепловую обработку;
- продукты, у которых срок реализации не позволяет их дальнейшее хранение.

4.7. Возврату подлежат продукты: яйцо, консервация /овощная, фруктовая. сгущенное молоко, кондитерские изделия, масло сливочное, молоко сухое, масло растительное, сахар, крупы, макароны, фрукты, овощи.

4.8. Если на завтрак пришло больше детей, чем было заявлено, то для всех детей уменьшают выход блюд, составляется акт и вносятся изменения в меню на последующие виды приема пищи в соответствии с количеством прибывших детей. Кладовщику необходимо предусматривать необходимость дополнения продуктов / мясо, овощи, фрукты, яйцо и т.д./

4.9. Учет продуктов ведется в накопительной ведомости. Записи в ведомости производятся на основании первичных документов в количественном и суммовом выражении. В конце месяца в ведомости подсчитываются итоги.

4.10. В течение месяца в стоимости дневного рациона питания допускаются небольшие отклонения - от установленной суммы, но средняя стоимость дневного рациона за месяц выдерживается в размере установленной.

5. Разграничение компетенции по вопросам организации питания в МДОУ

5.1. Руководитель учреждения создаёт условия для организации питания детей;

5.2. Несёт персональную ответственность за организацию питания детей в учреждении;

5.3. Представляет Учредителю необходимые документы по использованию денежных средств;

5.4. Распределение обязанностей по организации питания между руководителем ДОУ, работниками пищеблока, завхозом отражаются в должностной инструкции.

6. Финансирование расходов на питание детей в МДОУ

6.1. Расчёт финансирования расходов на питание детей в МБДОУ осуществляется на основании установленных норм питания и физиологических потребностей детей;

6.2. Финансирование расходов на питание осуществляется за счёт бюджетных средств и внебюджетных средств получателя средств местного бюджета;

6.3. Объёмы финансирования расходов на организацию питания на очередной финансовый год устанавливаются с учётом прогноза численности детей в ДОУ.

4.10. Начисление оплаты за питание производится на основании таблиц посещаемости, которые заполняют педагоги. Число д/дней по таблицам посещаемости должно строго соответствовать числу детей, состоящих на питании в меню-требовании. Бухгалтерия, сверяя данные, осуществляет контроль рационального расходования бюджетных средств.

4.11. Финансовое обеспечение питания отнесено к компетенции заведующего МБДОУ, главного бухгалтера.

4.12. Расходы по обеспечению питания воспитанников включаются в оплату родителям, размер которой устанавливается на основании Постановления администрации города Ставрополя.

4.13. Частичное возмещение расходов на питание воспитанников обеспечивается бюджетом города.

Журнал
бракеража скоропортящихся пищевых продуктов, поступающих
на пищеблок

| Дата и час поступления продовольственного сырья и пищевых продуктов | Наименование пищевых продуктов | Количество поступившего продовольственного сырья и пищевых продуктов (в килограммах, литрах, штуках) | Номер товарно-транспортной накладной | Условия хранения и конечный срок реализации (по маркировочному ярлыку) | Дата и час фактической реализации продовольственного сырья и пищевых продуктов по дням | Подпись ответственного лица | Прим |
|---|--------------------------------|--|--------------------------------------|--|--|-----------------------------|------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 7 | 8 | 9 |
| | | | | | | | |

Журнал
учета температурного режима в холодильном оборудовании

| Наименование единицы холодильного оборудования | Месяц/дни: (t в °C) | | | | | |
|--|---------------------|---|---|---|---|---|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| | | | | | | |

Технологическая карта
Технологическая карта N _____
Наименование изделия:
Номер рецептуры:
Наименование сборника рецептов:

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|--------------------|-------------------------------|----------|
| | 1 порция | |
| | Брутто, г | Нетто, г |
| Выход: | | |

Химический состав данного блюда:

| Пищевые вещества | | | | Витамин С, мг |
|------------------|---------|-------------|-----------------------|---------------|
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность, ккал | |
| | | | | |

Технология приготовления: _____

Приложение N 8
к СанПиН 2.4.1.3049-13

Таблица 1
(образец)

Журнал бракеража готовой кулинарной продукции

| Дата и час изготовления блюда | Время снятия бракеража | Наименование блюда, кулинарного изделия | Результаты органолептической оценки и степени готовности блюда, кулинарного изделия | Разрешение к реализации блюда, кулинарного изделия | Подписи членов бракер. комиссии | Прим |
|-------------------------------|------------------------|---|---|--|---------------------------------|------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

Примечание:

<*> Указываются факты запрещения к реализации готовой продукции.

Журнал проведения витаминизации третьих и сладких блюд

| Дата | Наименование препарата | Наименование блюда | Кол-во пит. | Общее кол-во внесенного витам. препарата (гр) | Время внесения препарата или пригот. витаминизированного блюда | Время приема блюда | Прим |
|------|------------------------|--------------------|-------------|---|--|--------------------|------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |

ПИЩЕВЫЕ ПРОДУКТЫ,
КОТОРЫЕ НЕ ДОПУСКАЕТСЯ ИСПОЛЬЗОВАТЬ В ПИТАНИИ ДЕТЕЙ:

Мясо и мясопродукты:

- мясо диких животных;
- коллагенсодержащее сырье из мяса птицы;
- мясо третьей и четвертой категории;
- мясо с массовой долей костей, жировой и соединительной ткани свыше 20%;
- субпродукты, кроме печени, языка, сердца;
- кровяные и ливерные колбасы;
- непотрошенная птица;
- мясо водоплавающих птиц.

Блюда, изготовленные из мяса, птицы, рыбы:

- зельцы, изделия из мясной обрезки, диафрагмы; рулеты из мякоти голов;
- блюда, не прошедшие тепловую обработку, кроме соленой рыбы (сельдь, семга, форель).

Консервы:

- консервы с нарушением герметичности банок, бомбажные, "хлопуши", банки с ржавчиной, деформированные, без этикеток.

Пищевые жиры:

- кулинарные жиры, свиное или баранье сало, маргарин (маргарин допускается только для выпечки) и другие гидрогенизированные жиры;
- сливочное масло жирностью ниже 72%;
- жареные в жире (во фритюре) пищевые продукты и кулинарные изделия, чипсы.

Молоко и молочные продукты:

- молоко и молочные продукты из хозяйств, неблагополучных по заболеваемости сельскохозяйственных животных,
- молоко, не прошедшее пастеризацию;
- молочные продукты, творожные сырки с использованием растительных жиров;
- мороженое;
- творог из непастеризованного молока;
- фляжная сметана без термической обработки;
- простокваша "самоквас";

Яйца:

- яйца водоплавающих птиц;
- яйца с загрязненной скорлупой, с насечкой, "тек", "бой";
- яйца из хозяйств, неблагополучных по сальмонеллезам;

Кондитерские изделия:

- кремовые кондитерские изделия (пирожные и торты) и кремы.

Прочие продукты и блюда:

- любые пищевые продукты домашнего (не промышленного) изготовления, а также принесенные из дома (в том числе при организации праздничных мероприятий, праздновании дней рождения и т.п.);
- первые и вторые блюда на основе сухих пищевых концентратов быстрого приготовления;
- крупы, мука, сухофрукты и другие продукты, загрязненные различными примесями или зараженные амбарными вредителями;
- грибы и кулинарные изделия, из них приготовленные;
- квас, газированные напитки;

- уксус, горчица, хрен, перец острый и другие острые приправы и содержащие их пищевые продукты, включая острые соусы, кетчупы, майонезы и майонезные соусы;
- маринованные овощи и фрукты (огурцы, томаты, сливы, яблоки) с применением уксуса, не прошедшие перед выдачей термическую обработку;
- кофе натуральный;
- ядра абрикосовой косточки, арахиса;
- карамель, в том числе леденцовая;
- продукты, в том числе кондитерские изделия, содержащие алкоголь; кумыс и другие кисломолочные продукты с содержанием этанола (более 0,5%).

Приложение N 10
к СанПиН 2.4.1.3049-13

**РЕКОМЕНДУЕМЫЕ СУТОЧНЫЕ НАБОРЫ
ПРОДУКТОВ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ДОШКОЛЬНЫХ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ (Г, МЛ, НА 1 РЕБЕНКА/СУТКИ)**

| Наименование пищевого продукта или группы пищевых продуктов | Количество продуктов в зависимости от возраста детей | | | |
|--|---|--------------|-------------------|--------------|
| | в г, мл, брутто | | в г, мл, нетто | |
| | 1 - 3 года | 3 - 7 лет | 1 - 3 года | 3 - 7 лет |
| | | | | |

| | | | | |
|--|----------|----------|------|------|
| Молоко и кисломолочные продукты с м.д.ж. не ниже 2,5% | 390 | 450 | 390 | 450 |
| Творог, творожные изделия с м.д.ж. не менее 5% | 30 | 40 | 30 | 40 |
| Сметана с м.д.ж. не более 15% | 9 | 11 | 9 | 11 |
| Сыр твердый | 4,3 | 6,4 | 4 | 6 |
| Мясо (бескостное/на кости) | 55/68 | 60,5/75 | 50 | 55 |
| Птица (куры 1 кат. потр./цыплята-бройлеры 1 кат. потр./индейка 1 кат. потр.) | 23/23/22 | 27/27/26 | 20 | 24 |
| Рыба (филе), в т.ч. филе слабо- или малосоленое | 34 | 39 | 32 | 37 |
| Колбасные изделия | - | 7 | - | 6,9 |
| Яйцо куриное столовое | 0,5 шт. | 0,6 шт. | 20 | 24 |
| Картофель: с 01.09 по 31.10 | 160 | 187 | 120 | 140 |
| с 31.10 по 31.12 | 172 | 200 | 120 | 140 |
| с 31.12 по 28.02 | 185 | 215 | 120 | 140 |
| с 29.02 по 01.09 | 200 | 234 | 120 | 140 |
| Овощи, зелень | 256 | 325 | 205 | 260 |
| Фрукты (плоды) свежие | 108 | 114 | 95 | 100 |
| Фрукты (плоды) сухие | 9 | 11 | 9 | 11 |
| Соки фруктовые (овощные) | 100 | 100 | 100 | 100 |
| Напитки витаминизированные (готовый напиток) | - | 50 | - | 50 |
| Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 40 | 50 | 40 | 50 |
| Хлеб пшеничный или хлеб зерновой | 60 | 80 | 60 | 80 |
| Крупы (злаки), бобовые | 30 | 43 | 30 | 43 |
| Макаронные изделия | 8 | 12 | 8 | 12 |
| Мука пшеничная хлебопекарная | 25 | 29 | 25 | 29 |
| Масло коровье сладкосливочное | 18 | 21 | 18 | 21 |
| Масло растительное | 9 | 11 | 9 | 11 |
| Кондитерские изделия | 7 | 20 | 7 | 20 |
| Чай, включая фиточай | 0,5 | 0,6 | 0,5 | 0,6 |
| Какао-порошок | 0,5 | 0,6 | 0,5 | 0,6 |
| Кофейный напиток | 1,0 | 1,2 | 1,0 | 1,2 |
| Сахар | 37 | 47 | 37 | 47 |
| Дрожжи хлебопекарные | 0,4 | 0,5 | 0,4 | 0,5 |
| Мука картофельная (крахмал) | 2 | 3 | 2 | 3 |
| Соль пищевая поваренная | 4 | 6 | 4 | 6 |
| Хим. состав (без учета т/о) | | | | |
| Белок, г | | | 59 | 73 |
| Жир, г | | | 56 | 69 |
| Углеводы, г | | | 215 | 275 |
| Энергетическая ценность, ккал | | | 1560 | 1963 |

Примечание:

1 - при составлении меню допустимы отклонения от рекомендуемых норм питания +/- 5%;

2 - при использовании другого сырья необходимо делать перерасчет. Масса брутто может меняться в зависимости от исходного сырья и сезона года. При формировании меню необходимо обеспечивать выполнение натуральных норм питания в соответствии с данными, приведенными в столбце нетто.

3 - доля кисломолочных напитков может составлять 135 - 150 мл для детей в возрасте 1 - 3 года и 150 - 180 мл - для детей 3 - 7 лет;

4 - % отхода учитывать только при использовании творога для приготовления блюд;

5 - в случае замены говядины на другие виды мясного сырья (разрешенного для использования в питании детей в ДООУ /приложение 8/, поступления новых видов пищевых продуктов, в том числе и импортных товаров, или в случае поступления нестандартного сырья, нормы отходов и потерь при технологической обработке этого сырья могут определяться дошкольной организацией самостоятельно путем контрольных проработок;

6 - количество витаминизированного напитка должно обеспечить не более 15% от суточной потребности детей в витаминах и может меняться в зависимости от состава напитка;

7 - в том числе для приготовления блюд и напитков; в случае использования продуктов промышленного выпуска, содержащих сахар (сгущенное молоко, кисели и др.), выдача сахара должна быть уменьшена в соответствии с его количеством, поступающим в составе используемого готового продукта;

8 - допустимы отклонения от химического состава рекомендуемых наборов продуктов +/- 10%;

При использовании в питании детей готовых продуктов и полуфабрикатов промышленного производства со сложным составом, входящие в их состав ингредиенты следует учитывать одновременно в различных группах продуктового набора в соответствии с количественными сведениями о составе продукта, представленными изготовителем на упаковке (на основании технических документов, рецептов, расчетных или лабораторных данных).

Приложение N 11
к СанПиН 2.4.1.3049-13

РЕКОМЕНДУЕМЫЙ АССОРТИМЕНТ ОСНОВНЫХ ПИЩЕВЫХ ПРОДУКТОВ ДЛЯ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ В ПИТАНИИ ДЕТЕЙ В ДОШКОЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ

Мясо и мясопродукты:

- говядина I категории,
- телятина,
- нежирные сорта свинины и баранины;
- мясо птицы охлажденное (курица, индейка),
- мясо кролика,
- сосиски, сардельки (говяжьи), колбасы вареные для детского питания, не чаще, чем 1 - 2 раза в неделю - после тепловой обработки;
- субпродукты говяжьи (печень, язык).

Рыба и рыбопродукты - треска, горбуша, лосось, хек, минтай, ледяная рыба, судак, сельдь (соленая), морепродукты.

Яйца куриные - в виде омлетов или в вареном виде.

Молоко и молочные продукты:

- молоко (2,5%, 3,2% жирности), пастеризованное, стерилизованное;
- сгущенное молоко (цельное и с сахаром), сгущенно-вареное молоко;

- творог не более 9% жирности с кислотностью не более 150 °Т - после термической обработки; творог и творожные изделия промышленного выпуска в мелкоштучной упаковке;
- сыр неострых сортов (твердый, полутвердый, мягкий, плавленый - для питания детей дошкольного возраста);
- сметана (10%, 15% жирности) - после термической обработки;
- кисломолочные продукты промышленного выпуска; ряженка, варенец, бифидок, кефир, йогурты, простокваша;
- сливки (10% жирности);
- мороженое (молочное, сливочное)

Пищевые жиры:

- сливочное масло (72,5%, 82,5% жирности);
- растительное масло (подсолнечное, кукурузное, соевое - только рафинированное; рапсовое, оливковое) - в салаты, винегреты, сельдь, вторые блюда;
- маргарин ограниченно для выпечки.

Кондитерские изделия:

- зефир, пастила, мармелад;
- шоколад и шоколадные конфеты - не чаще одного раза в неделю;
- галеты, печенье, крекеры, вафли, пряники, кексы (предпочтительнее с минимальным количеством пищевых ароматизаторов и красителей);
- пирожные, торты (песочные и бисквитные, без крема);
- джемы, варенье, повидло, мед - промышленного выпуска.

Овощи:

- овощи свежие: картофель, капуста белокочанная, капуста краснокочанная, капуста цветная, брюссельская, брокколи, капуста морская, морковь, свекла, огурцы, томаты, перец сладкий, кабачки, баклажаны, патиссоны, лук (зеленый и репчатый), чеснок (с учетом индивидуальной переносимости), петрушка, укроп, листовой салат, щавель, шпинат, сельдерей, брюква, репа, редис, редька, тыква, корни белые сушеные, томатная паста, томат-пюре;
- овощи быстрозамороженные (очищенные полуфабрикаты): картофель, капуста цветная, брюссельская, брокколи, капуста морская, морковь, свекла, перец сладкий, кабачки, баклажаны, лук (репчатый), шпинат, сельдерей, тыква, горошек зеленый, фасоль стручковая.

Фрукты:

- яблоки, груши, бананы, слива, персики, абрикосы, ягоды (за исключением клубники, в том числе быстрозамороженные);
- цитрусовые (апельсины, мандарины, лимоны) - с учетом индивидуальной переносимости;
- тропические фрукты (манго, киви, ананас, гуава) - с учетом индивидуальной переносимости;
- сухофрукты.

Бобовые: горох, фасоль, соя, чечевица.

Орехи: миндаль, фундук, ядро грецкого ореха.

Соки и напитки:

- натуральные отечественные и импортные соки и нектары промышленного выпуска (осветленные и с мякотью);
- напитки промышленного выпуска на основе натуральных фруктов;
- витаминизированные напитки промышленного выпуска без консервантов и искусственных пищевых добавок;
- кофе (суррогатный), какао, чай.

Консервы:

- говядина тушеная (в виде исключения при отсутствии мяса) для приготовления первых блюд);
- лосось, сайра (для приготовления супов);
- компоты, фрукты дольками;
- баклажанная и кабачковая икра для детского питания;
- зеленый горошек;
- кукуруза сахарная;
- фасоль стручковая консервированная;
- томаты и огурцы соленые.

Хлеб (ржаной, пшеничный или из смеси муки, предпочтительно обогащенный), крупы, макаронные изделия - все виды без ограничения.

Соль поваренная йодированная - в эндемичных по содержанию йода районах.

Приложение N 13
к СанПиН 2.4.1.3049-13

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

| Возраст детей | Завтрак | Обед | Полдник | Ужин |
|----------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| от 1 года до 3-х лет | 350 - 450 | 450 - 550 | 200 - 250 | 400 - 500 |
| от 3-х до 7-ми лет | 400 - 550 | 600 - 800 | 250 - 350 | 450 - 600 |

Приложение N 14
к СанПиН 2.4.1.3049-13

ТАБЛИЦА ЗАМЕНЫ ПРОДУКТОВ ПО БЕЛКАМ И УГЛЕВОДАМ

| Наименование продуктов | Количество (нетто, г) | Химический состав | | | Добавить к суточному рациону или исключить |
|------------------------|-----------------------|-------------------|---------|-------------|--|
| | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | |
| | | | | | |

| Замена хлеба (по белкам и углеводам) | | | | | |
|--------------------------------------|-----|------|------|------|--------------|
| Хлеб пшеничный | 100 | 7,6 | 0,9 | 49,7 | |
| Хлеб ржаной простой | 150 | 8,3 | 1,5 | 48,1 | |
| Мука пшеничная 1 сорт | 70 | 7,4 | 0,8 | 48,2 | |
| Макароны, вермишель | 70 | 7,5 | 0,9 | 48,7 | |
| Крупа манная | 70 | 7,9 | 0,5 | 50,1 | |
| Замена картофеля (по углеводам) | | | | | |
| Картофель | 100 | 2,0 | 0,4 | 17,3 | |
| Свекла | 190 | 2,9 | - | 17,3 | |
| Морковь | 240 | 3,1 | 0,2 | 17,0 | |
| Капуста белокочанная | 370 | 6,7 | 0,4 | 17,4 | |
| Макароны, вермишель | 25 | 2,7 | 0,3 | 17,4 | |
| Крупа манная | 25 | 2,8 | 0,2 | 17,9 | |
| Хлеб пшеничный | 35 | 2,7 | 0,3 | 17,4 | |
| Хлеб ржаной простой | 55 | 3,1 | 0,6 | 17,6 | |
| Замена свежих яблок (по углеводам) | | | | | |
| Яблоки свежие | 100 | 0,4 | - | 9,8 | |
| Яблоки сушеные | 15 | 0,5 | - | 9,7 | |
| Курага (без косточек) | 15 | 0,8 | - | 8,3 | |
| Чернослив | 15 | 0,3 | - | 8,7 | |
| Замена молока (по белку) | | | | | |
| Молоко | 100 | 2,8 | 3,2 | 4,7 | |
| Творог полужирный | 20 | 3,3 | 1,8 | 0,3 | |
| Творог жирный | 20 | 2,8 | 3,6 | 0,6 | |
| Сыр | 10 | 2,7 | 2,7 | - | |
| Говядина (1 кат.) | 15 | 2,8 | 2,1 | - | |
| Говядина (2 кат.) | 15 | 3,0 | 1,2 | - | |
| Рыба (филе трески) | 20 | 3,2 | 0,1 | - | |
| Замена мяса (по белку) | | | | | |
| Говядина (1 кат.) | 100 | 18,6 | 14,0 | | |
| Говядина (2 кат.) | 90 | 18,0 | 7,5 | | Масло + 6 г |
| Творог полужирный | 110 | 18,3 | 9,9 | | Масло + 4 г |
| Творог жирный | 130 | 18,2 | 23,4 | 3,7 | Масло - 9 г |
| Рыба (филе трески) | 120 | 19,2 | 0,7 | - | Масло + 13 г |
| Яйцо | 145 | 18,4 | 16,7 | 1,0 | |
| Замена рыбы (по белку) | | | | | |
| Рыба (филе) | 100 | 16,0 | 0,6 | 1,3 | |

| | | | | | |
|------------------------|-----|------|------|-----|--------------|
| трески) | | | | | |
| Говядина 1 кат. | 85 | 15,8 | 11,9 | - | Масло - 11 г |
| Говядина 2 кат. | 80 | 16,0 | 6,6 | - | Масло - 6 г |
| Творог полужирный | 100 | 16,7 | 9,0 | 1,3 | Масло - 8 г |
| Творог жирный | 115 | 16,1 | 20,7 | 3,3 | Масло - 20 г |
| Яйцо | 125 | 15,9 | 14,4 | 0,9 | Масло - 13 г |
| Замена творога | | | | | |
| Творог полужирный | 100 | 16,7 | 9,0 | 1,3 | |
| Говядина 1 кат. | 90 | 16,7 | 12,6 | - | Масло - 3 г |
| Говядина 2 кат. | 85 | 17,0 | 7,5 | - | |
| Рыба (филе трески) | 100 | 16,0 | 0,6 | - | Масло + 9 г |
| Яйцо | 130 | 16,5 | 15,0 | 0,9 | Масло - 5 г |
| Замена яйца (по белку) | | | | | |
| Яйцо 1 шт. | 40 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | |
| Творог полужирный | 30 | 5,0 | 2,7 | 0,4 | |
| Творог жирный | 35 | 4,9 | 6,3 | 1,0 | |
| Сыр | 20 | 5,4 | 5,5 | - | |
| Говядина 1 кат. | 30 | 5,6 | 4,2 | - | |
| Говядина 2 кат. | 25 | 5,0 | 2,1 | - | |
| Рыба (филе трески) | 35 | 5,6 | 0,7 | - | |