

**Нормы питания детей  
в дошкольных образовательных учреждениях  
(г, мл, на 1 ребенка в день)**

№ п/п	Наименование продуктов	Натуральные нормы (г, мл, на 1 ребенка в день)	
		ясли	сад
1.	Молоко	293	338
2.	Творог	23	30
3.	Сметана	7	8
4.	Сыр	3	5
5.	Мясо (безкостное/на кости)	41/51	45/56
6.	Птица (цыпл.-бройл.)	17	20
7.	Рыба	25,5	29
8.	Колбасные изделия	-	5
9.	Яйцо куриное	0,4	0,45
10.	Картофель: с 01.09.по 31.10.	120	140
	с 31.10 по 31.12	129	150
	с 31.12 по 28.02.	139	161
	С 29.02 по 01.09.	150	176
11.	Овощи, зелень	192	244
12.	Фрукты (плоды) свежие	81	85,5
13.	Фрукты (плоды) сухие	7	8
14.	Соки фруктовые (овощные)	75	75
15.	Напитки витаминизированные (готовый напиток)	-	37,5
16.	Хлеб ржаной (рж.-пшен.)	30	37,5
17.	Хлеб пшеничный	45	60
18.	Крупы (злаки), бобовые	22,5	32
19.	Макаронные изделия гр. А	6	9
20.	Мука пшен. хлебопекарная	19	22
21.	Масло коровье сладкосливоч.	13,5	16
22.	Масло растительное	7	8,3
23.	Кондитерские изделия	5	15
24.	Чай	0,4	0,45
25.	Какао-порошок	0,4	0,45
26.	Кофейный напиток	0,75	0,9
27.	Сахар	28	35
28.	Дрожжи хлебопекарные	0,3	0,4
29.	Мука картофельная (крахмал)	1,5	2,25
30.	Соль пищевая поваренная	3	4,5

Наименование показателей	2-3 года норма	3-7 лет норма
Белки, г	44,3	55
Жиры, г	42	52
Углеводы, г	161	206
Калорийность (ккал)	1170	1472