

СРЕДНЕСУТОЧНЫЕ НОРМЫ ПИТАНИЯ

ДЛЯ ДЕТЕЙ

САНПИН 2.4.1.2731-10 ОТ 2012.2010

НАИМЕНОВАНИЕ ПРОДУКТА	КОЛИЧЕСТВО ПРОДУКТ В Г, МЛ	
	от 1 года	от 3-х лет
	до 3-х лет	до 7-ми лет
Молоко, в т.ч. кисломолочные продукты	390	450
Творог	30	40
Сметана	9	11
Сыр	4	6
Мясо	50	55
Птица	20	24
Рыба	32	37
Колбасные изделия	4,9	6,9
Яйцо	20	24
Картофель	120	140
Овощи, зелень	205	260
Фрукты свежие	95	100
Фрукты сухие	9	11
Соки фруктовые	100	100
Хлеб ржаной	40	50
Хлеб пшеничный	70	100
Крупы, бобовые	30	43
Мука пшеничная	70	100
Мука картофельная	3	3
Масло сливочное	22	26
Масло растительное	9	11
Кондитерские изделия	7	20
Чай	0,5	0,6
Какао-порошок	0,5	0,6
Кофейный напиток	1	1,2
Дрожжи	0,4	0,5
Сахар	37	47
Соль	4	6