

Рекомендуемый ассортимент основных пищевых продуктов для использования в питании детей в дошкольных организациях

1. Мясо и мясопродукты:

говядина I категории;

телятина;

нежирные сорта свинины и баранины;

мясо птицы охлажденное (курица, индейка);

мясо кролика;

сосиски, сардельки (говяжьей), колбасы вареные для детского питания, не чаще, чем 1 — 2 раза в неделю — после тепловой обработки;

субпродукты говяжьей (печень, язык).

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

3. Яйца куриные — в виде омлетов или в вареном виде.

4. Молоко и молочные продукты:

молоко (2,5%-ной, 3,2%-ной жирности), пастеризованное, стерилизованное;

сгущенное молоко (цельное и с сахаром), сгущенно-вареное молоко;

творог не более 9%-ной 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%-ной, 15%-ной жирности) — после термической обработки;

кисломолочные продукты промышленного выпуска; ряженка, варенец, бифидок, кефир, йогурты, простокваша;

сливки (10%-ной жирности);

мороженое (молочное, сливочное).

5. Пищевые жиры:

сливочное масло (72,5%-ной, 82,5%-ной жирности);

растительное масло (подсолнечное, кукурузное, соевое — только рафинированное; рапсовое, оливковое) — в салаты, винегреты, сельдь, вторые блюда;

маргарин ограниченно для выпечки.

6. 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.

7. 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.

8. 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.

9. **Бобовые:** горох, фасоль, соя, чечевица.

10. **Орехи:** миндаль, фундук, ядро грецкого ореха.

11. 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.

12. 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.

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

14. **Соль поваренная йодированная** — в эндемичных по содержанию йода районах.