

Приложение

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, сухое;

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

- творог не более 9% жирности с кислотностью не более 1500 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);

 - джемы, варенье, повидло

***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, коренья 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.

Дополнительно при наличии финансовых возможностей в питании детей могут использоваться:

- икра осетровая и лососевая зернистая (не чаще 1 раза в 2 недели);

- рыба соленая красная (предпочтительнее горбуша, кета) - не чаще 1 раза в 2 недели.