Приложение 10

Рекомендуемые среднесуточные наборы продуктов для детей возраста до 1 года

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование продуктов | Количество продуктов в граммах по возрастным группам *(* м сяпам ) | | | |
|  |  | ДоЗ | 4-6 | 7-9 | 10-12 |
| 1 | Хлебопродукты: |  |  |  |  |
|  | хлеб пшеничный Гили | - | - | 10 | 40 |
|  | хлеб ржаной | - |  | - | 15 |
| 2 | Крупа, макаронные изделия: | - | 16 | 18 | 30 |
|  | "геркулес" | - | 8 | 18 | 30 |
| 1 | рисовая | - |  |  | 3 |
|  |  |  |  | 4.5 |  |
|  | манная |  |  |  | -' |
|  | гречневая | - | - | - | 5 |
|  | махаронные изделия | - | - | 4.5 | 6 |
| 3 | Картофель | - | 70 | 70 | 100 |
| 4 | Овоши. всего, в том числе: | - | 70 | 70 | 100 |
|  | морковь | - | 28 | 28 | 30 |
|  | свекла | - | 5 | 5 | 10 |
|  | капуста белокочанная | - | 28 | 28 | 36 |
|  | переп сладкий | - | - | - | 1 |
|  | лук оепчатый | - | - | - | 5 |
|  | зелень и другие овоши | - | 9 | 9 | 13 |
|  | горошек зеленый | - | - | - | 5 |
| 5 | фрукты: |  |  |  |  |
|  | сЬЬуктовое пюре | - | 50 | 100 | 100 |
|  | сок фруктовый | 10-30 | 40 | 50 | 50 |
|  | СУХОФРУКТЫ | - | - | - | 10 |
| 6 | Сахар, кондитерские изделия: | - | - | - | 10-15 |
|  | печенье | - | - | 10 | 20 |
| 7 | Масло растительное | - | 1-2 | 2-4 | 4-6 |
| 8 | Рыба и рыбопродукты | - | - | 30 | 40 |
| 9 : | Мясо и мясопродукты: |  |  |  |  |
|  | мясо (для бульона) | - | - | 60 | 80 |
| 10.,.. | Молоко и молочные |  |  |  |  |
|  | молочные смеси | 90 | 70 | 55 | 55 |
|  | молоко натуральное | - | 80 | 180 | 200 |
|  | кефир | - | - | 100 | 100 |
|  | ТВОРОГ | - | 40 | 50 | 50 |
|  | масло сливочное | \_ | 2 | 5 | 10 |
| 11 | Яйцо | - | 1/4 | 1/2 | 1 |

Примечание: 1. Рационы детского питания приведены на основе данных Центрального Ордена Ленина института усовершенствования врачей ( кафедра физиологии развития и воспитания детей ) 2. Нормы физиологических потребностей в пищевых веществах и энергии для различных групп населения Российской Федерации. М.: Медицина. 1992 год

