

Приложение 8 к СанПиН 2.4.5.2409-08

Таблица 1

Рекомендуемые среднесуточные наборы пищевых продуктов, в том числе, используемые для приготовления блюд и напитков, для обучающихся общеобразовательных учреждений

Наименование продуктов	Количество продуктов в зависимости от возраста обучающихся				
	в г, мл, брз	ГТО		в г, мл, нетто	
		7-10 лет	11-18 лет	7-10 лет	11-18 лет
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	80	120	80	120	
Хлеб пшеничный	150	200	150	200	
Мука пшеничная	15 "	20	15	20	
Крупы, бобовые	45	50	45	50	
Макаронные изделия	15	20	15	20	
Картофель	250*	250*	188	188	
Овощи свежие, зелень	350	400	280**	320**	
Фрукты (плоды) свежие	200	200	185**	185**	
Фрукты (плоды) сухие, в т.ч. шиповник	15	20	15	20	
Соки плодоовощные, напитки витаминизированные, в т. ч. инстантные	200	200	200	200	
Мясо жилованное (мясо на кости) 1 кат.	77(95)	86(105)	70	78	
Цыплята 1 категории потрошенные (куры 1 кат. п/п)	40 (51)	60 (76)	35	53	
Рыба-филе	60	80	58	77	
Колбасные изделия	15	20	14,7	19,6	
Молоко (массовая доля жира 2,5%, 3,2%)	300	300	300	300	
Кисломолочные продукты (массовая доля жира 2,5% 3,2%)	150	180	150	180	
Творог (массовая доля жира не более 9 %)	50	60	50	60	
Сыр	10	12	9,8	11,8	
Сметана (массовая доля жира не более 15%)	10	10	10	10	
Масло сливочное	30	35	30	35	
Масло растительное	15	18	15	18	
Яйцо диетическое	1 шт.	1 шт.	40	40	
Сахар***	40	45	40	45	
Кондитерские изделия	10	15	10	15	
Чай	0,4	0,4	0,4	0,4	
Какао	1,2	1,2	1,2	1,2	
Дрожжи хлебопекарные	1	2	1	2	
Соль	5	7	5	7	

Примечание:

* Масса брутто приводится для нормы отходов 25 %.

** Масса нетто является средней величиной, которая может меняться в зависимости от исходного вида овощей и фруктов и сезона года. При формировании меню целесообразно обеспечивать выполнение натуральных норм питания в соответствии с данными, приведенными в столбце нетто.

*** В том числе для приготовления блюд и напитков, в случае использования продуктов промышленного выпуска, содержащих сахар (сгущенное молоко, кисели и др.) выдача сахара должна быть уменьшена в зависимости от его содержания в используемом готовом продукте.

Таблица 2

Рекомендуемые наборы пищевых продуктов для обучающихся образовательных учреждений начального и среднего профессионального образования при 2-х и 4-х разовом питании

Наименование продуктов	Единица измерения	Количественные величины в брутто	
		При 4-х разовом питании	При 2-х разовом питании
Мясо	грамм	160	130
Колбасные изделия	грамм	10	5
Субпродукты	грамм	30	15
Рыба, в т.ч.:	грамм	70	60
сельдь	грамм	5	5
Яйцо	штук	0,7	0,5
Молоко и кисломолочные продукты	грамм	300	100
Творог полужирный	грамм	60	35
Сметана 30% жирности	грамм	15	10
Сыр	грамм	15	10
Масло сливочное, в т.ч.:	грамм	25	25
порционное	грамм	20	20
Маргарин	грамм	30	20
Масло растительное	грамм	15	10
Макаронные изделия	грамм	20	10
Крупы	грамм	60	40
Бобовые	грамм	8	5
Мука пшеничная	грамм	50	15
Сухари пшеничные	грамм	10	5
Крахмал	грамм	3	2
Сахар, в т.ч. кондитерские изделия	грамм	80	40
Картофель	грамм	300	210
Овощи	грамм	350	250
Томат-пюре	грамм	10	10
Сухофрукты	грамм	15	10
Кофейный напиток	грамм	2	2
Чай	грамм	2	1
Какао	грамм	0,5	0,5
Желатин	грамм	0,3	0,3
Фрукты свежие или сок	грамм	85	60

Специи	грамм	2	1,5
Соль	грамм	10	7
Дрожжи	грамм	1	-
Хлеб пшеничный	грамм	280	180
Хлеб ржаной	грамм	170	120