

**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 (говяжьи), колбасы вареные для детского питания, не чаще, чем 1 — 2 раза в неделю — после тепловой обработки;
  - субпродукты говяжьи (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);

- citrusовые (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.