

**ЧАСТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДЕТСКИЙ САД «РОМАШКА»**

445143, РФ, Самарская обл., Ставропольский р-н, с. Подстепки, пер. Проездной, д. 2, тел. (8482) 74-74-11

**Согласовано:**

с собственником имущества



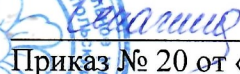
/Сеначина Н.Г./

**Принято:**

На заседании педагогического совета  
Протокол № 1 от 26.08.2022 г.

**«УТВЕРЖДАЮ»**

Директор ЧДОУ «Детский сад «РОМАШКА»



/Сеначина Н.Г./

Приказ № 20 от « 15 » августа 2022 г.



**ПОЛОЖЕНИЕ**  
**об организации питания**  
**в частном дошкольном образовательном учреждении**  
**«Детский сад «РОМАШКА»**

**1. Общие положения**

1.1. Настоящее Положение об организации питания в частном дошкольном образовательном учреждении «Детский сад «РОМАШКА» (далее — Положение) разработано в соответствии с Федеральным Законом № 273-ФЗ от 29.12.2012 г. «Об образовании в Российской Федерации», санитарно-эпидемиологическими правилами и нормами СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения", СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», Приказом Минздравсоцразвития России № 21 Зн и Минобрнауки России N 2178 от 11.03.2012 г. «Об утверждении методических рекомендаций по организации питания обучающихся и воспитанников образовательных учреждений», Федеральным законом № 29-ФЗ от 02.01.2000 г. «О качестве и безопасности пищевых продуктов», Уставом ЧДОУ «Детский сад «РОМАШКА».

1.2. Данное Положение разработано с целью создания оптимальных условий для укрепления здоровья воспитанников, обеспечения безопасного и сбалансированного питания детей дошкольного возраста, осуществления контроля создания необходимых условий для качественного питания в частном дошкольном образовательном учреждении «Детский сад «РОМАШКА» (далее - ЧДОУ).

1.3. Настоящее положение определяет основные цели и задачи организации питания в ЧДОУ, устанавливает требования к организации питания детей, порядок поставки продуктов, условия и сроки их хранения, нормы питания, регламентирует порядок организации и учета питания, ответственность, контроль и документацию.

1.4. Организация питания в ЧДОУ осуществляется штатными работниками организации.

## **2. Основные цели и задачи организации питания**

2.1. Основной целью организации питания в ЧДОУ является создание оптимальных условий для укрепления здоровья и обеспечения безопасного и сбалансированного питания воспитанников, осуществления контроля необходимых условий для организации питания, а также соблюдения условий приобретения и хранения продуктов в ЧДОУ.

2.2. Основными задачами при организации питания воспитанников в ЧДОУ являются:

- обеспечение воспитанников питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в рациональном и сбалансированном питании;
- гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании;
- предупреждение (профилактика) среди воспитанников ЧДОУ инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания;
- пропаганда принципов здорового и полноценного питания;
- анализ оценки уровня профессионализма лиц, участвующих в обеспечении качественного питания, по результатам их практической деятельности;
- разработка и соблюдение нормативно-правовых актов ЧДОУ в части организации и обеспечения качественного питания.

## **3. Требования к организации питания воспитанников**

3.1. ЧДОУ обеспечивает гарантированное сбалансированное питание воспитанников в соответствии с их возрастом и временем пребывания в организации по нормам, утвержденными санитарными нормами и правилами.

3.2. Требования к деятельности по формированию рациона и организации питания детей в ЧДОУ, производству, реализации, организации потребления продукции для детей, посещающих ЧДОУ, определяются санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами, установленными санитарными, гигиеническими и иными нормами и требованиями, не соблюдение которых создаёт угрозу жизни и здоровья детей.

3.3. Оборудование и содержание пищеблока должны соответствовать санитарным правилам и нормам организации общественного питания, а также типовой инструкции по охране труда при работе на пищеблоке. Посуда, инвентарь, тара должны иметь соответствующие санитарно-эпидемиологическое заключение. Для приготовления пищи используется электрооборудование.

## **4. Порядок поставки продуктов**

4.1. Порядок поставки продуктов осуществляется частично силами организации, частично в рамках заключенных договоров с поставщиками.

4.2. Поставка продуктов осуществляется из расчета расхода за одну неделю, отдельными партиями по заявкам ЧДОУ.

4.3. Транспортировку пищевых продуктов проводят в условиях, обеспечивающих их сохранность и предохраняющих от загрязнения. Доставка пищевых продуктов осуществляется специализированным транспортом, имеющим санитарный паспорт.

4.4. Товар должен быть упакован надлежащим образом, обеспечивающим его сохранность при перевозке и хранении.

4.5. На упаковку (тару) товара должна быть нанесена маркировка в соответствии с требованиями законодательства Российской Федерации.

4.6. Продукция поставляется в одноразовой упаковке (таре) производителя.

4.7. Вместе с товаром поставщик передает документы на него, указанные в спецификации.

4.8. Входной контроль поступающих продуктов осуществляется ответственным лицом. Результаты контроля регистрируются в журнале бракеража скоропортящейся пищевой продукции, поступающих на пищеблок ЧДОУ, который хранится в течение года.

## **5. Условия и сроки хранения продуктов**

5.1. Доставка и хранение продуктов питания должны находиться под строгим контролем заведующего и повара, так как от этого зависит качество приготовляемой пищи.

5.2. Пищевые продукты, поступающие в ЧДОУ, имеют документы, подтверждающие их происхождение, качество и безопасность.

5.3. Не допускаются к приему пищевые продукты с признаками недоброкачества, а также продукты без сопроводительных документов, подтверждающих их качество и безопасность, не имеющие маркировки, в случае если наличие такой маркировки предусмотрено законодательством Российской Федерации.

5.4. Документация, удостоверяющая качество и безопасность продукции, маркировочные ярлыки (или их копии) должны сохраняться до окончания реализации продукции.

5.5. Сроки хранения и реализации особо скоропортящихся продуктов должны соблюдаться в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН.

5.6. ЧДОУ обеспечено холодильными камерами. Кроме этого, имеются помещения для хранения сухих продуктов, таких как мука, сахар, крупы, макаронные изделия, кондитерские изделия, и для овощей.

5.7. Помещения для хранения продуктов и холодильные камеры необходимо содержать в чистоте, хорошо проветривать.

## **6. Нормы питания**

### **и физиологических потребностей детей в пищевых веществах**

6.1. Воспитанники ЧДОУ получают трехразовое питание в зависимости от времени нахождения в детском саду.

6.2. Объем пищи и выход блюд должны строго соответствовать возрасту ребенка.

6.3. Питание в ЧДОУ осуществляется с учетом примерного 10-дневного меню, разработанного на основе физиологических потребностей в питании детей дошкольного возраста, утвержденного директором организации.

6.4. На основе примерного меню составляется ежедневное меню - требование и утверждается директором ЧДОУ.

6.5. При составлении меню - требования для детей в возрасте от 1,5 до 7 лет учитываются:

- среднесуточный набор продуктов для каждой возрастной группы;
- объем блюд для каждой группы;

- нормы физиологических потребностей;
- нормы потерь при холодной и тепловой обработке продуктов;
- выход готовых блюд;
- нормы взаимозаменяемости продуктов при приготовлении блюд;
- требования Роспотребнадзора в отношении запрещённых продуктов и блюд, использование которых может стать причиной возникновения желудочно-кишечного заболевания или отравления.

6.6. Меню - требование является основным документом для приготовления пищи на пищеблоке ЧДОУ.

6.7. Вносить изменения в утверждённое меню - раскладку, без согласования с директором ЧДОУ, запрещается.

6.8. При необходимости внесения изменений в меню (несвоевременный завоз продуктов, недоброкачественность продукта), поваром составляется объяснительная записка с указанием причины. В меню - раскладку вносятся изменения и заверяются подписью директора ЧДОУ.

6.9. Для обеспечения преемственности питания, родителей (законных представителей) информируют об ассортименте питания ребёнка, вывешивается меню на раздаче и в раздевалках.

6.10. Контроль качества питания (разнообразия), витаминизации блюд, закладки продуктов питания, кулинарной обработки, выхода блюд, вкусовых качеств пищи, санитарного состояния пищеблока, правильности хранения и соблюдения сроков реализации продуктов осуществляет повар, директор ЧДОУ.

## **7. Организация питания в ЧДОУ**

7.1. Контроль организации питания воспитанников ЧДОУ, соблюдения меню - требования осуществляет директор ЧДОУ.

7.2. В ЧДОУ созданы следующие условия для организации питания:

- наличие помещений для хранения и приготовления пищи, полностью оснащенных необходимым технологическим оборудованием и инвентарем;
- наличие помещений для приема пищи, оснащенных соответствующей мебелью.

7.3. Выдача готовой пищи разрешается только после проведения контроля бракеражной комиссией в составе не менее 3-х человек. Результаты контроля регистрируются в журнале бракеража готовой пищевой продукции.

7.4. Масса порционных блюд должна соответствовать выходу блюда, указанному в меню.

7.5. При нарушении технологии приготовления пищи, а также в случае неготовности, блюдо допускают к выдаче только после устранения выявленных кулинарных недостатков. Выдача пищи на группы ЧДОУ осуществляется строго по графику.

7.6. Непосредственно после приготовления пищи отбирается суточная проба готовой продукции (все готовые блюда). Суточная проба отбирается в объеме:

- порционные блюда - в полном объеме;
- холодные закуски, первые блюда, гарниры и напитки (третьи блюда) - в количестве не менее 100 г;
- порционные вторые блюда, котлеты, сосиски и т.д. оставляют поштучно, целиком (в объеме одной порции).

7.7. Пробы отбираются стерильными или прокипяченными ложками в стерильную или прокипяченную посуду (банки, контейнеры) с плотно закрывающимися крышками. Все блюда помещаются в отдельную посуду и сохраняются в течение не менее 48 часов при температуре +2 - +6 °С. Посуда с пробами маркируется с указанием наименования приема пищи и датой отбора. Контроль правильности отбора и хранения суточной пробы осуществляется поваром.

7.8. Меню-требование является основным документом для приготовления пищи на пищеблоке ЧДОУ.

7.9. Вносить изменения в утвержденное меню-требование, без согласования с директором ЧДОУ запрещается.

7.10. Для предотвращения возникновения и распространения инфекционных и массовых неинфекционных заболеваний (отравлений) не допускается:

- использование запрещенных пищевых продуктов;
- изготовление на пищеблоке ЧДОУ творога и других кисломолочных продуктов, а также блинчиков с мясом или с творогом, макарон по-флотски, макарон с рубленым яйцом, зельцев, яичницы - глазуньи, холодных напитков и морсов из плодово - ягодного сырья (без термической обработки), форшмаков из сельди, студней, паштетов, заливных блюд (мясных и рыбных);
- окрошек и холодных супов;
- использование остатков пищи от предыдущего приема и пищи, приготовленной накануне;
- пищевых продуктов с истекшими сроками годности и явными признаками недоброкачества (порчи);
- овощей и фруктов с наличием плесени и признаками гнили.

7.11. Проверку качества пищи, соблюдение рецептур и технологических режимов осуществляет повар и директор ЧДОУ.

7.12. ЧДОУ обеспечивает охрану товарно-материальных ценностей.

7.13. В компетенцию директора ЧДОУ по организации питания входит:

- ежедневное утверждение меню-требования;
- контроль состояния производственной базы пищеблока, замена устаревшего оборудования, его ремонт и обеспечение запасными частями;
- капитальный и текущий ремонт помещений пищеблока;
- контроль соблюдения требований санитарно-эпидемиологических правил и норм;
- обеспечение пищеблока ЧДОУ достаточным количеством столовой и кухонной посуды, спецодеждой, санитарно-гигиеническими средствами, разделочным оборудованием, и уборочным инвентарем;
- заключение контрактов (договоров) на поставку продуктов питания с поставщиками.

7.14. Работа по организации питания детей в группах осуществляется под руководством воспитателя и заключается:

- в создании безопасных условий при подготовке и во время приема пищи;
- в формировании культурно-гигиенических навыков во время приема пищи детьми.

7.15. Привлекать воспитанников ЧДОУ к получению пищи с пищеблока категорически запрещается.

7.16. Перед раздачей пищи детям помощник воспитателя обязан:

- промыть столы горячей водой с мылом;
- тщательно вымыть руки;
- надеть специальную одежду для получения и раздачи пищи;
- проветрить помещение;
- сервировать столы в соответствии с приемом пищи.

7.17. К сервировке столов могут привлекаться дети с 3 лет.

7.18. Во время раздачи пищи категорически запрещается нахождение воспитанников в обеденной зоне.

7.19. подача блюд и прием пищи в обед осуществляется в следующем порядке:

- во время сервировки столов на столы ставятся хлебные тарелки с хлебом;
- разливают и подается первое блюдо;
- дети рассаживаются за столы и начинают прием пищи;
- дети приступают к приему первого блюда;
- по окончании, помощник воспитателя убирает со столов тарелки из-под первого;
- подается второе блюдо;
- прием пищи заканчивается приемом третьего блюда.

7.20. В группах раннего возраста докармливают детей, у которых не сформирован навык самостоятельного приема пищи.

## **8. Разграничение компетенции по вопросам организации питания**

8.1. Директор ЧДОУ создаёт условия для организации качественного питания воспитанников.

8.2. Директор ЧДОУ несёт персональную ответственность за организацию питания детей в МАДОУ.

8.3. Распределение обязанностей по организации питания между директором, работниками пищеблока, помощниками воспитателей отражаются в должностных инструкциях.

8.4. Важнейшим условием правильной организации питания детей является строгое соблюдение санитарно-гигиенических требований к пищеблоку и процессу приготовления и хранения пищи. В целях профилактики пищевых отравлений и острых кишечных заболеваний работники пищеблока строго соблюдают установленные требования к технологической обработке продуктов, правил личной гигиены.

8.5. Мероприятия, проводимые в ЧДОУ:

- медицинские осмотры персонала кухни и ежедневный осмотр на наличие гнойничковых заболеваний кожи рук и открытых поверхностей тела, а также ангина, катаральных явлений верхних дыхательных путей;
- поступление продуктов питания и продовольственного сырья только с сопроводительными документами (сертификат, декларация о соответствии товара, удостоверение качества, ветеринарное свидетельство);
- ведение необходимой документации;
- холодильные установки с разной температурой хранения, с регистрацией температуры в журнале;
- информирование родителей (законных представителей) воспитанников о ежедневном меню с указанием выхода готовых блюд.

## **9. Контроль организации питания**

9.1. К началу нового учебного года директором ЧДОУ издается приказ о назначении лица, ответственного за питание в дошкольном образовательном учреждении, определяются его функциональные обязанности.

9.2. Контроль организации питания в дошкольном образовательном учреждении осуществляют директор ЧДОУ, повар, бракеражная комиссия в составе трех человек, утвержденных приказом директора ЧДОУ.

9.3. Директор ЧДОУ обеспечивает контроль:

- выполнения суточных норм продуктового набора, норм потребления пищевых веществ, энергетической ценности дневного рациона;
- выполнения договоров на закупку и поставку продуктов питания;
- условий хранения и сроков реализации пищевых продуктов;
- материально-технического состояния помещений пищеблока, наличия необходимого оборудования, его исправности;
- обеспечения пищеблока ЧДОУ и мест приема пищи достаточным количеством столовой и кухонной посуды, спецодеждой, санитарно-гигиеническими средствами, разделочным оборудованием и уборочным инвентарем.

9.4. Повар осуществляет контроль:

- технологии приготовления пищи, качества и проведения бракеража готовых блюд, результаты которого ежедневно заносятся в журнал бракеража готовой пищевой продукции;
- режима отбора и условий хранения суточных проб (ежедневно);
- работы пищеблока, его санитарного состояния, режима обработки посуды, технологического оборудования, инвентаря (ежедневно);
- соблюдения правил личной гигиены сотрудниками пищеблока с отметкой в журнале здоровья (ежедневно);
- качества поступающих продуктов (ежедневно): осуществляет бракераж, который включает контроль целостности упаковки и органолептическую оценку (внешний вид, цвет, консистенция, запах и вкус поступающих продуктов и продовольственного сырья), а также знакомство с сопроводительной документацией (товарно-транспортными накладными, декларациями, сертификатами соответствия, санитарно-эпидемиологическими заключениями, качественными удостоверениями, ветеринарными справками);
- выполнения суточных норм питания на одного ребенка;
- выполнения норм потребления основных пищевых веществ (белков, жиров, углеводов), соответствия энергетической ценности (калорийности) дневного рациона физиологическим потребностям воспитанников (ежемесячно).

## **10. Заключительные положения**

10.1. Настоящее Положение об организации питания является локальным нормативным актом ЧДОУ, принимается на Педагогическом совете и утверждается (либо вводится в действие) приказом директора ЧДОУ.

10.2. Все изменения и дополнения, вносимые в настоящее Положение, оформляются в письменной форме в соответствии действующим законодательством Российской Федерации.

10.3. Положение принимается на неопределенный срок. Изменения и дополнения к Положению принимаются в порядке, предусмотренном п. 10.1. настоящего Положения.

10.4. После принятия Положения (или изменений и дополнений отдельных пунктов и разделов) в новой редакции предыдущая редакция автоматически утрачивает силу.



**Таблица замены продуктов по белкам и углеводам**

| Наименование продуктов               | Количество (нетто, г) | Химический состав |         |             | Добавить к суточному рациону или исключить |
|--------------------------------------|-----------------------|-------------------|---------|-------------|--|
|                                      |                       | белки, г          | жиры, г | углеводы, г |  |
| Замена хлеба (по белкам и углеводам) |                       |                   |         |             |  |
| Хлеб пшеничный                       | 100                   | 7,6               | 0,9     | 49,7        |  |
| Хлеб ржаной                          | 150                   | 8,3               |         | 48,1        |  |
| Мука пшеничная I сорт                | 70                    | 7,4               | 0,8     | 48,2        |  |
| Макароны, вермишель                  | 70                    | 7,5               | 0,9     | 48,7        |  |
| Крупа манная                         | 70                    | 7,9               |         | 50,0        |  |
| Картофель                            | 100                   | 2,0               | 0,4     | 17,3        |  |
| Свекла                               | 190                   | 2,9               |         |             |  |
| Мо ковь                              | 40                    |                   | 0,2     | 17,0        |  |
| Капуста белокочанная                 | 370                   | 6,7               |         |             |  |
| Макароны, вермишель                  | 5                     | 2,7               | 0,3     |             |  |
| Крупа манная                         | 25                    | 2,8               | 0,2     | 17,9        |  |
| Хлеб пшеничный                       | 35                    | 2,7               | 0,3     |             |  |
| Хлеб ржаной простой                  | 55                    |                   | 0,6     | 17,6        |  |
| Замена свежих яблок (по углеводам)   |                       |                   |         |             |  |
| Яблоки свежие                        |                       | 0,4               |         | 9,8         |  |
| Яблоки сушеные                       | 15                    | 0,5               |         | 9,7         |  |
| Курага (без косточек)                | 15                    |                   |         | 8,3         |  |
| Чернослив                            | 15                    |                   |         | 8,7         |  |

Замена молока (по белку)

|                        |     |      |      |     |              |
|------------------------|-----|------|------|-----|--------------|
| Молоко                 | 100 | 2,8  | 3,2  | 4,7 |              |
| Творог не-<br>жирный   | 20  | 3,3  |      |     |              |
| Творог жирный          | 20  | 2,8  | 3,6  | 0,6 |              |
| Сыр                    |     | 2,7  | 2,7  |     |              |
| Говядина (1 кат.)      | 15  | 2,8  |      |     |              |
| Говядина (2 кат.)      | 15  | 3,0  |      |     |              |
| Рыба (филе трески)     | 20  | 3,2  |      |     |              |
| Замена мяса (по белку) |     |      |      |     |              |
| Говядина (1 кат.)      | 100 | 18,6 | 14,0 |     |              |
| Говядина (2 кат.)      | 90  | 18,0 | 7,5  |     | Масло + 6 г  |
| Творог не<br>жирный    | 110 |      |      |     | Масло + 4 г  |
| Творог жирный          | 130 | 18,2 | 23,4 | 3,7 | Масло - 9 г  |
| Рыба (филе трески)     | 120 |      | 0,7  |     | Масло + 13 г |
| Яйцо                   | 145 | 18,4 | 16,7 |     |              |
| Замена рыбы (по белку) |     |      |      |     |              |
| Рыба (филе трески)     | 100 | 16,0 | 0,6  |     |              |
| Говядина 1 кат.        | 85  | 15,8 | 11,9 |     | Масло - г    |
| Говядина 2 кат.        | 80  | 16,0 | 6,6  |     | Масло - 6 г  |
| Творог не<br>жирный    | 100 | 16,7 |      |     | Масло - 8 г  |
| Творог жирный          | 115 | 16,1 | 20,7 |     | Масло - 20 г |
| Яйцо                   | 125 | 15,9 |      |     | Масло - 13 г |
| Говядина 1 кат.        | 90  | 16,7 | 12,6 |     | Масло - 3 г  |
| Говядина 2 кат.        | 85  |      | 7,5  |     |              |
| Рыба (филе трески)     | 100 |      | 0,6  |     | Масло + 9 г  |
| Яйцо                   | 130 | 16,5 | 15,0 |     | Масло - 5 г  |

## **Пищевые продукты, которые не допускается использовать в питании детей**

### 1. Мясо и мясопродукты:

- мясо диких животных;
- коллагенсодержащее сырье из мяса птицы;
- мясо третьей и четвертой категории;
- мясо с массовой долей костей, жировой и соединительной ткани свыше 20%;
- субпродукты, кроме печени, языка, сердца;
- кровяные и ливерные колбасы;
- непотрошенная птица;
- мясо водоплавающих птиц.

### 2. Блюда, изготовленные из мяса, птицы, рыбы:

- зельцы, изделия из мясной обрезки, диафрагмы; рулеты из мякоти голов;
- блюда, не прошедшие тепловую обработку, кроме соленой рыбы (сельдь, семга, форель).

### 3. Консервы:

- консервы с нарушением герметичности банок, банки с ржавчиной, деформированные, без этикеток.

### 4. Пищевые жиры:

- кулинарные жиры, свиное или баранье сало, маргарин (маргарин допускается только для выпечки) и другие гидрогенизированные жиры;
- сливочное масло жирностью ниже 72%;
- жареные в жире (во фритюре) пищевые продукты и кулинарные изделия, чипсы.

### 5. Молоко и молочные продукты:

- молоко и молочные продукты из хозяйств, неблагополучных по заболеваемости сельскохозяйственных животных,
- молоко, не прошедшее пастеризацию;
- молочные продукты, творожные сырки с использованием растительных жиров;
- мороженое;
- творог из непастеризованного молока;
- фляжная сметана без термической обработки;
- простокваша "самоквас".

### 6. Яйца:

- яйца водоплавающих птиц;
- яйца с загрязненной скорлупой, с насечкой, "тек", "бой";
- яйца из хозяйств, неблагополучных по сальмонеллезам.

### 7. Кондитерские изделия:

- кремовые кондитерские изделия (пирожные и торты) и кремы.

### 8. Прочие продукты и блюда:

- любые пищевые продукты домашнего (не производственного) приготовления;
- принесенные из дома (в том числе при организации праздничных мероприятий, праздновании дней рождения и т.п.);
- первые и вторые блюда на основе сухих пищевых концентратов быстрого приготовления;

- крупы, мука, сухофрукты и другие продукты, загрязненные различными примесями или зараженные амбарными вредителями;
- грибы и кулинарные изделия, из них приготовленные;
- квас, газированные напитки;
- уксус, горчица, хрен, перец острый и другие острые приправы и содержащие их пищевые продукты, включая острые соусы, кетчупы, майонезы и майонезные соусы;
- маринованные овощи и фрукты (огурцы, томаты, сливы, яблоки) с применением уксуса, не прошедшие перед выдачей термическую обработку;
- кофе натуральный;
- ядра абрикосовой косточки, арахиса;
- карамель, в том числе леденцовая;
- продукты, в том числе кондитерские изделия, содержащие алкоголь; кумыс и другие кисломолочные продукты с содержанием этанола (более 0,5%).

## **Рекомендуемый ассортимент основных пищевых продуктов для использования в питании детей**

### 1. Мясо и мясопродукты:

- говядина категории,
- телятина,
- нежирные сорта свинины и баранины;
- мясо птицы охлажденное (курица, индейка),
- мясо кролика,
- сосиски, сардельки (говяжьих), колбасы вареные для детского питания, не чаще, чем 2 раза в неделю - после тепловой обработки;
- субпродукты говяжьих (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%, 3,2% жирности), пастеризованное, стерилизованное;
- сгущенное молоко (цельное и с сахаром), сгущенно-вареное молоко;
- творог не более 9% 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%, жирности) - после термической обработки;
- кисломолочные продукты промышленного выпуска; ряженка, варенец, бифидок, кефир, йогурты, простокваша;
- сливки (10% жирности); — мороженое (молочное, сливочное).

### 5. 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.

### 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.