

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%, 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%, 15% 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.