Приложение 3

к Инструкции по организации лечебного питания в учреждениях здравоохранения (п. 9)

**Среднесуточные наборы продуктов для детей, находящихся на лечении
в детских санаторных, санаторно-курортных учреждениях различного профиля**

|  |  |
| --- | --- |
| **Продукты** | **Количество в сутки на одного ребенка в возрасте (г, мл брутто)** |
| **2 – 3 года** | **4 – 7 лет** | **8 – 10 лет** | **11 – 14 лет** | **15 – 18 лет** |
| Хлеб пшеничный | 70 | 140 | 150 | 180 | 190 |
| Хлеб ржаной | 30 | 100 | 100 | 100 | 150 |
| Мука пшеничная | 25 | 40 | 45 | 50 | 55 |
| Крахмал | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 |
| Крупы, бобовые, макаронные изделия | 65 | 75 | 80 | 85 | 90 |
| Картофель | 150 | 300 | 350 | 400 | 450 |
| Овощи | 300 | 350 | 400 | 450 | 500 |
| Фрукты свежие, цитрусовые | 200 | 250 | 300 | 300 | 300 |
| Соки | 120 | 150 | 200 | 200 | 200 |
| Фрукты сушеные | 15 | 20 | 25 | 30 | 35 |
| Кондитерские изделия | 20 | 30 | 40 | 40 | 40 |
| Сахар | 45 | 50 | 60 | 70 | 70 |
| Мед и его продукты | 1 | 4 | 5 | 5 | 5 |
| Масло сливочное | 30 | 50 | 55 | 57 | 60 |
| Масло растительное | 10 | 16 | 18 | 20 | 22 |
| Яйца | 1/2 шт. | 1 шт. | 1 шт. | 1 шт. | 1 шт. |
| Молоко | 400 | 350 | 300 | 300 | 300 |
| Кисломолочные продукты (кефир) | 150 | 150 | 200 | 200 | 200 |
| Творог | 50 | 70 | 80 | 90 | 100 |
| Сыр твердый | 5 | 12 | 15 | 20 | 20 |
| Сметана | 15 | 20 | 25 | 30 | 30 |
| Мясо, мясопродукты | 130 | 170 | 180 | 220 | 230 |
| Рыба, рыбопродукты | 70 | 90 | 100 | 120 | 130 |
| Какао | 1 | 4 | 4 | 4 | 5 |
| Чай | 0,1 | 0,25 | 0,4 | 0,5 | 1 |
| Дрожжи | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 |
| Лавровый лист | 0,02 | 0,02 | 0,02 | 0,02 | 0,02 |
| Ванильный сахар | 0,02 | 0,02 | 0,02 | 0,02 | 0,02 |
| Соль, соль йодированная, специи | 5 | 8 | 10 | 10 | 10 |
| Химический состав суточной нормы (г, ккал): |
| Белки | 61 г | 75 г | 90 г | 100 г | 110 г |
| в том числе животные | 41 г | 43 г | 45 г | 51 г | 55 г |
| Жиры | 61 г | 67 г | 81 г | 89 г | 97 г |
| в том числе растительные | 9 г | 11,5 г | 18 г | 21 г | 23 г |
| Углеводы | 244 г | 351 г | 420 г | 469 г | 513 г |
| Энергетическая ценность | 1771 ккал | 2300 ккал | 2760 ккал | 3076 ккал | 3364 ккал |