***Рекомендуемый ассортимент основных пищевых продуктов для использования в питании детей в дошкольных организациях***

*(согласно требованиям* [*СанПиН 2.4.1.3049-13*](#sub_1000)*)*

***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).*

***Рыба и рыбопродукты*** *- треска, горбуша, лосось, хек, минтай, ледяная рыба, судак, сельдь (соленая), морепродукты.*

***Яйца куриные*** *- в виде омлетов или в вареном виде.*

***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)*

***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.*

***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.*

***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, коренья 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.*

***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.*

***Бобовые:*** *горох, фасоль, соя, чечевица.*

***Орехи:*** *миндаль, фундук, ядро грецкого ореха.*

***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.*

***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.*

***Хлеб*** *(ржаной, пшеничный или из смеси муки, предпочтительно обогащенный), крупы, макаронные изделия - все виды без ограничения.*

***Соль*** *поваренная йодированная - в эндемичных по содержанию йода районах*