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

**(приложение № 11 к СанПиН 2.4.1.3049-13)**

**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, сухое;**

**- сгущенное молоко (цельное и с сахаром), сгущенно-вареное молоко;**

**- творог не более 9% жирности с кислотностью не более 1500 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 2  недели;**

**- 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.**

**Дополнительно при наличии финансовых возможностей в питании детей могут использоваться:**

**- икра осетровая и лососевая зернистая (не чаще 1 раза в 2 недели);**

**- рыба соленая красная (предпочтительнее горбуша, кета) - не чаще 1 раза в 2  недели.**