

**Ассортимент основных продуктов питания, рекомендуемых для использования в питании воспитанников МБДОУ «Детский сад «Золотой ключик» г. Вуктыл**

Все используемые в питании воспитанников продукты должны пройти гигиеническую экспертизу в установленном порядке и иметь соответствующие разрешительные документы (ТУ, гигиенический сертификат или гигиеническое заключение).

**Мясо и мясопродукты**

- говядина I и II категории (в т. ч. в виде блоков);
- телятина;
- свинина мясная (не чаще 1-2 раз в неделю);
- баранина нежирная (не чаще 1-2 раз в неделю);
- мясо птицы (курица, индейка, в т. ч. в виде окорочков\*);
- мясо кролика;
- сосиски и сардельки (говяжьи); использование сосисок из свинины возможно лишь в питании школьников (при отсутствии говяжьих), не чаще, чем 1-2 раза в неделю;
- колбасы вареные (докторская, отдельная и др.), не чаще 1-2 раз в неделю; в дошкольных учреждениях после тепловой обработки;
- колбасы варено-копченые (не чаще 1 раза в неделю);
- ветчина из говядины, индейки, кур, нежирных сортов свинины (не чаще 1-2 раз в неделю);
- бульоны мясо костные;
- субпродукты (печень говяжья, сердце, язык);

**Рыба и рыбопродукты**

- треска, хек, минтай, ледяная рыба, судак, сельдь (соленая) и др.

**Яйца куриные**

- в виде омлетов с толщиной слоя не более 2,5-5 см;
- в вареном виде после отваривания в течение 10 мин.

**Молоко и молочные продукты**

- молоко (2,5 %, 3,2 %, 3,5 % жирности), пастеризованное, стерилизованное, сухое;
- сгущенное молоко (цельное и с сахаром), сгущенно-вареное молоко;
- творог (9 % и 18 % жирности; 0,5 % жирности — при отсутствии творога более высокой жирности) — после термической обработки;
- сыр неострых сортов (твердый, мягкий, плавленый, колбасный без специй);
- сметана (10 %, 15 %, 30 % жирности) — после термической обработки;
- кефир;
- йогурты (предпочтительнее не подвергшиеся термической обработке «живые», молочные и сливочные);
- ряженка, варенец, бифидок и другие кисломолочные продукты промышленного выпуска;
- сливки (10 %, 20 %, 30 % жирности).

## **Пищевые жиры**

- сливочное масло (в том числе крестьянское);
- растительное масло (подсолнечное, кукурузное, соевое — только рафинированные; рапсовое, оливковое) — в салаты, винегреты, сельдь, вторые блюда, ограниченно для обжаривания в смеси с маргарином;
- маргарин — для выпечки; ограниченно для обжаривания (высшие сорта);
- комбинированные виды жиров, включающие смесь молочного жира и растительных масел («Лапландия», бутербродное масло и др.) — в порядке исключения в ограниченных количествах для пассировки и заправки первых и вторых блюд.

\*Жир, удаляемый из высокожировых окорочков при их холодной обработке, включает % отхода, который должен быть увеличен при этом на 5 % и составлять, в итоге 40 %; основанием для этого должен служить акт, составленный в конкретном детском учреждении при участии зав. производством, диетсестры, представителя администрации.

## **Кондитерские изделия**

- конфеты (предпочтительнее: зефир, пастила, мармелад), карамели, шоколадные — с 5 лет и старше, не чаще 1-2 раз в неделю;
- галеты, печенье, крекеры, вафли, кексы (предпочтительнее с минимальным количеством пищевых добавок и ароматизаторов);
- пирожные, торты (песочные и бисквитные, без крема);
- джемы, варенья, повидло, мед — промышленного выпуска.

## **Овощи**

- картофель, капуста белокочанная, капуста цветная, морковь, свекла, огурцы, томаты, кабачки, патиссоны, лук, чеснок (ограниченно, особенно детям дошкольного и младшего школьного возраста), петрушка, укроп, сельдерей, томатная паста, томат-пюре.

## **Фрукты**

- яблоки, груши, бананы, ягоды (клубника с учетом индивидуальной переносимости);
- цитрусовые (апельсины, мандарины, лимоны — с учетом индивидуальной переносимости);
- сухофрукты.

## **Бобовые**

- горох, фасоль, соя (концентраты, в т. ч. текстурированные, и изоляты соевого белка в виде добавок к традиционным блюдам и в виде самостоятельных блюд при строгом соблюдении рекомендуемой технологии их приготовления);
- соевое молоко и тофу\*.

## **Соки и напитки**

- натуральные отечественные и импортные соки и нектары промышленного выпуска (осветленные и с мякотью), предпочтительно в мелкоштучной упаковке;
- напитки промышленного выпуска на основе натуральных фруктов;
- витаминизированные напитки промышленного выпуска («Золотой шар», Cedevit и др.), без консервантов и искусственных пищевых добавок;
- кофе (суррогатный), какао, чай.

## **Консервы**

- говядина тушеная (в виде исключения, при отсутствии мяса);
- консервы обеденные (типа «Суп рассольник с говядиной», «Борщ с говядиной», «Каша гречневая с говядиной» в виде исключения, при отсутствии натуральных продуктов);

- лосось, сайра (для приготовления супов);
- компоты, фрукты дольками;
- кабачковая и баклажанная икра;
- зеленый горошек (в дошкольных учреждениях после обработки кипятком);
- томаты и огурцы стерилизованные.

#### **Хлеб, крупы, макаронные изделия**

- все виды без ограничения.

#### **Не рекомендуются в организованном детском питании**

- мясо утки и гуся;
- кулинарные жиры;
- газированные напитки,
- напитки на основе синтетических ароматизаторов (типа «Зукко» и т.п.);
- закусочные консервы; маринованные овощи и фрукты (огурцы, томаты, сливы, яблоки);
- майонез, горчица, хрен.

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

- икра осетровая и лососевая зернистая (не чаще 1 раза в 2 недели);
- рыба соленая (предпочтительнее горбуша, кета), не чаще 1 раза в 2 недели,
- тропические фрукты (манго, киви, гуава и др.) — с учетом индивидуальной переносимости.

Перечень не является исчерпывающим и включает лишь основные продукты питания. По мере измерения ассортимента продуктов, присутствующих на рынке, он может также изменяться.