**Утверждаю:**

 Заведующая МБДОУ д/с№7

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Н.М.Курнос

**РЕКОМЕНДУЕМЫЙ АССОРТИМЕНТ
ОСНОВНЫХ ПИЩЕВЫХ ПРОДУКТОВ ДЛЯ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ В ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В МБДОУ д/с №7**

**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 (солёная), 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), сгущено-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, 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 (зелёный и репчатый), чеснок (с учетом индивидуальной переносимости), петрушка, укроп, листовой салат, щавель, шпинат, сельдерей, брюква, репа, редис, редька, тыква, коренья белые сушенные, 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 зелёный, 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, с мякотью);

- напитки промышленного выпуска на основе натуральных фруктов;

- витаминизированные напитки промышленного выпуска без консервантов и искусственных добавок;

- кофе (суррогатный), какао, чай.

**Консервы:**

- говядина тушеная (в виде исключения при отсутствии мяса) для приготовления первых блюд)

- лосось, сойра (для приготовления супов)

- компоты, фрукты дольками;

- баклажанная и кабачковая икра для детского питания;

- зелёный 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.