

## Сведения о натуральных нормах питания учащихся

Наименование продуктов	Кол-во продуктов (г, мг. брутто)			
	7-10 лет		11-18 лет	
	Суточные	В школе	Суточные	В школе
Хлеб ржаной	80	40	120	60
Хлеб пшеничный	150	75	200	100
Мука пшеничная	15	7,5	20	10
Крупы, бобовые	45	23	50	25
Макаронные изделия	15	7,5	20	10
Картофель	187	94	187	94
Овощи (свежие, замороженные, консервированные), включая соленые и квашенные (не более 10% от общего кол-во овощей), в т. ч. томат-пюре, зелень, г	280	140	320	160
Фрукты свежие	185	93	185	93
Фрукты(плоды) сухие, шиповник	15	7,5	20	10
Соки и напитки	200	100	200	100
Мясо 1-й категории	70	35	78	35
Субпродукты (печень, язык, сердце)	30	15	40	20
Цыплята 1 категории	35	17,5	53	26,5
Рыба свежая (филе), в. т. ч. слабо-или малосоленое	58	29	77	38,9
Молоко	300	150	350	175
Кисломолочные продукты 2,5%	150	75	180	90
Творог 9%	50	25	60	30
Сыр	10	5	15	7,5
Сметана	10	5	10	5
Масло сливочное	30	15	35	17,5
Масло растительное	15	7,5	18	9
Яйцо	1	0,5	1	0,5
Сахар (в т. ч. для приготовления блюд и напитков, в случае использования пище, продукции пром. выпуска, содержащих сахар, кол-во сахара должна быть уменьшена в зависимости от содержания в готовой продукции)	30	15	35	17,5
Кондитерские изделия	10	5	15	7,5
Чай	1	0,5	2	1
Какао	1	0,5	1,2	0,6
Кофейный напиток	2	1	2	1
Дрожжи хлебопекарные	0,2	0,1	0,3	0,15
Крахмал	3	1,5	4	2
Соль	3	1,5	4,2	2,5
Специй	2	1	2	1

Стоимость питания в день на 1 учащегося составляет **199рубль**

**Примечание:** при 2х разовом питании на завтрак приходится 20%, на обед 30%, всего 50% суточного рациона ребенка.