## Методические рекомендации N 0100/8604-07-34«Рекомендуемые среднесуточные наборы продуктов для питания детей 7-11 и 11-18 лет»(утв. Федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека от 24.08.2007 г.)

Рекомендуемые среднесуточные наборы продуктов для питания детей 7-11 и 11-18 лет разработаны в соответствии с Концепцией государственной политики в области здорового питания населения РФ, указывающей, что организация питания школьников принадлежит к числу приоритетных направлений деятельности органов здравоохранения, госсанэпидслужбы и органов образования, а также в соответствии с распоряжением Президента РФ, Постановлением Правительства РФ и приказом Руководителя Федеральной службы по надзору в среде защиты прав потребителей и благополучия человека N 54 от 27.02.2007 "О мерах по совершенствованию санитарно-эпидемиологического надзора за организацией питания в образовательных учреждениях".

Разработанные наборы продуктов для детей школьного возраста включают необходимые детям группы продуктов, ассортимент которых может меняться в пределах рекомендуемого ассортимента с учетом местных социально-экономических, климатических и других особенностей.

Среднесуточные наборы продуктов могут быть использованы как в практической работе по организации питания детей в школах, так и для организации индивидуального (домашнего) рационального питания. Пищевая ценность и химический состав наборов соответствуют современным требованиям и обеспечивают удовлетворение физиологических норм потребности в основных пищевых веществах и энергии. В представленном наборе приводятся данные о рекомендуемых количествах продуктов, выраженных в брутто.

### Рекомендуемые среднесуточные наборы продуктов для питания детей школьного возраста (на одного ребенка, г/брутто)

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование продуктов**  | **Возраст детей, количество продуктов, г, мл, брутто**  |
| 7-11 лет  | 11-18 лет  |
| Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)  | 80  | 120  |
| Хлеб пшеничный  | 150  | 200  |
| Мука пшеничная  | 15  | 20  |
| Крупы, бобовые  | 45  | 50  |
| Макаронные изделия  | 15  | 20  |
| Картофель  | 250  | 250  |
| Овощи свежие, зелень  | 350  | 400  |
| Фрукты (плоды) свежие  | 200  | 200  |
| Фрукты (плоды) сухие, в т.ч. шиповник  | 15  | 20  |
| Соки плодоовощные, напитки витаминизированные  | 200  | 200  |
| Мясо 1 кат.  | 95  | 105  |
| Птица 1 кат п/п  | 40  | 60  |
| Рыба  | 60  | 80  |
| Колбасные изделия  | 15  | 20  |
| Молоко (м.д.ж. 3,2%)  | 300  | 300  |
| Кисломолочные продукты (м.д.ж. 3,2%)  | 150  | 180  |
| Творог  | 50  | 60  |
| Сыр  | 10  | 12  |
| Сметана  | 10  | 10  |
| Масло сливочное  | 30  | 35  |
| Масло растительное  | 15  | 18  |
| Яйцо диетическое  | 1 шт..  | 1 шт.  |
| Сахар  | 40  | 45  |
| Кондитерские изделия  | 10  | 15  |
| Чай  | 0,4  | 0,4  |
| Какао, напиток кофейный злаковый  | 1,2  | 1,2  |
| Дрожжи хлебопекарные  | 1  | 2  |
| Соль  | 5  | 7  |

### Химический состав набора продуктов

|  |  |
| --- | --- |
| **Нутриент**  | **Возраст детей, содержание в рационе, % удовлетворения суточной потребности**  |
| 7-10 лет  | 11-17 лет  |
| Содержание  | %  | Содержание  | %  |
| Белок, г  | 92,1  | 119,6  | 111,7  | 124,0  |
| Жир, г  | 90,1  | 114,0  | 106,3  | 115,6  |
| Углеводы, г  | 315,7  | 94,2  | 381,9  | 97,9  |
| Энергетическая ценность, ккал  | 2451,0  | 104,3  | 2951,0  | 107,3  |

|  |  |
| --- | --- |
| РуководительФедеральной службыпо надзору в сферезащиты прав потребителейи благополучия человека  | Онищенко Г.Г.  |

Методические рекомендации N 0100/8604-07-34 «Рекомендуемые среднесуточные наборы продуктов для питания детей 7-11 и 11-18 лет» (утв. Федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека от 24.08.2007 г.)

Текст методических рекомендаций официально опубликован не был

Разработано:

ГУ НИИ питания РАМН

Академик РАМН, проф. Тутельян В.А., проф. Конь И.Я., к.м.н. Волкова Л.Ю., Димитриева С.А., к.м.н. Копытько М.В., Ларионова З.Г. ".

Федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека Аксенова О.И., Яновская Г.В.

Московским фондом содействия санитарно-эпидемиологическому благополучию населения к.э.н. Тобис В.И., Отришко М.Г.

Рекомендуемые среднесуточные наборы продуктов для питания детей 7-11 и 11 -18 лет предназначены ...для врачей органов государственного санитарно-эпидемиологического надзора, врачей-педиатров, врачей-диетологов, специалистов органов и учреждений Роспотребнадзора, директоров и зам.директоров по социальным вопросам образовательных учреждений, специалистов предприятий различных форм собственности, организующих питание учащихся в школах и других специалистов, участвующих в организации питания учащихся образовательных учреждений.