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

**· 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 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 (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.