

Норми харчування

Група продуктів	Норма	
	Ясла	Сад
Овочі (свіжі та консервовані)	213	288
Фрукти (враховуючи компоти та страви)	134	184
Соки фруктові	48	72
Сухофрукти (враховуючи компоти та страви)	12	15
Злакові, бобові (горох та квасоля), макаронні вироби (враховуючи супи)*	240	300
Картопля (враховуючи супи)	84,8	167,6
Хліб	60	60
Риба	20,8	31,2
Кури	70,8	94,8
Яловичина, свинина	20	26,4
Яйце	24	24
Молоко та продукти**:		
сметана	9	15
сир твердий	6	9
сир кисломолочний	40	50
молоко	90	120
ряжанка	20	25
Масло вершкове	6	7,5
Олія рослинна	13	14,5
Сіль (з урахування перехідного періоду)	3,15	4,5
Цукор (0/15пор) з 4х років	0	25
Какао	2	2,4
Чай	0,08	0,12