

### Нормы основных продуктов питания детей в день

	Ранний возраст	Дошкольный возраст		Ранний возраст	Дошкольный возраст
Хлеб пшеничный	54	72	Масло растительное	8,1	9,9
Хлеб ржаной	36	45	Яйцо (штук)	0,5	0,5
Мука пшеничная	22,5	26,1	Молоко	351	405
Мука картофельная	1,8	2,7	Творог	27	36
Крупа, бобовые	27	38,7	Мясо	49,5	54,5
Картофель	180	210,6	Рыба	30,6	35,1
Овощи разные	230,4	292,5	Сметана	8,1	9,9
Фрукты свежие	97,2	102,6	Сыр	3,9	5,8
Фрукты сухие	8,1	9,9	Чай	0,5	0,5
Кондитерские изделия	6,3	18	Кофе злаковый	0,9	1,1
Сахар	33,3	42,3	Соль	3,6	5,4
Масло сливочное	16,2	18,9	Дрожжи	0,4	0,5
Кура	20,7	24,3	Сок	90	90
Сосиски	-	6,3	Какао	0,5	0,5
Макаронные изделия	7,2	10,8			