Натуральные среднесуточные нормы питания на 1 ребёнка в детских учреждениях
(САНПИН 2.4.1.2660-10)

	Наименование продуктов	1-3 года гр. мл.	3-7 лет гр. мл.
1.	Хлеб	70	100
2.	Мука	25	29
3.	Крупа, макароны	38	55
4.	Овощи	205	260
5.	Картофель	120	140
6.	Фрукты	95	100
7.	Соки фруктовые	100	100
8.	Кондитерские изд.	7	20
9.	Сахар	37	47
10.	Масло сливочное	22	26
11.	Масло растительное	9	11
12.	Яйцо	20	24
13.	Молоко	390	450
14.	Творог	30	40
15.	Сметана	9	11
16.	Мясо	50	55
17.	Птица (куры 1 кат.)	20	24
18.	Колбасные изделия	4,9	6,9
19.	Рыба	32	37
20.	Сыр	4	6
21.	Чай	0,5	0,6
22.	Кофе	1	1,2
23.	Какао - порошок	0,5	0,6
24.	Дрожжи	0,4	0,5
25.	Соль	4	6