

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА НИЖНЕВАРТОВСКА
ДЕТСКИЙ САД №15 «СОЛНЫШКО»**



Утверждаю
Заведующий МАДОУ города
Нижневартовска ДС №15 "Солнышко"
О.А. Мельник
приказ от 28.12.2020 №567

**ПОТРЕБНОСТЬ В ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВАХ, ЭНЕРГИИ,
ВИТАМИНАХ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВАХ (СУТОЧНАЯ)**

Показатели	Потребность в пищевых веществах		
	1 - 3 лет	3-7 лет	7-8 лет
белки (г/сут)	42	54	77
жиры (г/сут)	47	60	79
углеводы (г/сут)	203	261	335
энергетическая ценность (ккал/сут)	1400	1800	2350
витамин С (мг/сут)	45	50	60
витамин В1 (мг/сут)	0,8	0,9	1,2
витамин В2 (мг/сут)	0,9	1,0	1,4
витамин А (рет. экв/сут)	450	500	700
витамин D (мкг/сут)	10	10	10
кальций (мг/сут)	800	900	1100
фосфор (мг/сут)	700	800	1100
магний (мг/сут)	80	200	250
железо (мг/сут)	10	10	12
калий (мг/сут)	400	600	1100
йод (мг/сут)	0,07	0,1	0,1
селен (мг/сут)	0,0015	0,02	0,03
фтор (мг/сут)	1,4	2,0	3,0