

СУХОЙ ПАЁК

ПО НОРМАМ РОСПОТРЕБНАДЗОРА

ПРОДУКТЫ, КОТОРЫЕ МОЖНО ДАТЬ РЕБЕНКУ В ЛАГЕРЬ



При формировании набора «сухого пайка» необходимо учитывать потребность детей в энергии и длительность нахождения в пути.

Так, завтраки и ужины должны составлять по 25 % от суточной калорийности – это примерно по 600 ккал и по 700 ккал соответственно для детей возраста с 7 до 11 лет и с 11 лет и старше.

Энергетическая ценность обеда должна составлять 35 % от суточной калорийности, что составляет примерно по 800 ккал и 950 ккал для детей соответствующего возраста.

Каши, гарниры, бульоны быстрого приготовления, горячие напитки готовятся непосредственно перед приемом пищи путем заваривания кипятком при условии наличия воды гарантированного качества.