

**Приложение А**  
**(рекомендуемое)**

**Нормы и нормативы первоочередного жизнеобеспечения населения**

Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации определены в соответствии с [6]. [7].

**Таблица А.1 — Рекомендуемые нормы обеспечения индивидуальным рационом питания на одного человека в сутки**

Наименование продуктов	Норма, г
Печенье, галеты, крекеры	370
Консервы мясные	170
Консервы рыбные	125
Консервы мясорастительные	265
Масло животное	30
Молоко цельное сгущенное с сахаром	65
Сахар	60
Примечание — В зависимости от наличия запасов продовольствия разрешается замена 170 г консервов мясных консервами мясорастительными (250 г) или консервами рыбными в масле (175 г), или консервами рыбными натуральными (250 г).	

**Таблица А.2 — Рекомендуемые нормы обеспечения продовольствием на одного человека в сутки**

Наименование продуктов	Норма, г
Хлеб и хлебобулочные изделия	460
Крупа гречневая	40
Крупа рисовая	40
Изделия макаронные	40
Консервы мясные	150
Консервы рыбные	100
Масло животное	50
Масло растительное	10
Продукция молочной и сыродельной промышленности	25
Сахар	75
Чай	2
Овощи, грибы, картофель, фрукты сушеные	15
Консервы плодовые и ягодные, экстракты ягодные	100
Консервы овощные, томатные	460
Соль поваренная пищевая	20
Пряности пищевкусовые, приправы и добавки	0.1

Таблица А.3— Нормы замены продуктов при выдаче населению

№ п/п	Наименование продуктов	Количество, г	
		Заменяемого продукта	Продукта-заменителя
1	Хлеб из смеси ржаной обдирной муки и пшеничной муки 1-го сорта заменять:	100	
	сухарями из муки ржаной обойной, пшеничной обойной и 2-го сорта		60
	галетами простыми из муки пшеничной обойной и 2-го сорта		60
	мукой ржаной обдирной и мукой пшеничной 1-го сорта		42+28
	хлебом из муки пшеничной 2-го сорта		95
	хлебом белым из муки пшеничной 1-го сорта		90
2	Хлеб белый из муки пшеничной 1-го сорта заменять:	100	
	сухарями из муки пшеничной 1-го сорта		65
	мукой пшеничной 1-го сорта		75
	галетами простыми из муки пшеничной 1-го сорта		65
	батонами простыми и нарезными из муки пшеничной 1-го сорта		95
	хлебом из муки пшеничной высшего сорта		85
	хлебом из муки пшеничной 2-го сорта		105
3	Крупы разную заменять:	100	
	макаронными изделиями		100
	концентратами крупяными, крупозошными и овощами		100
	картофелем свежим		500
	овощами свежими		500
	овощами квашеными и солеными		500
	картофелем и овощами сушеными, пюре картофельным сухим, картофельной крупой, картофелем и овощами сублимационной сушки		100
	консервами овощными первых обеденных блюд без мяса		375
	консервами овощными заправочными		250
	консервами овощными закусочными		375
4	Мясо — говядину, свинину, баранину заменять:	100	
	мясными блоками на костях		100
	мясными блоками без костей		80
	олениной		130
	субпродуктами первой категории		100
	субпродуктами второй категории		300
	мясом птицы потрошенной		100
	мясом птицы полупотрошенной и непотрошенной		120
	мясокопченостями (ветчина, грудинка, рулеты, колбаса полукопченая)		60
	консервами мясными разными		75

Окончание таблицы А.3

№ п/п	Наименование продуктов	Количество, г	
		Заменяемого продукта	Продукта* заменителя
4	консервами из птицы с костями		100
	рыбой (в охлажденном, мороженом и соленом виде без головы)		150
	консервами рыбными разными		120
	сыром сычужным твердым		48
	сыфом плавленным		72
	яйцами куриными, шт.		2
5	Жиры животные топленые, маргарин заменять:	100	
	маслом коровьим		67
	маслом растительным		100
	жиром-сырцом		130
	салом шгmk		100
6	Сахар заменять:	100	
	карамегью		50
	вареньем, джемом, повидлом		140
	мармеладом		130
	печеньем		100
	вафлями		100
	халвой		120
	пастилой		120
7	Чай черный байховый заменять:	100	
	чаем растворимым		80
	кофейным напитком		800

Таблица А.4 — Рекомендуемые среднесуточные наборы продуктов для детей возраста до 1 года

№ п/п	Наименование продуктов	Количество продуктов в граммах по возрастным группам (месяцам)			
		до 3	4—6	7-9	10-12
1	Хлебопродукты:				
	хлеб пшеничный (или сухари)			10	40
	хлеб ржаной				15
2	Крупа, макаронные изделия:		16	18	30
	«геркулес»		8	18	30
	рисовая				3
	манная		8	4.5	3
	гречневая				5
	макаронные изделия			4.5	6

## Окончание таблицы А.4

№ п/п	Наименование продуктов	Количество продуктов в граммах по возрастным группам (месяцам)			
		до 3	4-6	7—9	10—12
3	Картофель		70	70	100
4	Овощи, всего, в том числе:		70	70	100
	морковь		28	28	30
	свекла		5	5	10
	перец сладкий				1
	лук репчатый				5
	горошек зеленый				5
5	Фрукты:				
	фруктовое пюре		50	100	100
	сок фруктовый	10—30	40	50	50
	сухофрукты				10
6	Сахар, кондитерские изделия:				10—15
	печенье			10	20
7	Масло растительное		1—2	2—4	4—6
8	Рыба и рыбопродукты			30	40
9	Мясо и мясопродукты:				
	мясо (для бульона)			60	80
10	Молоко и молочные продукты:				
	молочные смеси	90	70	55	55
	молоко натуральное		80	180	200
	кефир			100	100
	творог		40	50	50
	масло сливочное		2	5	10
11	Яйцо		1/4	1/2	1

Таблица А.5 — Рекомендуемые комплекты одежды, белья и обуви для выдачи пострадавшему населению

Время года	Для мужчин		Для женщин	
	Наименование одежды, белья, обуви	Количество	Наименование одежды, белья, обуви	Копи*чество
Лето	Брюки	1	Платье летнее	1
	Сорочки	1	Чулки(пара)	1
	Носки(пара)	1	Белье нательное (комплот из двух предметов)	1
	Белье нательное (майки, трусы)	1	Обувь летняя (пара)	1
	Обувь летняя (пара)	1		