

20150872769

## МИНИСТЕРСТВО ЗА ТРУД И СОЦИЈАЛНА ПОЛИТИКА

Врз основа на член 128-а став 2 од Законот за социјалната заштита („Службен весник на Република Македонија“ бр. 79/09, 36/11, 51/11, 166/12, 15/13, 79/13, 164/13, 187/13, 38/14, 44/14, 116/14, 180/14, 33/15 и 72/15), министерот за труд и социјална политика, донесе

### ПРАВИЛНИК ЗА НОРМАТИВИТЕ ЗА ЦЕЛОДНЕВНА ИСХРАНА НА КОРИСНИЦИТЕ ВО УСТАНОВИТЕ ЗА ИНСТИТУЦИОНАЛНА СОЦИЈАЛНА ЗАШТИТА

#### Член 1

Со овој правилник се пропишуваат нормативите за целодневна исхрана на корисниците во установите за институционална социјална заштита (во натамошниот текст: исхрана).

#### 1. Нормативи за исхрана на доенчиња и мали деца без родители и без родителска грижа до тригодишна возраст

#### Член 2

Нормативите за дневни потреби од енергетски, хранливи и заштитни материи за доенче односно мало дете, згрижени во установа за сместување на доенчиња и мали деца без родители и без родителска грижа до тригодишна возраст, во зависност од возраста, специфичностите во исхраната според фазите на развојот, се распоредени во пет групи, и тоа за:

- доенче до три месеци;
- доенче од четири до шест месеци;
- доенче од седум до девет месеци;
- доенче од 10 до 12 месеци, и
- мали деца од една до три години.

Правилната исхрана на доенчињата и малите деца во установа за сместување на доенчиња и мали деца без родители и без родителска грижа до тригодишна возраст треба да се обезбеди преку редовен број на оброци во согласност со препорачаните количини на енергија, хранливи и заштитни материи од Светската здравствена организација кои се содржани во табелите, дадени во Прилог бр. 1, кој е составен дел на овој правилник.

#### Член 3

Планирањето на исхраната за доенчињата и малите деца е во зависност од возраста, распоредени во пет групи, и тоа:

- до шест месеци – планираните оброци се согласно возраста и насоки дадени од педијатар;
- од седум до 12 месеци - планираните оброци се специфични за нивната возраст, тоа е преоден период кон општа исхрана, постепено и под контрола на педијатар се воведува соодветна исхрана;
- од една година до три години –исхраната се состои од пет дневни оброци и тоа: појадок, ручек, две ужини и вечера.

Исхраната на доенчиња и мали деца е планирана и усогласена со признатите критериуми и стандарди во енергетска, хранлива и заштитна вредност од дневните потреби по дете – консумент, и тоа:

- белковини од 12 до 15%, од кои 2/3 од анимално- животинско потекло;

- масти од 25 до 35 %;
- јаглени хидрати од 50 до 60%.

Учеството на групите прехранбени производи во дневната исхрана по дете изнесува за:

- житарки и нивни производи, вклучувајќи и ориз до 25%;
- месо, риба, јајца од 5% до 10%;
- адаптирано млеко, млеко, јогурт, кисело млеко, сирење, изварка, кашкавал до 25%;
- масло за јадење од сончоглед, сусам, маслинки, путер и слично од 10 до 15%;
- зеленчук и производи од зеленчук од 10 до 15%;
- овошје и производи од овошје, 10% и
- мед, шеќер и шеќерни преработки, до 5%.

Поради загубите во текот на приготвувањето на храната и сервирањето на оброците, се препорачува зголемување на количините на прехранбените производи за 5 – 10%, со што би се обезбедиле планираните калории, хранливи и заштитни материи.

## **2. Нормативи за исхрана на деца без родители и без родителска грижа над тригодишна возраст и на младинци**

### **Член 4**

Нормативите за исхраната со дневни потреби од енергетски, хранливи и заштитни материи за деца и младинци, згрижени во установа за сместување на деца без родители и без родителска грижа над тригодишна возраст и на младинци, според возраста се распределени во три групи и тоа за:

- деца на возраст од четири до шест години;
- деца на возраст од седум до 15 години, и
- деца и младинци на возраст над 15 години.

Правилната исхрана на корисниците во установа за сместување на деца без родители и без родителска грижа над тригодишна возраст и на младинци, треба да се обезбеди преку редовен број на оброци во согласност со препорачаните количини на енергија, хранливи и заштитни материи од Светската здравствена организација кои се содржани во табелите, дадени во Прилог бр. 2, кој е составен дел на овој правилник.

### **Член 5**

Планирањето на исхраната за деца и младинци со енергетски потреби според возраста и потребите на сместените корисници, распределена е во три групи, и тоа за:

- деца од четири до шест години со дневни енергетски потреби од 7113 KJ (1700 Kкал), за кои предвидени се пет оброка: појадок, ручек, две ужини и вечера.;
- деца од седум до 15 години со дневни енергетски потреби од 12552KJ (3000Kкал), предвидени се четири оброка: појадок, ручек, ужина и вечера, и
- деца и младинци над 15 години со дневни енергетски потреби од 14.226KJ (3400Kкал), за кои предвидени се четири оброка: појадок, ручек, ужина и вечера.

Исхраната на деца и младинци е планирана и усогласена со признатите критериуми и стандарди во енергетска, хранлива и заштитна вредност на дневните потреби по консумент и тоа:

- вкупни белковини од 12 до 15% од дневната енергетска вредност, од кои 2/3 од анимално - животинско потекло;
- вкупни масти од 25 до 30 % од дневната енергетска вредност, и
- јаглени хидрати од 50 до 60% од дневната енергетска вредност.

Учеството на групите прехранбени производи во дневната исхрана на деца и младинци изнесува за:

- житарки и нивни производи, вклучувајќи и ориз од 25 до 40%;

- месо, риба, јајца и сите нивни производи до 10%;
- млеко и сите млечни производи од 10 до 15%;
- масло за јадење од сончоглед, сусам, маслинки, путер и слично од 10 до 15%;
- зеленчук и производи од зеленчук, од 10 до 12%;
- овошје и производи од овошје, од 5% до 10% и
- мед, шеќер и шеќерни преработки, од 5% до 10%.

Поради загубите во текот на приготвувањето на храната и сервирањето на оброците, се препорачува зголемување на количините на прехранбените производи за 5 - 10%, со што би се обезбедиле планираните енергетски, хранливи и заштитни материи.

### **3. Нормативи за исхрана на деца и младинци со воспитно - социјални проблеми**

#### **Член 6**

Нормативите за исхраната со дневни потреби од енергетски, хранливи и заштитни материи за деца и младинци, згрижени во установа за сместување на деца и младинци со воспитно - социјални проблеми, според возраста се распределени во две групи и тоа за:

- деца на возраст од седум до 15 години, и
- деца и младинци над 15 години.

Правилната исхрана на корисниците во установа за сместување на деца и младинци со воспитно - социјални проблеми треба да се обезбеди преку редовен број на оброци во согласност со препорачаните количини на енергија, хранливи и заштитни материи од Светската здравствена организација кои се содржани во табелите, дадени во Прилог бр. 3, кој е составен дел на овој правилник.

#### **Член 7**

Планирањето на исхраната е во зависност од возраста на децата и младинците, распоредени во две групи, и тоа за:

- деца од седум до 15 години, со енергетски потреби од 12553 KJ (3000Ккал), исхраната се состои од четири оброка, и тоа: појадок, ручек, ужина и вечера, и
- деца и младинци над 15 години, со енергетски потреби од 14226KJ (3400Ккал), исхраната се состои од четири оброка, и тоа: појадок, ручек, ужина и вечера.

Исхраната на деца и младинци е планирана и усогласена со признатите критериуми и стандарди во енергетска, хранлива и заштитна вредност на дневните потреби по консумент и тоа:

- вкупни белковини од 12 до 15% од дневната енергетска вредност, од кои 2/3 од анимално - животинско потекло;
- вкупни масти од 25 до 35 % од дневната енергетска вредност, и
- јаглени хидрати од 50 до 60% од дневната енергетска вредност.

Учеството на групите прехранбени производи во исхраната на деца и младинци изнесува за:

- житарки и нивни производи, вклучувајќи и ориз од 30 до 40%;
- месо и производи од месо, риба, јајца до 10%;
- млеко и млечни производи, од 10 до 15%;
- масло за јадење од сончоглед, сусам, маслинки, путер и слично од 10 до 15%;
- зеленчук и производи од зеленчук, од 10 до 12%;
- овошје и производи од овошје, од 5% до 10%, и
- мед, шеќер и шеќерни преработки, од 5% до 10%.

Поради загубите во текот на приготвувањето на храната и сервирањето на оброците, се препорачува зголемување на количините на прехранбените производи за 5 - 10%, со што би се обезбедиле планираните енергетски, хранливи и заштитни материи.

#### **4. Нормативи за исхрана на деца и младинци со нарушено поведење**

##### **Член 8**

Нормативите за исхраната со дневни потреби од енергетски, хранливи и заштитни материји за деца и младинци, згрижени во установа за сместување на деца и младинци со нарушено поведење, се распределени во две групи, и тоа за:

- деца на возраст од седум до 15 години, и
- деца и младинци над 15 години.

Правилната исхрана на корисниците во установа за сместување на деца и младинци со нарушено поведење, треба да се обезбеди преку редовен број на оброци во согласност со препорачаните количини на енергија, хранливи и заштитни материји од Светската здравствена организација кои се содржани во табелите, дадени во Прилог бр. 4, кој е составен дел на овој правилник.

##### **Член 9**

Планирањето на исхраната е во зависност од возраста на децата и младинците, распоредени во две групи, и тоа за:

- деца од седум до 15 години, со дневни енергетски потреби од 12553 KJ (3000 Kкал), исхраната се состои од четири оброка, и тоа: појадок, ручек, ужина и вечера, и
- деца и младинци над 15 години, со дневни енергетски потреби од 14226KJ (3400Kкал), распределени во четири оброка, и тоа: појадок, ручек, ужина и вечера.

Исхраната на деца и младинци е планирана и усогласена со признатите критериуми и стандарди во енергетска, хранлива и заштитна вредност на дневните потреби по консумент и тоа:

- вкупни белковини од 12 до 15% од дневната енергетска вредност, од кои 2/3 од анимално - животинско потекло;
- вкупни масти од 25 до 35 % од дневната енергетска вредност, и
- јаглени хидрати од 50 до 60% од дневната енергетска вредност.

Учеството на групите прехранбени производи во дневната исхрана на деца и младинци изнесува за:

- житарки и нивни производи, вклучувајќи и ориз од 30 до 40%;
- месо, риба, јајца до 10%;
- млеко и млечни производи, од 10 до 15%;
- масло за јадење од сончоглед, сусам, маслинки, путер и слично од 10 до 15%;
- зеленчук и производи од зеленчук, од 10 до 12%;
- овошје и производи од овошје, од 5% до 10%, и
- мед, шеќер и шеќерни преработки, од 5% до 10%.

Поради загубите во текот на приготвувањето на храната и сервирањето на оброците, се препорачува зголемување на количините на прехранбените производи за 5 – 10%, со што би се обезбедиле планираните енергетски, хранливи и заштитни материји.

#### **5. Нормативи за исхрана на деца и младинци со умерени и тешки пречки во менталниот развој**

##### **Член 10**

Нормативите за исхраната со дневни потреби од енергетски, хранливи и заштитни материји за деца и младинци, згрижени во установа за сместување на деца и младинци со умерени и тешки пречки во менталниот развојот се распределени во пет групи, и тоа:

- за деца на возраст од седум до 15 години, згрижени во установата;
- за деца –младинци на возраст над 15 години, згрижени во установата;

- за деца и младинци, кои престојуваат во установата во текот на работните денови без згрижување;

- за младинци кои престојуваат во установата во текот на работните денови без згрижување во дневен центар за возрасни, и

- за деца кои престојуваат во установата во текот на работните денови без згрижување во дневен центар за деца.

Правилната исхрана на корисниците во установа за сместување на деца и младинци со умерени и тешки пречки во менталниот развој треба да се обезбеди преку редовен број на оброци во согласност со препорачаните количини на енергија, хранливи и заштитни материи од Светската здравствена организација кои се содржани во табелите, дадени во Прилог бр. 5, кој е составен дел на овој правилник.

#### Член 11

Планирањето на исхраната е во зависност од возраста на деца и младинци, распределени во пет групи, и тоа за:

- деца од седум до 15 години со дневни енергетски потреби од 12553 KJ (3000 Ккал), распределени во четири дневни оброка, и тоа: појадок, ужина, ручек и вечера;

- деца и младинци над 15 години со дневни енергетски потреби од 14226KJ (3400 Ккал), распределени во четири дневни оброка, и тоа: појадок, ужина, ручек и вечера;

- за младинци и возрасни лица, корисници во дневен центар за возрасни, односно кои престојуваат во установата во текот на работните денови без згрижување, со два дневни оброка: ужина и ручек, и

- за деца, корисници во дневен центар за деца, односно кои престојуваат во установата во текот на работните денови без згрижување, со два дневни оброка: појадок и ручек.

Исхраната на деца и младинци е планирана и усогласена со признатите критериуми и стандарди во енергетска, хранлива и заштитна вредност на дневните потреби по консумент, и тоа:

- вкупни белковини од 12 до 15% од дневната енергетска вредност, од кои 2/3 од анимално - животинско потекло;

- вкупни масти од 25 до 35 % од дневната енергетска вредност, и

- јаглени хидрати од 50 до 60% од дневната енергетска вредност.

Учеството на групите прехранбени производи во дневната исхрана на деца и младинци изнесува за:

- житарки и нивни производи, вклучувајќи и ориз од 30 до 40%;

- месо, риба, јајца до 10%;

-млеко и млечни производи, од 10 до 15%;

- масло за јадење од сончоглед, сусам, маслинки путер и слично од 10 до 15%;

- зеленчук и производи од зеленчук, од 10 до12%;

- овошје и производи од овошје, од 5% до 10%, и

- мед, шеќер и шеќерни преработки, од 5% до 10%.

Поради загубите во текот на приготвувањето на храната и сервирањето на оброците, се препорачува зголемување на количините на прехранбените производи за 5 – 10%, со што би се обезбедиле планираните енергетски, хранливи и заштитни материи.

### **6. Нормативи за исхрана на деца и младинци со пречки во телесниот развој**

#### Член 12

Нормативите за дневни потреби од енергетски, хранливи и заштитни материи за сместените лица во установа за сместување на деца и младинци со пречки во телесниот развој, се опфатени во една група сите корисници од различни возрасти и пол, со средни вредности на потребите и дневен енергетски просек од 12.175 KJ (2910 Ккал).

Правилната исхрана на сместените лица во установа за сместување на деца и младинци со пречки во телесниот развој, треба да се обезбеди преку редовен број на оброци во согласност со препораките од Светската здравствена организација во потреби на енергија, хранливи и заштитни материи, кои се содржани во табелите, дадени во Прилог бр. 6, кој е составен дел на овој правилник.

### Член 13

Планирањето на исхраната е во зависност од возраста на сместените лица во установа за сместување на деца и младинци со пречки во телесниот развој, распределени во три или четири оброка, во зависност од возраста на сместените лица и тоа: појадок, ручек, ужина (предвидена за лица на возраст до 24 години) и вечера.

Исхраната на деца и младинци со пречки во телесниот развој е планирана и усогласена со признатите критериуми и стандарди во енергетска, хранлива и заштитна вредност на дневните потреби по консумент, и тоа:

- вкупни белковини од 12 до 15% од дневната енергетска вредност, од кои 50% од анимално - животинско потекло;

- вкупни масти до 25 % од дневната енергетска вредност, и

- јаглени хидрати од 50 до 60% од дневната енергетска вредност.

Учеството на групите прехранбени производи во исхраната на деца и младинци изнесува за:

- житарки и нивни производи, вклучувајќи и ориз од 30 до 40%;

- месо, риба, јајца до 10%;

- млеко и млечни производи, од 10 до 15%;

- масло за јадење од сончоглед, сусам, маслинки, путер и слично од 10 до 15%;

- зеленчук и производи од зеленчук, до 10 %;

- овошје и производи од овошје, од 5% до 10%, и

- мед, шеќер и шеќерни преработки, од 5% до 10%.

Поради загубите во текот на приготвувањето на храната и сервирањето на оброците, се препорачува зголемување на количините на прехранбените производи за 5 – 10%, со што би се обезбедиле планираните енергетски, хранливи и заштитни материи.

## 7. Нормативи за исхрана на стари лица

### Член 14

Нормативите за дневни потреби од енергетски, хранливи и заштитни материи за сместените стари лица над 65 години во установа за сместување на стари лица, се распределени во две групи, и тоа за:

- исхрана на стари лица со енергетски потреби од 8357KJ ( 2000 Ккал), и

- млечно кашеста исхрана со енергетски потреби од 7100KJ (1700 Ккал), за неподвижни корисници (лица со потреба од помош и нега од друго лице).

Правилната исхрана на корисниците во установа за сместување на стари лица треба да се обезбеди преку редовен број на оброци во согласност со препорачаните количини на енергија, хранливи и заштитни материи од Светската здравствена организација кои се содржани во табелите, дадени во Прилог бр.7, кој е составен дел на овој правилник.

### Член 15

Во планирањето на исхраната за стари лица со енергетски потреби од 8357KJ ( 2000 Ккал), предвидени се четири дневни оброка, и тоа: појадок, ручек, ужина и вечера.

За млечно кашеста исхрана со енергетски потреби од 7100КJ (1700 Ккал), предвидени се четири дневни оброка, и тоа: појадок, ручек, ужина и вечера.

#### Член 16

Исхраната на старите лица со дневни енергетски потреби од 2000Ккал, е планирана и усогласена со признатите критериуми и стандарди во енергетска, хранлива и заштитна вредност на дневните потреби по консумент, и тоа: вкупни белковини од 11 до 13% од дневната енергетска вредност, од која количина од 30 до 50% да се од анимално потекло, а масти до 25% и јаглени хидрати од 55 до 60% во исхрана.

Исхраната на корисниците кои се на млечно кашеста исхрана се обезбедува со намалени дневни енергетски потреби (1700Ккал), а со зголемени потреби од белковини и заштитни материи посебно од витамини, така што белковините треба да се застапени од 15% од дневната енергетска вредност, од која количина 50% од анимално потекло, масти застапени до 25% и јаглени хидрати застапени со 60% од дневната енергетска вредност во исхраната на старите лица.

Учеството на групите прехранбени производи во исхраната на старите лица од вкупната дневна енергетска вредност, изнесува за:

- житарки и нивни производи, вклучувајќи и ориз од 30 до 35 %;
- месо, риба, јајца до 10%;
- млеко и млечни производи, од 10 до 20%;
- масло за јадење од сончоглед, сусам, маслинки, путер и слично до 10 %;
- зеленчук и производи од зеленчук, до 10 %;
- овошје и производи од овошје, од 5% до 10%, и
- мед, шеќер и шеќерни преработки, од 5% до 10%.

Поради загубите во текот на приготвувањето на храната и сервирањето на оброците, се препорачува зголемување на количините на прехранбените производи за 5 – 10%, со што би се обезбедиле планираните енергетски, хранливи и заштитни материи.

### **8. Нормативи за исхрана на лица со пречки во менталниот развој**

#### Член 17

Нормативи за исхрана во установа за сместување на лица со пречки во менталниот развој, а кои се однесуваат на целодневни потреби од енергетски, хранливи и заштитни материи, во зависност од возраста и здравствената состојба на корисникот, се распределени во три групи, и тоа:

- млечно (течна) исхрана, за штитеници кои не се во состојба да земат општа – чорбеста храна, односно се хранат со цуцла;
- исхрана на неподвижни и полу подвижни штитеници, на возраст од најмалку седум години, и
- исхрана на подвижни штитеници, на различна возраст.

Правилната исхрана на корисниците во установа за сместување на лица со пречки во менталниот развој треба да се обезбеди преку редовен број на оброци во согласност со препорачаните количини на енергија, хранливи и заштитни материи од Светската здравствена организација кои се содржани во табелите, дадени во Прилог бр. 8, кој е составен дел на овој правилник.

#### Член 18

Планирањето на исхраната за штитеници на млечно (течна) исхрана со енергетски потреби од 7113КJ (1700 Ккал), во исхраната предвидени се четири оброка, и тоа: појадок, ручек, ужина и вечера.

Исхраната на неподвижни и полу подвижни штитеници (на пасирана храна) со дневни енергетски потреби од 8368 KJ (2000 Ккал), исхраната е распределена на четири оброка, и тоа: појадок, ручек, ужина и вечера.

Исхрана на подвижни штитеници (општа храна) со дневни енергетски потреби од 12552KJ (3000 Ккал), дневната исхрана е распределена на четири оброка, и тоа: појадок, ручек, ужина и вечера.

Исхраната на трите категории корисници е планирана и усогласена со признатите критериуми и стандарди во енергетска, хранлива и заштитна вредност на дневните потреби по консумент, и тоа:

- вкупни белковини од 12 до 15% од дневната енергетска вредност,
- вкупни масти од 25 до 30 % од дневната енергетска вредност, и
- јаглени хидрати од 50 до 60% од дневната енергетска вредност;

Учеството на групите прехранбени производи во исхраната на деца и младинци изнесува за:

- житарки нивни производи, вклучувајќи и ориз од 25 до 40%;
- месо, риба, јајца и сите нивни преработки до 10%;
- млеко и сите млечни производи, од 10 до 15%;
- масло за јадење од сончоглед, сусам, маслинки, путер и слично до 10%;
- зеленчук и производи од зеленчук, до 10 %;
- овошје и производи од овошје, од 5% до 10% и
- мед, шеќер и шеќерни преработки, од 5% до 10%.

Поради загубите во текот на приготвувањето на храната и сервирањето на оброците, се препорачува зголемување на количините на прехранбените производи за 5 – 10%, со што би се обезбедиле планираните енергетски, хранливи и заштитни материи.

## **9. Нормативи за исхрана на лица баратели на право на азил**

### **Член 19**

Нормативите за исхраната со дневни потреби од енергетски, хранливи и заштитни материи за лица баратели на право на азил, згрижени во установа за сместување на лица баратели на право на азил, во зависност од возраста се распределени во две групи, и тоа за:

- деца од една до шест години;
- деца над седум години, младинци, возрасни и стари лица.

Исхраната на доенчиња до 12 месеци е под контрола и насоки од педијатар.

Правилната исхрана на лица во установа за сместување на лица баратели на право на азил, треба да се обезбеди преку редовен број на оброци во согласност со препорачаните количини на енергија, хранливи и заштитни материи од Светската здравствена организација кои се содржани во табелите, дадени во Прилог бр. 9, кој е составен дел на овој правилник.

### **Член 20**

Исхраната на лица во установа за сместување на лица баратели на право на азил се подготвува за различни возрасни групи, така да треба да се земаат во предвид специфичностите по однос на здравствената состојба, навиките во исхраната, верска припадност и слично за сместените лица.

Планирањето на исхраната е во зависност од возраста, распоредени во две групи, и тоа за:

- исхраната на деца на возраст од една до седум години со енергетски потреби од 7113KJ (1000 до 1700 Ккал), распределени во пет оброка, и тоа: појадок, ручек, две ужини и вечера, и



- исхраната за деца над седум години, младинци, возрасни и стари лица, со енергетски потреби од 10460KJ (2500Ккал), распределени во три/четири оброка, и тоа: појадок, ручек, ужина за лица на возраст од седум до 14 години и вечера.

Исхраната на лица баратели на право на азил е планирана и усогласена со признатите критериуми и стандарди во енергетска, хранлива и заштитна вредност на дневните потреби по консумент, и тоа:

- вкупни белковини од 12 до 15% од дневната енергетска вредност;
- вкупни масти од 25 до 30 % од дневната енергетска вредност, и
- јаглени хидрати од 50 до 60% од дневната енергетска вредност;

Учеството на групите прехранбени производи во исхраната на деца и младинци изнесува за:

- житарки и нивни производи, вклучувајќи и ориз од 25 до 40%;
- месо, риба, јајца и сите нивни преработки до 10%;
- млеко и сите млечни производи, од 10 до 15%;
- масло за јадење од сончоглед, сусам, маслинки,путер и слично до 10 %;
- зеленчук и производи од зеленчук, од 10 до 12%;
- овошје и производи од овошје, од 5% до 10%, и
- мед, шеќер и шеќерни преработки, од 5% до 10%.

Поради загубите во текот на приготвувањето на храната и сервирањето на оброците, се препорачува зголемување на количините на прехранбените производи за 5 – 10%, со што би се обезбедиле планираните енергетски, хранливи и заштитни материи.

#### Член 21

Овој правилник влегува во сила осмиот ден од денот на објавувањето во „Службен весник на Република Македонија”.

Бр. 02-4807/1  
13 мај 2015 година  
Скопје

Министер за труд  
и социјална политика,  
**Диме Спасов**, с.р.

Прилог бр.1

**НОРМАТИВИ ЗА ИСХРАНА НА ДООНЧИЊА И МАЛИ ДЕЦА БЕЗ РОДИТЕЛИ И БЕЗ РОДИТЕЛСКА ГРИЖА ДО ТРИГОДИШНА ВОЗРАСТ**

**1. Норматив за дневни потреби во енергетска вредност и хранливи материи за доенчиња до 12 месеци и мали деца од една до три години**

Возраст, процентуална застапеност на истите	Енергетска вредност		Вкупни белковини гр.	Анимални бел. гр.	Вкупни масти гр.	Јаглени хидрати гр.
	КЈ	Ксал				
0-3 месеци	2289	545	20,4	12,2	15,1	81,7
4-6 месеци	2998	690	25,8	15,4	19,1	103,5
7-9 месеци	3465	825	30,9	18,5	22,9	123,7
10-12 месеци	3864	920	34,5	20,7	25,5	138,0
1-3 години	5166	1230	46,1	27,6	34,1	184,5

**2. Норматив за дневни потреби во енергетски вредности и хранливи материи за доенчиња од седум до 12 месеци**

Вид оброци и процентуална застапеност на истите	Енергетска вредност		Вкупни белковини гр.	Анимални белковини гр.	Вкупни масти гр.	Јаглени хидрати гр.
	КЈ	Ксал				
Појадок	1046	250	9,9	6,7	6,9 - 10,3	31,2 - 37,5
Ужина 1	293	70	0,5	-	0,2 - 0,3	8,8 - 10,5
Ручек	1130	270	10,3	7,0	7,5 - 11,0	33,8 - 40,5
Ужина 2	669	160	6,9	4,6	4,4 - 6,9	20,0 - 24,0
Вечера	1046	250	9,9	6,7	6,9 - 10,3	31,2 - 37,5
Вкупно:	4184	1000	37,5	25,0	25,9 - 38,8	125 - 150,0

### 3. Норматив за дневни потреби во енергија и хранливи материи за деца од една до три години

Вид оброци и процентуална застапеност на истите	Енергетска вредност КЈ Ксал	Белковини 15% Вкупни белковини гр.	Анимални белковини гр.	Вкупни масти гр. 25-35%	Јаглени хидрати гр. 50-60%
Појадок 27%	1469 351	13,6	9,1	10,4 - 14,1	43,9 – 52,6
Ужина 1 7%	381 91	0,7	-	-	11,3 – 13,7
Ручек 30%	1699 406	15,6	10,5	11,9 - 16,2	50,8– 60,8
Ужина 2 10%	565 135	5,3	3,7	4,4 - 5,8	16,9 – 20,3
Вечера 25%	1326 317	12,3	8,3	9,4 - 12,8	39,6 – 47,6
Вкупно: 100%	5440 1300	47,5	31,6	36,1 - 48,9	162,5 - 195,0

#### ДНЕВНИ ПОТРЕБИ ОД ВИТАМИНИ

	А	Д	Е	К	Ц	Б1	Б2	ПП	Б6	Фолна к-на	Б12
Возраст месеци, години	µgRE	µg	мг	µg	мг	мг	мг	мг	мг	µg	µg
0-3 м	375	7,5	3	-	30	0,3	0,4	5,5	0,3	25	0,3
4-6 м	375	10	4	-	30	0,3	0,4	5,5	0,3	25	0,3
7-9 м	375	10	4	-	35	0,4	0,5	5,6	0,6	35	0,5
10-12 м	375	10	4	-	35	0,4	0,5	5,6	0,6	35	0,5
1-3 г	400	10	6	-	45	0,5	0,8	9,0	1,0	100	0,7

#### ДНЕВНИ ПОТРЕБИ ОД МИНЕРАЛИ

	Са	Р	Mg	Fe	Zn	J	Na	К	хлориди	Mn	F	Se
возраст месеци, години	мг	мг	мг	мг	мг	µg	мг	мг	мг	мг	мг	мг
0-3 м	500	400	55	6	5	40	210	800	320	0,5-0,7	0,1-0,5	0,01-0,04
4-6 м	500	400	60	6	5	40	280	850	400	0,5-0,7	0,1-0,5	0,01-0,04
7-9 м	700	400	75	10	5	50	320	700	500	0,7-1,0	0,2-1,0	0,02-0,06
10-12 м	700	400	80	10	5	50	350	700	500	0,7-1,0	0,2-1,0	0,02-0,06
1-3 г	800	800	85	10	5,5	70	500	800	800	1,0-1,5	0,5-1,5	0,02-0,08

## Прилог бр. 2

## НОРМАТИВИ ЗА ИСХРАНА НА ДЕЦА БЕЗ РОДИТЕЛИ И БЕЗ РОДИТЕЛСКА ГРИЖА НАД ТРИГОДИШНА ВОЗРАСТ И НА МЛАДИНЦИ

## 1.Норматив за целодневни потреби во енергија, хранливи и заштитни материи на деца од четири до шест години

Вид оброци и процентуална застапеност на истите	Енергетска вредност		Вкупни белковини гр.	Анимални белковини гр.	Вкупни масти гр.	Јаглени хидрати гр.
	КЈ	Ккал				
Појадок 25%	1778	425	15,0	11,0	11,8	63,7
Ужина 1 10%	711 170		6,0	3,0	4,7	25,5
Ручек 30%	2134	510	20,0	12,0	14,1	76,5
ужина 2 10%	711 170		6,0	3,0	4,7	25,5
Вечера 25%	1778	425	15,0	11,0	11,8	63,7
Вкупно: 100%	7113	1700	62,0	40,0	47,1	255,0

## ДНЕВНИ ПОТРЕБИ ОД ВИТАМИНИ

	А	Д	Е	К	Ц	Б1	Б2	ПП	Б6	фолацин	Б12
Возраст години	µgRE	µg	мг	µg	мг	мг	мг	мг	мг	µg	µg
4-6	500	10	7	-	45	0,7	1,1	12,1	1,1	130	1,0

## ДНЕВНИ ПОТРЕБИ ОД МИНЕРАЛИ

возраст години	Са	Р	Mg	Fe	Zn	J	Na	К	Cl		Mn	F	Se
	мг	мг	мг	мг	мг	µg	мг	мг	мг		мг	мг	мг
4-6	800	800	120	10	6,5	110	700	1100	1100		1,5-2,0	1,0-2,5	0,03-0,12

## 2. Норматив за целодневни потреби во калории, хранливи и заштитни материи на деца од седум до 15 години

Вид оброци и процентуална застапеност на истите	Енергетска вредност		Вкупни белковини гр.	Анимални белковини гр.	Вкупни масти гр.	Јаглени хидрати гр.
	КЈ	Ккал				
Појадок 30%	3766	900	32,0	16,0	25,0	135,0
Ручек 35%	4393	1050	39,0	20,0	29,1	157,5
ужина 7%	879	210	8,0	4,0	5,8	31,5
Вечера 28%	3514	840	31,0	15,0	23,3	126,0
Вкупно: 100%	12552	3000	110,0	55,0	83,2	450,0

### ДНЕВНИ ПОТРЕБИ ОД ВИТАМИНИ

	А	Д	Е	К	Ц	Б1	Б2	ПП	Б6	фолацин	Б12
Возраст години	µgRE	µg	мг	µg	мг	мг	мг	мг	мг	µg	µg
7-10	700	10	8	30	45	1,2	1,4	16	1,4	200	1,4
11-14	900	10	10	45	60	1,3	1,5	16	1,5	200	2,0
просечно	800	10	9	40	60	1,3	1,5	16	1,5	200	1,7

### ДНЕВНИ ПОТРЕБИ ОД МИНЕРАЛИ

	Са	Р	Mg	Fe	Zn	J	Na	К	Cl	Mn	F	Se
Возраст години	мг	Мг	мг	мг	мг	µg	мг	мг	мг	мг	мг	мг
7-10	1000	800	170	10	10	120	400-1800	1600-3000	600-2800	2,0-3,0	1,5-2,5	0,05-0,2
11-14	1200	1200	280	15	15	150	500-2500	1800-5050	850-3800	2,0-5,0	1,5-2,5	0,05-0,2
просек	1100	1000	225	15	15	135	450-2150	1700-4025	725-3300	2,0-4,0	1,5-2,5	0,05-0,2

### 3. Норматив за целодневни потреби во калории, хранливи и заштитни материи на деца –младинци над 15 години

Вид оброци и процентуална застапеност на истите	Енергетска вредност		Вкупни белковини гр.	Анимални белковини гр.	Вкупни масти гр.	Јаглени хидрати гр.
	KJ	Kcal				
Појадок 35%	4979	1190	45,0	22,0	33,0	178,5
Ручек 30%	4268	1020	38,0	19,0	28,3	153,0
ужина 5%	711	170	6,0	3,0	4,7	25,5
Вечера 30%	4268	1020	38,0	18,0	28,3	153,0
Вкупно: 100%	14226	3400	127,0	62,0	94,3	510,0

#### ДНЕВНИ ПОТРЕБИ ОД ВИТАМИНИ

	A	Д	E	K	Ц	Б1	Б2	ПП	Б6	фолацин	Б12
Возраст години	µgRE	µg	мг	µg	мг	мг	мг	мг	мг	µg	µg
15-18	900	10	9	60	60	1,3	1,5	17	1,8	200	2,0

#### ДНЕВНИ ПОТРЕБИ ОД МИНЕРАЛИ

возраст години	Ca	P	Mg	Fe	Zn	J	Na	K	Cl	Mn	F	Se
	мг	мг	мг	мг	мг	µg	мг	мг	мг	мг	мг	мг
15-18	1200	1200	350	15	15	150	500-2500	2000-5600	900-3800	2,0-5,0	1,5-2,5	0,05-0,2

## Прилог бр.3

НОРМАТИВИ ЗА ИСХРАНА НА ДЕЦА И МЛАДИНЦИ СО ВОСПИТНО -  
СОЦИЈАЛНИ ПРОБЛЕМИ1. Норматив за целодневни потреби во енергија и хранливи материи  
за деца од седум до 15 години

Вид оброци и процентуална застапеност на истите	Енергетска вредност		Вкупни белковини гр.	Анимални белковини гр.	Вкупни масти гр.	Јаглени хидрати гр.
	KJ	Ккал				
Појадок 30%	3766	900	32,0	16,0	25,0	135,0
Ручек 35%	4393	1050	39,0	20,0	29,0	157,5
Ужина 7%	879	210	8,0	4,0	5,8	31,5
Вечера 28%	3515	840	31,0	15,0	23,3	126,0
Вкупно: 100%	12553	3000	110,0	55,0	83,0	450,0

## ДНЕВНИ ПОТРЕБИ ОД ВИТАМИНИ

	А	Д	Е	К	Ц	Б1	Б2	ПШ	Б6	фолацин	Б12
Возраст години	µgRE	µg	мг	µg	мг	мг	мг	мг	мг	µg	µg
7-10	700	10	8	30	45	1,2	1,4	16	1,4	200	1,4
11-14	900	10	9	45	60	1,2	1,4	16	1,5	200	2,0
Просек	900	10	9	45	60	1,2	1,4	16	1,5	200	1,7

## ДНЕВНИ ПОТРЕБИ ОД МИНЕРАЛИ

	Са	Р	Mg	Fe	Zn	J	Na	К	Cl	Mn	F	Se
Возраст години	мг	мг	мг	мг	мг	µg	мг	мг	мг	мг	мг	мг
7-10	1000	800	170	10	10	120	400-1800	1600-3000	600-2800	2,0-3,0	1,5-2,5	0,05-0,2
11-14	1200	1200	280	14	14	150	500-2500	2000-5600	900-3800	2,0-5,0	1,5-2,5	0,05-0,2
Просек 7-14 г	1100	1000	225	12	12	135	500-2500	1800-4300	900-3800	2,0-5,0	1,5-2,5	0,05-0,2

**2. Норматив за целодневни потреби во енергија и хранливи материи за деца и младинци над 15 години**

Вид оброци и процентуална застапеност на истите	Енергетска вредност		Вкупни белковини гр.	Анимални белковини гр.	Вкупни масти гр.	Јаглени хидрати гр.
	KJ	Ккал				
Појадок 35%	4979	1190	45,0	22,0	33,0	178,5
Ручек 30%	4268	1020	38,0	19,0	28,3	153,0
Ужина 5 %	711	170	6,0	3,0	4,7	25,5
Вечера 30%	4268	1020	38,0	18,0	28,3	153,0
Вкупно: 100%	14226	3400	127,0	62,0	94,3	510,0

**ДНЕВНИ ПОТРЕБИ ОД ВИТАМИНИ**

	A	Д	E	K	Ц	Б1	Б2	ПП	Б6	фолацин	Б12
Возраст години	µgRE	µg	мг	µg	мг	мг	мг	мг	мг	µg	µg
15-18	1000	10	10	65	60	1,3	1,5	17	1,8	200	2,0

**ДНЕВНИ ПОТРЕБИ ОД МИНЕРАЛИ**

	Ca	P	Mg	Fe	Zn	J	Na	K	Cl	Mn	F	Se
Возраст години	мг	мг	мг	мг	мг	µg	мг	мг	мг	мг	мг	мг
15-18	1200	1200	350	15	14	150	500-2500	2000-5600	900-3800	2,0-5,0	1,5-2,5	0,05-0,2



## Прилог бр.4

## НОРМАТИВИ ЗА ИСХРАНА НА ДЕЦА И МЛАДИНЦИ СО НАРУШЕНО ПОВЕДЕНИЕ

## 1. Норматив за целодневни потреби во енергија и хранливи материи за деца од седум до 15 години

Вид оброци и процентуална застапеност на истите	Енергетска вредност		Вкупни белковини гр.	Анимални белковини гр.	Вкупни масти гр.	Јаглени хидрати гр.
	KJ	Ккал				
Појадок 30%	3766	900	32,0	16,0	25,0	135,0
Ручек 35%	4393	1050	39,0	20,0	29,0	157,5
Ужина 7%	879	210	8,0	4,0	5,8	31,5
Вечера 28%	3515	840	31,0	15,0	23,3	126,0
Вкупно: 100%	12553	3000	110,0	55,0	83,0	450,0

## ДНЕВНИ ПОТРЕБИ ОД ВИТАМИНИ

	А	Д	Е	К	Ц	Б1	Б2	ПП	Б6	фолацин	Б12
Возраст години	µgRE	µg	мг	µg	мг	мг	мг	мг	мг	µg	µg
7-10	700	10	8	30	45	1,2	1,4	16	1,4	200	1,4
11-14	900	10	9	45	60	1,2	1,4	16	1,5	200	2,0
Просек	900	10	9	45	60	1,2	1,4	16	1,5	200	1,7

## ДНЕВНИ ПОТРЕБИ ОД МИНЕРАЛИ

	Са	Р	Mg	Fe	Zn	J	Na	К	Cl	Mn	F	Se
Возраст години	мг	мг	мг	мг	мг	µg	мг	мг	мг	мг	мг	мг
7-10	1000	800	170	10	10	120	400-1800	1600-3000	600-2800	2,0-3,0	1,5-2,5	0,05-0,2
11-14	1200	1200	280	14	14	150	500-2500	2000-5600	900-3800	2,0-5,0	1,5-2,5	0,05-0,2
Просек 7-14 г	1100	1000	225	12	12	135	500-2500	1800-4300	900-3800	2,0-5,0	1,5-2,5	0,05-0,2

**2. Норматив за целодневни потреби во енергија и хранливи материи  
за деца и младици над 15 години**

Вид оброци и процентуална застапеност на истите	Енергетска вредност		Вкупни белковини гр.	Анимални белковини гр.	Вкупни масти гр.	Јаглени хидрати гр.
	KJ	Ккал				
Појадок 35%	4979	1190	45,0	22,0	33,0	178,5
Ручек 30%	4268	1020	38,0	19,0	28,3	153,0
Ужина 5 %	711	170	6,0	3,0	4,7	25,5
Вечера 30%	4268	1020	38,0	18,0	28,3	153,0
Вкупно: 100%	14226	3400	127,0	62,0	94,4	510,0

**ДНЕВНИ ПОТРЕБИ ОД ВИТАМИНИ**

	A	Д	Е	К	Ц	Б1	Б2	ПП	Б6	фолацин	Б12
Возраст години	µgRE	µg	мг	µg	мг	мг	мг	мг	мг	µg	µg
15-18	1000	10	10	65	60	1,3	1,5	17	1,8	200	2,0

**ДНЕВНИ ПОТРЕБИ ОД МИНЕРАЛИ**

	Ca	P	Mg	Fe	Zn	J	Na	K	Cl	Mn	F	Se
Возраст години	мг	мг	мг	мг	мг	µg	мг	мг	мг	мг	мг	мг
15-18	1200	1200	350	15	14	150	500-2500	2000-5600	900-3800	2,0-5,0	1,5-2,5	0,05-0,2

## Прилог бр. 5

НОРМАТИВИ ЗА ИСХРАНА НА ДЕЦА И МЛАДИНЦИ СО УМЕРЕНИ И ТЕШКИ  
ПРЕЧКИ ВО МЕНТАЛНИОТ РАЗВОЈ1. Норматив за целодневни потреби во енергија и хранливи материи  
за деца од седум до 15 години, згрижени во установата

Вид оброци и процентуална застапеност на истите	Енергетска вредност КJ Ккал	Вкупни белковини гр.	Анимални белковини гр.	Вкупни масти гр.	Јаглени хидрати гр.
Појадок 30%	3766 900	32,0	16,0	25,0	135,0
Ужина 7%	879 210	8,0	4,0	5,8	31,5
Ручек 35%	4393 1050	39,0	20,0	29,1	157,5
Вечера 28%	3515 840	31,0	15,0	23,3	126,0
Вкупно: 100%	12553 3000	110,0	55,0	83,0	450,0

## ДНЕВНИ ПОТРЕБИ ОД ВИТАМИНИ

	А	Д	Е	К	Ц	Б1	Б2	ПП	Б6	фолацин	Б12
Возраст години	µgRE	µg	мг	µg	мг	мг	мг	мг	мг	µg	µg
7-10	700	10	8	30	45	1,2	1,4	16	1,4	200	1,4
11-14	900	10	9	45	60	1,2	1,4	16	1,5	200	2,0
Просек	800	10	9	45	60	1,2	1,4	16	1,5	200	1,7

## ДНЕВНИ ПОТРЕБИ ОД МИНЕРАЛИ

	Са	Р	Mg	Fe	Zn	J	Na	К	Cl	Mn	F	Se
Возраст години	мг	мг	мг	мг	мг	µg	мг	мг	мг	мг	мг	мг
7-10	1000	800	170	10	10	120	400-1800	1600-3000	600-2800	2,0-3,0	1,5-2,5	0,05-0,2
11-14	1200	1200	280	14	14	150	500-2500	2000-5600	900-3800	2,0-5,0	1,5-2,5	0,05-0,2
Просек 7-14 г	1100	1000	225	12	12	135	500-2500	1800-4300	900-3800	2,0-5,0	1,5-2,5	0,05-0,2

**2. Норматив за целодневни потреби во енергија и хранливи материи за деца и младинци над 15 години, згрижени во установата**

Вид оброци и процентуална застапеност на истите	Енергетска вредност KJ    Kкал	Вкупни белковини гр.	Анимални белковини гр.	Вкупни масти гр.	Јаглени хидрати гр.
Појадок    35%	4979    1190	45,0	22,0	33,0	178,5
Ужина      5%	711      170	6,0	3,0	4,7	25,5
Ручек      30%	4268    1020	38,0	19,0	28,3	153,0
Вечера     30%	4268    1020	38,0	18,0	28,3	153,0
Вкупно:    100%	14226   3400	127,0	62,0	94,3	510,0

**ДНЕВНИ ПОТРЕБИ ОД ВИТАМИНИ**

	A	Д	E	K	Ц	B1	B2	ПП	B6	фолацин	B12
Возраст години	µgRE	µg	мг	µg	мг	мг	мг	мг	мг	µg	µg
15-18	1000	10	10	65	60	1,3	1,5	17	1,8	200	2,0

**ДНЕВНИ ПОТРЕБИ ОД МИНЕРАЛИ**

	Ca	P	Mg	Fe	Zn	J	Na	K	Cl	Mn	F	Se
Возраст години	мг	мг	мг	мг	мг	µg	мг	мг	мг	мг	мг	мг
15-18	1200	1200	350	15	14	150	500-2500	2000-5600	900-3800	2,0-5,0	1,5-2,5	0,05-0,2

**3. Норматив за целодневни потреби во енергија и хранливи материи на деца младинци и возрасни лица, корисници во дневен центар за возрасни, односно кои престојуваат во установата во текот на работните денови без згрижување**

Вид оброци и процентуална застапеност на истите	Енергетска вредност KJ    Kкал	Белковини 15% Вкупни белковини гр.	Анимални белковини гр.	Вкупни масти 25% гр.	Јаглени хидрати 60% гр.
Ужина      7%	879      210	8,0	4,0	5,8	31,5
Ручек      35%	4393    1050	39,0	20,0	29,1	157,5
Вкупно:    42%	5272    1260	47,0	24,0	34,9	189,0

## ДНЕВНИ ПОТРЕБИ ОД ВИТАМИНИ

	А	Д	Е	К	Ц	Б1	Б2	ПП	Б6	фолацин	Б12
Возраст години	µgRE	µg	мг	µg	мг	мг	мг	мг	мг	µg	µg
7-10	700	10	8	30	45	1,2	1,4	16	1,4	200	1,4
11-14	900	10	9	45	60	1,2	1,4	16	1,5	200	2,0
15-18	1000	10	10	65	60	1,3	1,5	17	1,8	200	2,0
просек	900	10	9	55	60	1,3	1,5	17	1,6	200	2,0
50%прос	450	5	5	28	30	0,6	0,7	8,5	0,8	100	1,0

## ДНЕВНИ ПОТРЕБИ ОД МИНЕРАЛИ

	Са	Р	Mg	Fe	Zn	J	Na	К	Cl	Mn	F	Se
Возраст години	мг	мг	мг	мг	мг	µg	мг	мг	мг	мг	мг	мг
7-10	1000	800	170	10	10	120	400-1800	1600-3000	600-2800	2,0-3,0	1,5-2,5	0,05-0,2
11-14	1200	1200	280	14	14	150	500-2500	2000-5600	900-3800	2,0-5,0	1,5-2,5	0,05-0,2
15-18	1200	1200	350	15	14	150	500-2500	2000-5600	900-3800	2,0-5,0	1,5-2,5	0,05-0,2
просек	1200	1100	280	14	14	150	500-2500	2000-5600	900-3800	2,0-5,0	1,5-2,5	0,05-0,2
50% од просек	600	550	140	7	7	75	250-1250	1000-2800	450-1900	1,0-2,5	0,7-1,2	0,025-0,1

## 4. Норматив за потреби во енергија и хранливи материи за деца во дневен центар за деца, кои престојуваат во установата во текот на работните денови без згрижување

Вид оброци и процентуална застапеност на истите	Енергетска вредност КJ    Ккал	Вкупни белковини гр.	Анимални белковини гр.	Вкупни масти гр.	Јаглени хидрати гр.
појадок	2100    510	19,1	9,5	14,1	76,5
Ручек	2800    680	25,4	12,5	18,9	102,0
Вкупно:	3900    1190	44,5	22,0	32,0	178,5

ДНЕВНИ ПОТРЕБИ ОД ВИТАМИНИ

	А	Д	Е	К	Ц	Б1	Б2	ПП	Б6	фолацин	Б12
Возраст години	µgRE	µg	мг	µg	мг	мг	мг	мг	мг	µg	µg
4 -6	500	10	7	-	45	0,7	1,1	12,1	1,1	130	1,0
7-10	700	10	8	30	45	1,2	1,4	16	1,4	200	1,4

ДНЕВНИ ПОТРЕБИ ОД МИНЕРАЛИ

	Са	Р	Mg	Fe	Zn	J	Na	К	Cl	Mn	F	Se
Возраст години	мг	мг	мг	мг	мг	µg	мг	мг	мг	мг	мг	мг
4 - 6	800	800	120	10	6,5	110	700	1100	1100	1,5-2,0	1,0-2,5	0,03-0,12
7-10	1000	800	170	10	10	120	400-1800	1600-3000	600-2800	2,0-3,0	1,5-2,5	0,05-0,2

## Прилог бр.6

**НОРМАТИВИ ЗА ИСХРАНА НА ДЕЦА И МЛАДИНЦИ СО ПРЕЧКИ ВО ТЕЛЕСНИОТ РАЗВОЈ**

**1. Нормативи за целодневни потреби во енергетска вредност и хранливи материи за деца, младинци и возрасни лица од четири до 50 години**

Вид оброци и процентуална застапеност на истите	Енергетска вредност		Вкупни Белковини гр.	Анимални Белковини гр.	Вкупни масти гр.	Јаглени хидрати гр.
	КЈ	Ккал				
Појадок 30%	3640	870	33	16	24	130,5
Ручек 40%	4895	1170	44	22	32	175
Вечера 30 %	3640	870	33	16	24	130,5
Вкупно: 100%	12175	2910	110	54	80	436

**ДНЕВНИ ПОТРЕБИ ОД ВИТАМИНИ**

	А	Д	Е	К	Ц	Б1	Б2	ПШ	Б6	Фола-цин	Б12
Возраст години	µgRE	µg	мг	µg	мг	мг	мг	мг	мг	µg	µg
11-14	900	10	10	45	60	1,3	1,5	17	1,6	200	2,0
15-18	900	10	10	60	60	1,3	1,5	17	1,8	200	2,0
19-24	900	7,5	10	70	70	1,3	1,7	17	1,8	200	2,0
25-50	900	5	10	60	70	1,3	1,4	16	1,8	200	2,0
просек	900	8	10	60	70	1,3	1,5	17	1,8	200	2,0

ДНЕВНИ ПОТРЕБИ ОД МИНЕРАЛИ

	Ca	P	Mg	Fe	Zn	J	Na	K	Cl	Mn	F	Se
возраст години	мг	мг	мг	мг	мг	µg	мг	мг	мг	мг	мг	мг
11-14	1200	1200	270	15	15	150	500- 2500	1800- 5050	850- 3800	2,0- 5,0	1,5- 2,5	0,05- 0,2
15-18	1200	1200	350	15	15	150	500- 2500	2000- 5600	900- 3800	2,0- 5,0	1,5- 2,5	0,05- 0,2
19-24	1000	1000	320	15	15	150	500- 2500	2000- 5600	900- 3800	2,0- 5,0	1,5- 2,5	0,05- 0,2
25-50	800	800	565	15	15	150	500- 2500	2000- 5600	900- 3800	2,0- 5,0	1,5- 2,5	0,05- 0,2
просек	1100	1100	380	15	15	150	500- 2500	1950- 5463	900- 3800	2,0- 5,0	1,5- 2,5	0,05- 0,2



### НОРМАТИВИ ЗА ИСХРАНА НА КОРИСНИЦИ ВО ДОМОВИ ЗА СТАРИ ЛИЦА

#### 1. Норматив за целодневни потреби во енергетска вредност и хранливи материи од 2000 Ккал по корисник, над 65 години

Вид оброци и процентуална застапеност на истите	Енергетска вредност		Вкупни Белковини гр.	Анимални Белковини гр.	Вкупни масти гр.	Јаглени хидрати гр.
	КЈ	Ккал				
Појадок 30%	2500	600	16,5 – 19,5	8,2 – 9,7	16,7	90,0
Ручек 40%	3347	800	22,0 – 26,0	11,0 – 13,0	22,2	120,0
Ужина 5%	418	100	2,8 – 3,3	1,4 - 1,7	2,8	15,0
Вечера 25 %	2092	500	13,7 – 16,2	6,9– 8,1	13,9	75,0
Вкупно: 100%	8357	2000	55,0 – 65,0	27,5 – 32,5	55,6	300,0

#### ДНЕВНИ ПОТРЕБИ ОД ВИТАМИНИ

	А	Д	Е	К	Ц	Б1	Б2	ПП	Б6	фолацин	Б12
	µgRE	µg	мг	µg	мг	мг	мг	мг	мг	µg	µg
Возраст над 65 години	1000	5	10	80	70	1,2	1,4	16	2,0	200	2,0

#### ДНЕВНИ ПОТРЕБИ ОД МИНЕРАЛИ

	Са	Р	Mg	Fe	Zn	J	Na	К	Cl	Cu	Mn	F	Se
	мг	Мг	мг	мг	мг	µg	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
над 65год	800	800	350	10	15	150	500-2500	2000-5600	900-3800	2,0-3,0	2,0-5,0	1,5-4,0	0,05-0,2

#### 2. Норматив за целодневни потреби во енергетска вредност и хранливи материи за млечно – кашеста исхрана по корисник

Вид оброци и процентуална застапеност на истите	Енергетска вредност		Вкупни белковини гр.	Анимални белковини гр.	Вкупни масти гр.	Јаглени хидрати гр.
	КЈ	Ккал				
Појадок 30%	2100	510	19,2	9,6	13,7	74,6
Ручек 35%	2500	595	22,2	11,1	16,0	87,0
Ужина 5%	400	85	3,1	1,5	2,2	12,5
Вечера 30%	2100	510	19,2	9,6	13,7	74,6
Вкупно: 100%	7100	1700	63,7	32,0	45,6	248,7

ДНЕВНИ ПОТРЕБИ ОД ВИТАМИНИ

	А	Д	Е	К	Ц	Б1	Б2	ПП	Б6	фолацин	Б12
	µgRE	µg	мг	µg	мг	мг	мг	мг	мг	µg	µg
Возраст над 65 години	1000	5	10	80	70	1,2	1,4	16	2,0	200	2,0

ДНЕВНИ ПОТРЕБИ ОД МИНЕРАЛИ

	Са	Р	Mg	Fe	Zn	J	Na	К	Cl	Mn	F	Se
	мг	Мг	мг	мг	мг	µg	мг	мг	мг	мг	мг	мг
над 65год	800	800	350	10	15	150	500-2500	2000-5600	900-3800	2,0- 5,0	1,5-4,0	0,05-0,2

## Прилог бр.8

## НОРМАТИВИ ЗА ИСХРАНА НА ЛИЦА СО ПРЕЧКИ ВО МЕНТАЛНИОТ РАЗВОЈ

## 1. Норматив за целодневни потреби во енергетска вредност и хранливи материи за млечно (течна) храна

Вид оброци и процентуална застапеност на истите	Енергетска вредност		Вкупни белковини гр.	Анимални белковини гр.	Вкупни масти гр.	Јаглени хидрати гр.
	КЈ	Ккал				
Појадок 30%	2100	510	19,1	9,5	14,1	76,5
Ручек 30%	2100	510	19,1	9,5	14,1	76,5
Ужина 10%	800	170	6,3	3,5	4,7	25,5
Вечера 30%	2100	510	19,1	9,5	14,1	76,5
Вкупно: 100%	7100	1700	63,6	32,0	47,0	255,0

## ДНЕВНИ ПОТРЕБИ ОД ВИТАМИНИ

	А	Д	Е	К	Ц	Б1	Б2	ПП	Б6	фолацин	Б12
Возраст години	µg RE	µg	мг	µg	мг	мг	мг	мг	мг	µg	µg
11-14	1000	10	10	45	60	1,4	1,6	18	1,7	200	2,0
15-18	1000	10	10	65	60	1,4	1,7	18	2,0	200	2,0
просек	1000	10	10	55	60	1,4	1,7	18	1,9	200	2,0

## ДНЕВНИ ПОТРЕБИ ОД МИНЕРАЛИ

	Са	Р	Mg	Fe	Zn	J	Na	К	Cl	Mn	F	Se
Возраст години	мг	Мг	мг	мг	мг	µg	мг	мг	мг	мг	мг	мг
11-14	1200	1200	270	12	15	150	500-2500	1600-4500	800-3800	2,0-5,0	1,5-2,5	0,05-0,2
15-18	1200	1200	400	12	15	150	500-2500	2000-5600	900-3800	2,0-5,0	1,5-2,5	0,05-0,2
просек	1200	1200	335	12	15	150	500-2500	1800-5050	850-3800	2,0-5,0	1,5-2,5	0,05-0,2

## 2. Норматив за целодневни потреби во енергија и хранливи материи по корисник за неподвижни и полу подвижни (на пасирана храна)

Вид оброци и процентуална застапеност на истите	Енергетска вредност		Вкупни белковини гр.	Анимални белковини гр.	Вкупни масти гр.	Јаглени хидрати гр.
	КЈ	Ккал				
Појадок 30%	2510	600	22,5	11,3	16,6	90,0
Ручек 35%	2929	700	26,3	13,1	19,4	105,0
Ужина 7%	586	140	5,2	2,6	3,9	21,0
Вечера 28%	2343	560	21,0	10,5	15,5	84,0
Вкупно: 100%	8368	2000	75,0	37,5	55,4	300,0

### ДНЕВНИ ПОТРЕБИ ОД ВИТАМИНИ

	А	Д	Е	К	Ц	Б1	Б2	ПП	Б6	фолацин	Б12
Возраст години	µgRE	µg	мг	µg	мг	мг	мг	мг	мг	µg	µg
7-10	700	10	8	30	45	1,2	1,4	16	1,4	200	1,4
11-14	900	10	9	45	60	1,2	1,4	16	1,6	200	2,0
15-18	900	10	9	60	60	1,2	1,5	16	1,7	200	2,0
19-24	900	7,5	9	65	70	1,2	1,5	17	1,7	200	2,0
25-50	900	5	9	70	70	1,2	1,3	16	1,7	200	2,0
просек	900	8	9	55	65	1,2	1,4	16	1,7	200	1,9

### ДНЕВНИ ПОТРЕБИ ОД МИНЕРАЛИ

	Са	Р	Mg	Fe	Zn	J	Na	К	Cl	Mn	F	Se
Возраст години	мг	Мг	мг	мг	мг	µg	мг	мг	мг	мг	мг	мг
7-10	1000	800	170	10	10	120	400-1800	1600-3000	600-2800	2,0-3,0	1,5-2,5	0,05-0,2
11-14	1200	1200	270	13	13	150	500-2500	2000-5600	900-3800	2,0-5,0	1,5-2,5	0,05-0,2
15-18	1200	1200	350	13	13	150	500-2500	2000-5600	900-3800	2,0-5,0	1,5-2,5	0,05-0,2
19-24	1000	1000	320	13	13	150	500-2500	2000-5600	900-3800	2,0-5,0	1,5-2,5	0,05-0,2
25-50	800	800	560	13	13	150	500-2500	2000-5600	900-3800	2,0-5,0	1,5-2,5	0,05-0,2
просек	1000	1000	330	13	13	150	500-2500	1900-5100	800-3600	2,0-5,0	1,5-2,5	0,05-0,2

**3. Норматив за целодневни потреби во енергија и хранливи материи по корисник за подвижни штитеници (општа храна)**

Вид оброци и процентуална застапеност на истите	Енергетска вредност		Вкупни белковини гр.	Анимални белковини гр.	Вкупни масти гр.	Јаглени хидрати гр.
	KJ	Ккал				
Појадок 30%	3766	900	32,0	16,0	25,0	135,0
Ручек 35%	4393	1050	40,5	20,3	29,1	157,5
Ужина 5 %	628	150	5,5	2,7	4,1	22,5
Вечера 30%	3766	900	32,0	16,0	25,0	135,0
Вкупно: 100%	12552	3000	110,0	55,0	83,2	450,0

**ДНЕВНИ ПОТРЕБИ ОД ВИТАМИНИ**

	А	Д	Е	К	Ц	Б1	Б2	ПП	Б6	фолацин	Б12
Возраст години	µgRE	µg	мг	µg	мг	мг	мг	мг	мг	µg	µg
15-18	1000	10	10	60	60	1,2	1,5	16	1,7	200	2,0
19-24	1000	7,5	10	65	70	1,2	1,5	17	1,7	200	2,0
25-50	900	5	9	70	70	1,2	1,3	16	1,7	200	2,0

**ДНЕВНИ ПОТРЕБИ ОД МИНЕРАЛИ**

	Са	Р	Mg	Fe	Zn	J	Na	К	Cl	Mn	F	Se
Возраст години	мг	мг	мг	мг	мг	µg	мг	мг	мг	мг	мг	мг
15-18	1200	1200	350	12	12	150	500-2500	2000-5600	900-3800	2,0-5,0	1,5-2,5	0,05-0,2
19-24	1000	1000	320	12	12	150	500-2500	2000-5600	900-3800	2,0-5,0	1,5-2,5	0,05-0,2
25-50	800	800	560	13	13	150	500-2500	2000-5600	900-3800	2,0-5,0	1,5-2,5	0,05-0,2

## НОРМАТИВИ ЗА ИСХРАНА НА ЛИЦА БАРАТЕЛИ НА АЗИЛ

## 1. Норматив за целодневни потреби во енергија и хранливи материи за деца од една до седум години

Вид оброци и процентуална застапеност на истите	Енергетска вредност		Белковини Вкупни белковини гр.	Анимални белковини гр.	Вкупни масти гр.	Јаглени хидрати гр.
	КЈ	Ккал				
Појадок 25%	1778	425	16,0	11,0	14,0	58,0
Ужина 1 10%	711	170	6,0	4,0	6,0	23,0
Ручек 30%	2134	510	19,0	13,0	17,0	70,0
ужина 2 10%	711	170	6,0	4,0	6,0	23,0
Вечера 25%	1778	425	16,0	11,0	14,0	58,0
Вкупно: 100%	7113	1700	63,0	43,0	57,0	232,0

## ДНЕВНИ ПОТРЕБИ ОД ВИТАМИНИ

	А	Д	Е	К	Ц	Б1	Б2	ПП	Б6	фолацин	Б12
Возраст години	µgRE	µg	мг	µg	мг	мг	мг	мг	мг	µg	µg
4-6	500	10	7	-	45	0,7	1,1	12,1	1,1	130	1,0

## ДНЕВНИ ПОТРЕБИ ОД МИНЕРАЛИ

возраст години	Са	Р	Mg	Fe	Zn	J	Na	К	Cl	Mn	F	Se
	мг	мг	мг	мг	мг	µg	мг	мг	мг	мг	мг	мг
4-6	800	800	120	10	6,5	110	700	1100	1100	1,5- 2,0	1,0- 2,5	0,03- 0,12

## 2. Норматив за целодневни потреби во енергија и хранливи материи за деца над седум години, младинци, возрасни и стари лица

Вид оброци и процентуална застапеност на истите	Енергетска вредност KJ    Kcal	Вкупни белковини гр.	Анимални белковини гр.	Вкупни масти гр.	Јаглени хидрати гр.
Појадок    30%	3138    750	24,0	12,0	22,5	112,5
Ручек        40%	4184    1000	33,0	17,0	30,0	150,0
Вечера      30%	3138    750	24,0	12,0	22,5	112,5
Вкупно:    100%	10460   2500	81,0	41,0	75,0	375,0

### ДНЕВНИ ПОТРЕБИ ОД ВИТАМИНИ

	А	Д	Е	К	Ц	Б1	Б2	ПП	Б6	фолацин	Б12
Возраст години	µgRE	µg	мг	µg	мг	мг	мг	мг	мг	µg	µg
7-10	700	10	8	30	45	1,2	1,4	16	1,4	200	1,4
11-14	900	10	10	45	60	1,3	1,5	16	1,5	200	2,0
15-18	900	9	9	60	60	1,3	1,5	17	1,8	200	2,0
19-24	900	7,5	9	65	70	1,3	1,5	17	1,8	200	2,0
25-50	900	5	9	73	70	1,3	1,4	16	1,8	200	2,0
просек	900	8	9	55	65	1,3	1,5	16	1,7	200	2,0

### ДНЕВНИ ПОТРЕБИ ОД МИНЕРАЛИ

	Ca	P	Mg	Fe	Zn	J	Na	K	Cl	Mn	F	Se
Возраст години	мг	Мг	мг	мг	мг	µg	мг	мг	мг	мг	мг	мг
7-10	1000	800	170	10	10	120	400-1800	1600-3000	600-2800	2,0-3,0	1,5-2,5	0,05-0,2
11-14	1200	1200	280	15	15	150	500-2500	1800-5050	850-3800	2,0-5,0	1,5-2,5	0,05-0,2
15-18	1200	1200	350	14	14	150	500-2500	2000-5600	900-3800	2,0-5,0	1,5-2,5	0,05-0,2
19-24	1000	1000	325	14	14	150	500-2500	2000-5600	900-3800	2,0-5,0	1,5-2,5	0,05-0,2
25-50	800	800	565	14	14	150	500-2500	2000-5600	900-3800	2,0-5,0	1,5-2,5	0,05-0,2
просек	1040	1000	340	14	14	150	500-2500	2000-5600	900-3800	2,0-5,0	1,5-2,5	0,05-0,2