

УТВЕРЖДАЮ
Заместитель Главного Государственного
санитарного врача А.А. Монисов
15 апреля 1999 г.

**НОРМЫ ЗАМЕНЫ
НЕКОТОРЫХ БЕЛОКСОДЕРЖАЩИХ ПРОДУКТОВ НА СОЕВЫЕ БЕЛКОВЫЕ
ПОДУКТЫ ДЛЯ ПИТАНИЯ ОРГАНИЗОВАННЫХ
КОЛЛЕКТИВОВ ЛЮДЕЙ**

Наименование продуктов	Заменяемый продукт			Продукт - заменитель		
	Количе ство, г	Энергети ческая ценность, ккал	Содержан ие белка, г	Колич ество, г	Энергети ческая ценность, ккал	Содержан ие белка, г
1	2	3	4	5	6	7
1. Хлеб из смеси ржаной обдирной и пшеничной муки I сорта	100	227	6,0			
Заменить:						
хлебом формовым из тонко измельченного пшеничного зерна				113	227	9,6
хлебом из смеси муки ржаной обдирной и пшеничной I сорта содержащим: - или 5% муки соевой полужирной дезодорированной				98	227	7,4
- или 10 % муки соевой полужирной дезодорированной				96	227	8,9
- или 5% муки соевой обезжиренной				98	227	8,2
- или 10% муки соевой обезжиренной				96	227	0,4
- или 5% окары				103	227	5,9
- или 10% окары				110	227	5,9
- или 5% окары сухой				98	227	6,5
- или 10% окары сухой				96	227	7,0
2. Хлеб белый из муки пшеничной I сорта	100	31	7,6			
Заменить:						
Хлебом формовым из тонко измельченного пшеничного зерна				115	231	9,8

хлебом белым из муки пшеничной I сорта, содержащим: - или 5% муки соевой полужирной дезодорированной				98	231	9,1
- или 10% муки соевой полужирной дезодорированной				96	231	10,6
- или 5% муки соевой обезжиренной				98	231	9,7
- или 10% муки соевой обезжиренной				96	231	11,8
- или 5% окары				103	231	7,5
- или 10% окары				110	231	7,3
- или 5% окары сухой				98	231	8,0
- или 10% окары сухой				96	231	8,5
3. Хлеб белый из муки пшеничной II сорта	100	221	8,1			
Заменить:						
хлебом формовым из тонко измельченного пшеничного зерна				110	221	9,4
хлебом белым из муки пшеничной II сорта, содержащим: - или 5% муки соевой полужирной дезодорированной				98	221	9,6
- или 10% муки соевой полужирной дезодорированной				95	221	11,1
- или 5% муки соевой обезжиренной				98	221	10,2
- или 10% муки соевой обезжиренной				95	221	12,3
- или 5% окары				103	221	7,9
- или 10% окары				106	221	7,8
- или 5% окары сухой				98	221	8,5
- или 10% окары сухой				96	221	8,9
4. Крупу разную (кроме риса)	100	322	11,0			
Заменить:						
мукой соевой полужирной дезодорированной				98	322	37,2
мукой соевой обезжиренной				98	322	49,0

текстурированной соевой мукой				98	322	49,0
текстурированным концентратом соевого белка				93	322	49,0
окарой				358	322	16,8
окарой сухой				102	322	16,8
крупкой соевой полужирной				98	322	37,2
тофу				278	322	38,9
молоком соевым сухим				96	322	37,3
5. Мясо - говядину, свинину, баранину	100	275	16			
Заменить:						
мукой соевой полужирной				42	137	16,0
мукой соевой обезжиренной				32	87	16,0
текстурированной соевой мукой				32	87	16,0
текстурированным концентратом соевого белка				20	69	16,0
тофу				115	133	16,0
6. Рыбу (в охлажденном, замороженном виде) потрошенную, без головы	100	69	9,6			
Заменить:						
мукой соевой полужирной дезодорированной				25	82	9,6
мукой соевой обезжиренной				20	55	9,6
текстурированной соевой мукой				20	55	9,6
текстурированным концентратом соевого белка				15	52	9,6
тофу				70	81	9,6
заменителем молока «Соевое молоко»				350	97	9,6
молоком соевым сухим				25	84	9,6
7. Молоко коровье цельное	100	50	2,8			
Заменить:						
заменителем молока «Соевое молоко»				100	34	2,8
соевым молоком сухим				15	50	2,8
тофу				20	23	2,8
8. Сыр сычужный твёрдый	100	360	23			
Заменить:						

текстурированной соевой мукой				46	126	23
текстурированным концентратом соевого белка				36	125	23
тофу				164	190	23
9. Творог полужирный	100	159	16,7			
Заменить:						
текстурированной соевой мукой				33	90	16,7
текстурированным концентратом соевого белка				26	90	16,7
тофу				120	140	16,7
10. Яйцо куриное 1 шт.	147	74	6,0			
Заменить:						
мукой соевой полужирной дезодорированной				16	52	6,0
мукой соевой обезжиренной				12	33	6,0
текстурированной соевой мукой				12	33	6,0
текстурированным концентратом соевого белка				9	30	6,0
тофу				43	50	6,0
соевым молоком сухим				15	50	6,0
11. Сметана 20% жирности	100	206	2,8			
Заменить:						
соевым молоком сухим				60	206	23,2

Примечания:

1. К п.п. 1,2,3,4 и 11

Определение норм замены проведено по критерию обеспечения равенства энергетической ценности между рассчитанным количеством продукта-заменителя и 100 г заменяемого продукта.

2. К п.п. 5,6,7,8,9 и 10.

Определение норм замены проведено по критерию обеспечения равенства содержания белка между рассчитанным количеством продукта-заменителя и 100 г заменяемого продукта.

3. К п.п. 5,6,7,8,9 и 10.

Рекомендуется заменять из расчета не более 20% от количества, положенного по нормам питания в течении недели.

4. Нормы замены продовольственного сырья на соевые белковые продукта при промышленном производстве пищевой продукции (мясные, молочные, макаронные, кондитерские, пищевые концентратные и другие виды изделий) определяются нормативно-технической документацией на эти продукты

Заместитель директора Института питания РАМН
А.К. Батурич