

## АЛЬТЕРНАТИВНИЙ ПРОДОВОЛЬЧИЙ НАБІР ДЛЯ УКРАЇНИ (У НАТУРАЛЬНІЙ ВЕЛИЧИНІ)

### 1/ Короткий опис високоенергетичного печива:

Високоенергетичне печиво (ВЕП) — це печиво з високою енергетичною цінністю та вмістом білка, доповнене преміксом вітамінів та мінералів. Це готові до споживання продукти харчування, призначені для продовольчої допомоги та використання в надзвичайних ситуаціях для всього населення, яке постраждало від кризи, особливо для маленьких дітей від 6 до 23 місяців, які потребують високого рівня поживних речовин у невеликій порції їжі, та вагітні/годуючі жінки, які потребують більше енергії/ккал. Вагітні та годуючі жінки повинні мати більш високі потреби в харчуванні – вагітним жінкам потрібно до 350 додаткових ккал/день, а годуючим жінкам потрібно додаткових 500 ккал/день. Нижче додається специфікація.

- Індивідуальна упаковка 100 грам або 50 грам
- Харчова цінність: вона повинна містити таку поживну цінність на 100 г сухої речовини:  
**Енергетична цінність: мінімум 450 ккал**
- 100 упаковок по 100 грам кожна, або 200 упаковок по 50 грам кожна
- Готове до споживання безпосередньо, або може бути розведене чистою кип'яченою/теплою водою для приготування каші для маленьких дітей віком від 6 до 23 місяців.
- У даному контексті ми можемо рекомендувати мінімум 200 г на день на людину = 900 ккал/день/особа = 1 кг на людину до 5 днів

### 2/ Альтернативні продовольчі набори:

№	Товар	грам на людину в день	кг у наборі на 30 днів
1	Пшеничне борошно	300	9
2	Консервований горох або квасоля	100	3
3	М'ясні або рибні консерви	150	4.5
4	Рослинна олія	60	1.8 (2 літри)
5	Йодована сіль	3	0.09 мінімум
6	Цукор	33	1
<b>2,115 ккал</b>		<b>646</b>	<b>19.39</b>

№	Товар	грам на людину в день	кг у наборі на 30 днів
1	Високоенергетичне печиво	300	1.5
2	Консервована квасоля або горох	160	0.8
3	М'ясні або рибні консерви	100	0.5
<b>2,103 ккал</b>		<b>560</b>	<b>2.8</b>



№	Товар	грам на людину в день	кг у наборі на 30 днів
1	Гречана крупа	300	9
2	Макарони	100	3
3	Рис білий середній	100	3
4	М'ясні або рибні консерви	50	1.5
5	Рослинна олія (соняшникова)	30	0.9
6	Йодована сіль	3	0.09
<b>2.135 ккал</b>		<b>583</b>	<b>17.49</b>

№	Товар	грам на людину в день	кг у наборі на 30 днів
1	Макарони	250	7.5
2	Рис білий середній	250	7.5
3	М'ясні або рибні консерви	50	1.5
4	Рослинна олія	30	0.9 = 1 літр
5	Йодована сіль	3	0.09
<b>2,203 ккал</b>		<b>583</b>	<b>17.49</b>

№	Товар	грам на людину в день	кг у наборі на 30 днів
1	Високоенергетичне печиво	200	1
2	Консерви з яловичини або риби	105	0.525
3	Консервована квасоля або горох	80	0.4
4	Рослинна олія	98	0.49 = пів літра
<b>2,264 ккал</b>		<b>483</b>	<b>2.415</b>