VAIKAMS MAITINTI REKOMENDUOJAMI MAISTO PRODUKTAI:

- **daržovės, vaisiai, uogos ir jų patiekalai;**
- **grūdiniai (viso grūdo gaminiai, kruopų produktai, duonos gaminiai);**
- **ankštinės daržovės;**
- **pienas ir pieno produktai (rauginti pieno gaminiai, po rauginimo termiškai neapdoroti);**
- **kiaušiniai;**
- **liesa mėsa (neužšaldyta);**
- **žuvis ir jos produktai (neužšaldyti);**
- **aliejai;**
- **turi būti mažiau vartojama gyvūninės kilmės riebalų: kur įmanoma riebi mėsa ir**
- **mėsos gaminiai turi būti keičiami liesa mėsa, paukštiena, žuvimi ar ankštinėmis daržovėmis;**
- **geriamasis vanduo ir natūralus mineralinis bei šaltinio vanduo.**

Maisto produktus rekomenduojama tiekti užaugintus ar pagamintus Lietuvoje, iš ekologinės gamybos ūkių ar išskirtinės kokybės produktų gamintojų, paženklintus simboliu „Rakto skylutė“.