Масса порций для детей в зависимости от возраста (в граммах)

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  | |  |  |
| Блюдо | Масса порций | | | | |
|  | от 1 года до 3 лет | | 3-7 лет | | |
| Каша, или овощное, или яичное, или творожное, или мясное блюдо (допускается комбинация разных блюд завтрака, при этом выход каждого блюда может быть уменьшен при условии соблюдения общей массы блюд завтрака) | 130-150 | | 150-200 | | |
| Закуска (холодное блюдо) (салат, овощи и т.п.) | 30-40 | | 50-60 | | |
| Первое блюдо | 150-180 | | 180-200 | | |
| Второе блюдо (мясное, рыбное, блюдо из мяса птицы) | 50-60 | | 70-80 | | |
| Гарнир | 110-120 | | 130-150 | | |
| Третье блюдо (компот, кисель, чай, напиток кофейный, какао-напиток, напиток из шиповника, сок) | 150-180 | | 180-200 | | |
| Фрукты | 95 | | 100 | | |