Приложение N 9
 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

МАССА ПОРЦИЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ВОЗРАСТА

(В ГРАММАХ)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Блюдо | Масса порций |
| от 1 года до 3 лет  | 3 - 7 лет |
| 1 | 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 |
| 2 | Закуска (холодное блюдо) (салат, овощи и т.п.) | 30 - 40 | 50 - 60 |
| 3 | Первое блюдо | 150 - 180 | 180 - 200 |
| 4 | Второе блюдо (мясное, рыбное, блюдо из мяса птицы) | 50 - 60 | 70 - 80 |
| 5 | Гарнир | 110 - 120 | 130 - 150 |
| 6 | Третье блюдо (компот, кисель, чай, напиток кофейный, какао-напиток, напиток из шиповника, сок) | 150 - 180 | 180 - 200 |
| 7 | Фрукты | 95  | 100 |

СУМАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ
(в граммах - не менее)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Показатели | от 1 до 3 лет | от 3 до 7 лет |
| 1 | Завтрак | 350  | 400 |
| 2 | Второй завтрак | 100  | 100 |
| 3 | Обед | 450  | 600 |
| 4 | Полдник | 200  | 250 |
|  | ИТОГО: | 920 | 1350 |