|  |  |
| --- | --- |
|  | Утверждены постановлением главного санитарного врача РФ № 32 от 27.10.2020 |

ОБЪЕМ ПОРЦИЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование блюд | Объем порций  От 1 года до 3-х лет. |
| Завтрак | |
| Каша, овощное блюдо | 130-150г. |
| Салат овощной | 30-40г. |
| Чай, молоко, какао, кофейный напиток | 150г. |
| Обед | |
| Салат, закуска | 30-40г. |
| Первое блюдо | 150-180 |
| Блюдо из мяса, рыбы, птицы | 50-60 г. |
| Гарнир | 110-120 г. |
| Третье блюдо (напиток) | 150-180 г. |
| Полдник | |
| Молоко, кефир | 150-180г. |
| Булочка, выпечка (печенье, вафли) | 50-70г. |
| Блюдо из творога, круп, овощей | 80-150г. |
| Свежие фрукты | 95г. |
| Хлеб на весь день: | |
| Пшеничный | 60г. |
| Ржаной | 40г. |

|  |  |
| --- | --- |
|  | Утверждены постановлением главного санитарного врача РФ № 32 от 27.10.2020 |

ОБЪЕМ ПОРЦИЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ

От 3 – до 7 лет

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование блюд | Объем порций |
| Завтрак | |
| Каша, овощное блюдо | 150-200 |
| Яичное  Творожное | 80-100  120 |
| Салат овощной | 50 |
| Напиток (Кофе, чай, молоко) | 180-200 |
| Обед | |
| Салат | 50 |
| Первое блюдо | 180-200 |
| Блюдо из мяса, рыбы, птицы | 70-80 |
| Гарнир | 130-150 |
| Компот | 180-200 |
| Полдник | |
| Молоко, кефир | 180-200 |
| Булочка, выпечка (печенье, вафли) | 70-80 |
| Блюдо из творога, круп, овощей | 150-180 |
| Свежие фрукты | 100 |
| Хлеб на весь день: | |
| Пшеничный | 80 |
| Ржаной | 50 |