Приложение № 9
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Таблица 1

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |
| Блюдо |  |  |
|  | **от 1 года до 3 лет** | **от 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 |