

Таблица 1

**МАССА ПОРЦИЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ В ЗАВИСИМОСТИ  
ОТ ВОЗРАСТА (В ГРАММАХ)**

| Блюдо                                                                                                                                                                                                                             | Масса порций          |           |            |                    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------|------------|--------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                   | от 1 года<br>до 3 лет | 3 - 7 лет | 7 - 11 лет | 12 лет и<br>старше |
| Каша, или овощное, или яичное, или<br>творожное, или мясное блюдо<br>(допускается комбинация разных<br>блюд завтрака, при этом выход<br>каждого блюда может быть уменьшен<br>при условии соблюдения общей<br>массы блюд завтрака) | 130 - 150             | 150 - 200 | 150 - 200  | 200 - 250          |
| Закуска (холодное блюдо) (салат,<br>овощи и т.п.)                                                                                                                                                                                 | 30 - 40               | 50 - 60   | 60 - 100   | 100 - 150          |
| Первое блюдо                                                                                                                                                                                                                      | 150 - 180             | 180 - 200 | 200 - 250  | 250 - 300          |
| Второе блюдо (мясное, рыбное,<br>блюдо из мяса птицы)                                                                                                                                                                             | 50 - 60               | 70 - 80   | 90 - 120   | 100 - 120          |
| Гарнир                                                                                                                                                                                                                            | 110 - 120             | 130 - 150 | 150 - 200  | 180 - 230          |
| Третье блюдо (компот, кисель, чай,<br>напиток кофейный, какао-напиток,<br>напиток из шиповника, сок)                                                                                                                              | 150 - 180             | 180 - 200 | 180 - 200  | 180 - 200          |
| Фрукты                                                                                                                                                                                                                            | 95                    | 100       | 100        | 100                |

