

Таблица 1

**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     |