

Таблица 1

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

| Блюдо | Масса порций | | | |
|---|-----------------------|-----------|------------|--------------------|
| | от 1 года до 3 лет | 3 - 7 лет | 7 - 11 лет | 12 лет и старше |
| 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 | 150 - 200 | 200 - 250 |
| Закуска (холодное блюдо) (салат, 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, 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, напиток кофейный, какао-напиток, напиток из шиповника, сок) | 150 - 180 | 180 - 200 | 180 - 200 | 180 - 200 |
| Фрукты | 95 | 100 | 100 | 100 |