

Возрастные объемы порций для детей дошкольного учреждения.

<i>Наименование блюд</i>	<i>Вес (масса) в граммах</i>	
	<i>От 1 года до 3 лет</i>	<i>От 3 лет 7 лет</i>
<i>Завтрак.</i>		
Салат овощной	40	60
Каша молочная	150	200
Овощное блюдо	120	200
Яичное блюдо	60	80
Мясное, рыбное, колбаса	60	80
Творожное блюдо	120	150
Напиток (кофейный, какао, чай)	150	180
<i>2-ой завтрак</i>		
Фрукты свежие или	108	114
Сок фруктовый	150	200
<i>Обед</i>		
Салат, закуска	40	60
Первое блюдо	150	200
Блюдо из мяса, рыбы, птицы	60	80
Гарнир	100	150
Компот, напиток	150	200
<i>Полдник</i>		
<i>Молочные продукты:</i>		
Молочный напиток, кефир, бифилайф	150	180
<i>Кондитерские изделия:</i>		
Выпечка	25-60	50-75
Печенье, вафли, пряники	20-30	30-40
Зефир, мармелад, конфеты шоколадные	20-25	25-30
<i>Ужин</i>		
Крупяное блюдо, овощное блюдо	120	200
Творожное блюдо	70	120
<i>Напиток:</i> горячий, холодный	150	180
<i>Хлеб пшеничный на весь день:</i>		
Хлеб пшеничный	70	100
Хлеб ржаной	40	50