Приложение N 9  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Таблица 1

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Блюдо | Масса порций | |
| 1-3 года | 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 |