***МАССА ПОРЦИЙ***

для детей в зависимости от возраста (в граммах)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Блюдо*** | ***Масса порций*** | | |
| ***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) | 150 | 200 | 250 |
| Закуска (холодное блюдо) салат, овощи и т.п. | 50 | 80 | 100 |
| Первое блюдо | 200 | 250 | 300 |
| Второе блюдо (мясное, рыбное, блюдо из мяса птицы) | 70-80 | 90-100 | 100-120 |
| Гарнир | 150 | 180 | 230 |
| Третье блюдо (компот, кисель, чай, напиток кофейный, како-напиток, напиток из шиповника, сок) | 200 | 200 | 200 |
| Фрукты | 260 | 300 | 300 |