

РЕКОМЕНДУЕМЫЕ ОБЪЕМЫ ПОРЦИЙ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порции	
	с 1,5 до 3 лет	с 3 до 7 лет
ЗАВТРАК		
Каша молочная, Запеканка, Творожные и яичные блюда	200	250
Напитки (кофе, какао, чай)	150	200
Бутерброд (с маслом, сыром)	20	30
2 ЗАВТРАК		
Сок фруктовый / Фрукт	200 / 100	200 / 150
ОБЕД		
Салат (или порционные овощи)	50	60
Первое блюдо (суп)	150	200
Блюдо из мяса говядины, курицы или рыбы	70	80
Гарнир (овощные, из круп)	130	150
Напитки (компот или кисель)	150	200
ПОЛДНИК		
Сдоба	60	70
Запеканки из круп или творога	130	150
Чай, молоко, кисломолочные напитки	150	200
ХЛЕБ НА ВЕСЬ ДЕНЬ		
Хлеб пшеничный с йодказеином	38	60
Хлеб ржаной с йодказеином	30	45