



Нормы выдачи питания

Наименование блюд	вес порции, гр. для возрастных групп детей	
	2 года – 3 года	3 года – 7 лет
ЗАВТРАК		
Каша, молочное блюдо	150 гр.	180 гр.
Яйцо	50 гр.	50 гр.
Кофейный напиток	150 гр.	200 гр.
Чай	150 гр.	180 гр.
ВТОРОЙ ЗАВТРАК		
Свежий фрукты	100 гр.	100 гр.
Сок	100 гр.	100 гр.
ОБЕД		
Салат, закуска	30 гр.	50 гр.
Первое блюдо	158 гр.	210 гр.
Блюдо из мяса, рыбы, птицы	60 гр.	80 гр.
Гарнир	110 гр.	130 гр.
Напиток	150 гр.	200 гр.
УЖИН		
Овощное, творожное блюдо, каша	120 гр.	170 гр.
Молоко, кефир	160 гр.	180 гр.
Свежие фрукты	95 гр.	100 гр.
Выпечка	60 гр.	60 гр.
Печенье, вафли	30 гр.	50 гр.
ХЛЕБ НА ВЕСЬ ДЕНЬ		
Пшеничный хлеб	30 – 60 гр.	40 – 80 гр.
Ржаной хлеб	36 гр.	45 гр.

