

Приложение № 32 от 27.10.2020  
СанПиН 2.3./2.4.3590-20

## **СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ**

**(В ГРАММАХ)**

<b>Возраст детей</b>	<b>Завтрак</b>	<b>2-ой Завтрак</b>	<b>Обед</b>	<b>Полдник</b>	<b>Ужин</b>
<b>От 3-лет до 7-ми лет</b>	400	100	600	250	400

Приложение № 9  
к СанПиН 2.3./2.4.3590-20

Таблица 1

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

<b>Блюдо</b>	<b>Масса порций</b>
	<b>От 3-лет до 7-ми лет</b>
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
Закуска (холодное блюдо), (салат, овощи и т.п.)	50-60
Первое блюдо	180-200
Второе блюдо (мясное, рыбное, блюдо из мяса птицы)	70-80
Гарнир	130-150
Третье блюдо (компот, кисель, чай, напиток кофейный, какао-напиток, напиток из шиповника, сок)	180-200
Фрукты	100