

# **МАССА ПОРЦИЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ**

**СанПин 2.3./2.4.3590-20**

**«Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование блюда</b>	<b>Масса порций для детей от 3 до 7 лет в граммах</b>
1	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)	<b>150-200</b>
2	Закуска (холодное блюдо) (салат, овощи и т.п.)	<b>50-60</b>
3	Первое блюдо	<b>180-200</b>
4	Второе блюдо (мясное, рыбное, блюдо из мяса птицы)	<b>70-80</b>
5	Гарнир	<b>130-150</b>
6	Третье блюдо (компот, кисель, чай, напиток кофейный, какао-напиток, напиток из шиповника, сок)	<b>180-200</b>
7	Фрукты	<b>100</b>

## **Суммарные объемы блюд по приемам пищи для детей от 3 до 7 лет**

<b>№ п/п</b>	<b>Показатели</b>	<b>Суммарные граммы - не менее</b>	<b>Распределение приема пищи в процентном отношении</b>
1	Завтрак	400	20%
2	Второй завтрак	100	5%
3	Обед	600	35%
4	Полдник	250	15%
5	Ужин	450	25%