

## **ОБЪЕМЫ ПОРЦИЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ**

<i>Наименование блюд</i>	<i>Возраст детей</i>	
	<i>1 – 3 лет</i>	<i>3- 7 лет</i>
<b><u>Завтрак</u></b>		
➤ Каша	180 гр.	250 гр.
➤ Кофе, чай	180 гр.	200 гр.
<b><u>Обед</u></b>		
➤ Салат	50 гр.	60 гр.
➤ Суп	180 гр.	250 гр.
➤ Блюдо из мяса, рыбы, птицы	70 гр.	80 гр.
➤ Гарнир	100 гр.	130 гр.
➤ 3-тье блюдо	180 гр.	200 гр.
<b><u>Полдник (ужин)</u></b>		
➤ Сок, молоко	180 гр.	200 гр.
➤ Выпечка	90 гр.	110 гр.
➤ Блюдо из творога	125 гр.	150 гр.
Хлеб	40 гр.	60 гр.
Масло сливочное	5 гр.	6 гр.
Сыр	10 гр.	15 гр.