**Суммарные объемы блюд по приемам пищи**

В МБДОУ Детский сад №5 «Ивушка» четко отслеживается масса порции каждого блюда. Вес зависит от вида блюда, возраста детей и предельных нормативов из [таблицы 1](https://1obraz.ru/#/document/99/566276706/ZAP2F2M3JQ/) приложения 9 к [СанПиН 2.3/2.4.3590-20](https://1obraz.ru/#/document/99/566276706/).

**Объемы порций для каждого вида блюд**

|  |  |
| --- | --- |
| Блюдо | Масса порций, грамм,для детей |
| от 1 года до 3 лет | 3–7 лет |
| Каша, или овощное, или яичное, или творожное, или мясное блюдо | 130–150 | 150–200 |
| Закуска (холодное блюдо) (салат, овощи и т. п.) | 30–40 | 50–60 |
| Первое блюдо | 150–180 | 180–200 |
| Второе блюдо (мясное, рыбное, блюдо из мяса птицы) | 50–60 | 70–80 |
| Гарнир | 110–120 | 130–150 |
| Третье блюдо (компот, кисель, чай, напиток кофейный, какао-напиток, напиток из шиповника, сок) | 150–180 | 180–200 |
| Фрукты | 95 | 100 |