Утверждаю
Заведующий МБДОУ МО
г. Краснодар «Детский сад № 91»
_____Н.В.Храмцова
«11» января 2021 г.

Рекомендуемый объем порций
для детей дошкольного возраста
МБДОУ МО г. Краснодар «Детский сад № 91»
СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Название блюд	Вес (масса) в граммах 3г. – 7 л

Завтрак

Каша или овощное блюдо	150-200
Яичное блюдо	150-200
Творожное блюдо	150-200
Напиток какао, чай, кофейный напиток	180-200

Второй завтрак

Фрукты	100
Печенье, вафли	80

Обед

Первое блюдо	180-200
Второе блюдо (мясное, рыбное, блюдо из мяса птицы	70-80
Гарнир	130-150
Закуска (холодное блюдо, салат, овощи	60-100
Третье блюдо (компот, кисель, напиток из шиповника, сок)	180-200

Уплотненный полдник

Каша или овощное блюдо	150-200
Творожное блюдо	150-200
Напиток	200
Свежие фрукты	100

Хлеб на весь день

Пшеничный	80
Ржаной	50