Суммарные объемы блюд по приемам пищи

(в граммах - не менее)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Показатели | от 1 до 3 лет | от 3 до 7 лет |
| Завтрак | 350 | 400 |
| Второй завтрак | 100 | 100 |
| Обед | 450 | 600 |
| Полдник | 200 | 250 |
| Ужин | 400 | 450 |
| Второй ужин | 100 | 150 |

Распределение в процентном отношении потребления пищевых

веществ и энергии по приемам пищи в зависимости от времени

пребывания в организации

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Тип организации | Прием пищи | Доля суточной потребности в пищевых веществах и энергии |
| Дошкольные организации, организации по уходу и присмотру, организации отдыха (труда и отдыха) с дневным пребыванием детей | завтрак | 20% |
| второй завтрак | 5% |
| обед | 35% |
| полдник | 15% |
| ужин | 25% |
| Общеобразовательные организации и организации профессионального образования с односменным режимом работы (первая смена) | завтрак | 20 - 25% |
| обед | 30 - 35% |
| полдник | 10% - 15% |
| Общеобразовательные организации и организации профессионального образования с двусменным режимом работы (вторая смена) | обед | 30 - 35% |
| полдник | 10 - 15% |
| Организации с круглосуточным пребыванием детей | завтрак | 20% |
| второй завтрак | 5% |
| обед | 35% |
| полдник | 15% |
| ужин | 20% |
| второй ужин | 5% |