**Приложение № 9  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20**

Таблица 3

**Суммарные объемы блюд по приемам пищи (в граммах - не менее)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | |  | |  | |  | |
|  | |  | |  | |  | |  | |
| Показатели | | от 1 до 3 лет | | от 3 до 7 лет | | от 7 до12 лет | | 12 лет и старше | |
| Завтрак | | 350 | | 400 | | 500 | | 550 | |
| Второй завтрак | | 100 | | 100 | | 200 | | 200 | |
| Обед | | 450 | | 600 | | 700 | | 800 | |
| Полдник | | 200 | | 250 | | 300 | | 350 | |
| Ужин | | 400 | | 450 | | 500 | | 600 | |
| Второй ужин | | 100 | | 150 | | 200 | | 200 | |