Mengde – porsjonsstørrelse per måltid (18barn)



* **BRA-studiens mål**
* At barnehagen serverer grønnsaker minst 1-2 ganger
per dag, til de måltidene hvor barna ikke har med mat
hjemmefra
* **Tips**
* En servering med grønnsaker bør være ca 45 gram **per barn**
* Er det 18 barn på avdelingen blir mengden grønnsaker
som bør serveres: 45 gram x 18 barn = ca 800 gram **per måltid** (mengden som vist på bildet)
* Vei grønnsaker for å vurdere hva som er 800 gram

