

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

