

ГРАФИК ВЫДАЧИ ПИЩИ

Группа	Завтрак	2 Завтрак	Обед	Полдник
1,2 гр. раннего возраста	8.10	10.00	11.50	15.20
Младшая	8.15	10.05	12.00	15.20
Средняя	8.20	10.10	12.10	15.20
Старшая	8.25	10.15	12.15	15.20
Подготовительная	8.30	10.20	12.20	15.20

Приложение к СанПиН 2.4.1.3049-13

ПРИМЕРНЫЕ ВОЗРАСТНЫЕ ОБЪЕМЫ ПОРЦИЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ

Наименование блюд	Вес (масса) в граммах	
	от 2 до 3-х лет	от 3-х до 7-ми лет

Завтрак

Каша, овощное блюдо	120-200	200-250
Яичное блюдо	40-80	80-100
Творожное блюдо	70-120	120-150
Мясное, рыбное блюдо	50-70	70-80
Салат овощной	30-45	60
Напиток (какао, чай, молоко и т. п.)	150-180	180-200

Обед

Салат, закуска	30-45	60
Первое блюдо	150-200	250
Блюдо из мяса, рыбы, птицы	50-70	70-80
Гарнир	100-350	150-180
Третье блюдо (напиток)	150-180	180-200

Полдник

Кефир, молоко	150-180	180-200
Булочка, выпечка (печенье, вафли)	50-70	70-80
Блюдо из творога, круп, овощей	80-150	150-180
Свежие фрукты	40-75	75-100