**График выдачи питания**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Группы**  | **Завтрак**  | **2 Завтрак**  | **Обед**  | **Полдник**  |
| Ясельная группа  | 8.40 | 10.20 | 12.00 | 15.00  |
| Разновозрастная группа  | 8.40  | 10.20 | 11.45 | 15.20  |

**Возрастные объемы порций для детей**

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование блюд**  | **Вес масса в граммах**  |
| **От 1 года до 3 лет**  | **От 3 до 7 лет**  |
| **Завтрак**  |
| Каша молочная | 150  | 200  |
| Яичное блюдо  | 80  | 100  |
| Творожное блюдо, запеканка | 100  | 150  |
| Мясное, рыбное блюдо  | 60  | 70  |
| Напиток (какао, чай и т.п.)  | 150  | 200  |
| **2 Завтрак**  |
| Сок | 75  | 75  |
| Свежие фрукты  | 80 | 85 |
| **Обед**  |
| Овощи порционно | 40  | 50  |
| Первое блюдо  | 200  | 250  |
| Блюдо из мяса, рыбы, птицы  | 60  | 70  |
| Гарнир  | 120  | 150  |
| Третье блюдо (напиток)  | 150  | 200  |
| **Полдник**  |
| Кефир, молоко, лапшевник, йогурт питьевой | 150  | 200  |
| Булочка, выпечка (печенье, вафли)  | 60  | 70  |
| Блюдо из творога, круп, овощей  | 100  | 150  |
| **Хлеб на весь день:**  |   |   |
| - пшеничный;  | 50  | 75  |
| - ржаной  | 30  | 37,5  |