

Режим дня для детей 2-3 лет



Прием детей – 7.00-8.30
Утренняя гимнастика – 8.10



Завтрак 8.20-8.50



Примерное меню завтрак

СЫР (ПОРЦИЯМИ)
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С САХАРОМ
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК
БИОЙОГУРТ ОБОГАЩЕННЫЙ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ

СЫР (ПОРЦИЯМИ)
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ
ЧАЙ С МОЛОКОМ
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ

МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)
КАША ОВСЯНАЯ ГЕРКУЛЕС МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ

МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ
КАКАО С МОЛОКОМ
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ

Непосредственно-образовательная деятельность



Самостоятельная деятельность



Второй завтрак - 10.10



Примерное меню второй завтрак

ГРУША СВЕЖАЯ

ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ

БАНАН СВЕЖИЙ

**БИОЙОГУРТ ОБОГАЩЕННЫЙ
БИФИДОБАКТЕРИЯМИ**

Перед прогулкой



Мы умеем одеваться



На прогулке 10.30-11.40



Перед обедом



Обед 11.50 – 12.20



Примерное меню обед

САЛАТ С ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЯБЛОКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ
РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ
СОУС МОЛОЧНЫЙ (ДЛЯ ПОДАЧИ К БЛЮДУ)
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ «С»
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ

САЛАТ С ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЯБЛОКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМ
СОУС СМЕТАННЫЙ
СОК ЯБЛОЧНЫЙ
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ

ПОМИДОР СВЕЖИЙ
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ
СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ
СОК ПЕРСИКОВЫЙ
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ

САЛАТ «СВЕКОЛКА»
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ
КНЕЛИ ИЗ КУРЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ
ЧАЙ С ЛИМОНОМ
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ

Тихий час 12.30 – 15.15



После тихого часа



Полдник 15.30



Примерное меню полдник

КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ
ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ
СОК ПЕРСИКОВЫЙ
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ В
ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ

ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ
СОУСЕ
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ
БУЛОЧКА «ДОМАШНЯЯ» МОЛОЧНАЯ

БИТОЧЕК ИЗ РЫБЫ
ПУДИНГ ОВОЩНОЙ С СОУСОМ
СМЕТАННЫМ
КЕФИР
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ
ВАФЛИ

Самостоятельная деятельность



Прогулка 16.40



Уход домой 18.30

