

## Режим питания детей МБДОУ МО г. Краснодар «Детский сад № 55»

Для ребенка старше полутора лет рекомендуется четырёхразовое питание в точно установленные часы. Четырёхчасовые интервалы между приемами пищи по времени повышают возбудимость пищевого центра, создавая здоровый аппетит.

Временной интервал приема пищи*	Режим питания детей в зависимости от времени пребывания в дошкольной организации	
	<i>4 часа</i>	<i>12 часов</i>
08.20 – 08.50	завтрак	завтрак
10.00 – 10.20	-	второй завтрак
12.20 – 12.50	-	обед
16.30 – 16.50	-	уплотненный полдник

\* Конкретное время приема пищи устанавливается в соответствии с режимом дня в каждой группе.