



## **РЕЖИМ ДНЯ с 3-х разовым питанием**

**8.30 - 8.45 - Приём детей**

**8.45 - 9.00 - Зарядка**

**9.00 - 9.10 - Подготовка к завтраку**

**9.10 - 9.30 - Завтрак**

**10.00 - 12.30 - Мероприятия по плану**

**12.30 - 13.00 - Подготовка к обеду**

**13.00 - 13.30 - Обед**

**13.30 - 14.00 - Подготовка ко сну**

**14.00 - 16.00 - Тихий час**

**16.00 - 16.20 - Полдник**

**16.20 - 17.00 - Прогулка на свежем воздухе**

**17.00 - 17.30 - Уход детей домой**