



7.5 СБАЛАНСИРОВАННОСТЬ РАЦИОНА ПО ВСЕМ ЗАМЕНИМЫМ И НЕЗАМЕНИМЫМ ПИЩЕВЫМ ИНГРЕДИЕНТАМ

Сбалансированность рациона по всем заменимым и незаменимым пищевым ингредиентам утверждена циклическим двухнедельным сбалансированным меню рационов горячего питания (завтрак, обед).

При составлении меню обязательно учитываются потребности детского организма, связанные с его ростом и развитием, с изменением условий внешней среды, с повышенной физической или эмоциональной нагрузкой. Для организации оптимального питания соблюдается баланс между поступлением и расходом основных пищевых веществ.

Рацион обучающихся является полностью сбалансированным в соответствии с циклическим сбалансированным меню рационов горячего питания в общеобразовательных учреждениях Управления социального питания Правительства Санкт-Петербурга. В меню школьника входят не только белки, жиры и углеводы, но и аминокислоты, витамины, некоторые жирные кислоты, минералы и микроэлементы.

