

ПРИЛОЖЕНИЕ 7.5.**Сбалансированность рациона по всем заменимым и незаменимым пищевым ингредиентам**

Сбалансированность рациона по всем заменимым и незаменимым пищевым ингредиентам Питание учащихся в школе сбалансировано с учетом правильного соотношения питательных веществ. 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 оптимальной системы питания соблюдается баланс между поступлением и расходом основных пищевых веществ. Рацион обучающихся является полностью сбалансированным в соответствии с циклическим десятидневным сбалансированным меню рационов горячего питания в общеобразовательных учреждениях Управления социального питания правительства СПб. В меню школьника входят продукты, содержащие не только белки, жиры и углеводы, но и аминокислоты, витамины, некоторые жирные кислоты, минералы и микроэлементы. Со отношение между белками, жирами и углеводами составляет 1:1:4

