Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
школа № 663 Московского района Санкт-Петербурга

7.4 Энергетическая ценность рационов, соответствующая энергозатратам детей

Школьная столовая может стать территорией здорового питания. При составлении меню в школьной столовой обязательно учитываются потребности организма, связанные с его ростом и развитием, с изменением условий внешней среды, с повышенной физической и эмоциональной нагрузкой. При оптимальной системе питания соблюдается баланс между поступлением и расходованием основных калорий.

Вся информация по организации питания находится на сайте школы. http://sch663.ru/node/314

Потребность в пищевых веществах для обучающихся с 7 до 11лет.

с 7 до 11 лет Белки (г) 77 Жиры (г) 79

Углевода (г) 335

Энергетическая ценность (ккал) – 2350.

Потребность в пищевых веществах для обучающихся с 11 лет и старше:

Белки (г)

90 Жиры (г) 92

Углеводы (г) 383

Энергетическая ценность (ккал) – 2713