



Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
школа № 370  
Московского района Санкт-Петербурга

196128, Санкт-Петербург, ул. Благодатная, д.11 тел. 369-81-01

**7.4. Энергетическая ценность рационов, соответствующая энергозатратам детей.**

Энергетическая ценность рационов, соответствующая энергозатратам детей, осуществляется на основании 10-дневного меню, утвержденного Управлением социального питания, разрабатывается на основе методики по школьному питанию и принципов рационального 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 расходом основных калорий детей разного возраста.

Вся информация по организации питания размещена на официальном сайте школы.

<https://shkola370.ru/organizaciya-pitaniya/>

Энергетическая ценность рационов, соответствует энергозатратам учащихся:

Название пищевых веществ	Усредненная потребность в пищевых веществах для обучающихся двух возрастных групп	
	с 7 до 11 лет	с 11 лет и старше
Белки (г)	77	90
Жиры (г)	79	92
Углеводы (г)	335	383
Энергетическая ценность (ккал)	2350	2713