

**Жұмыс берушінің қаражаты есебінен қызметкерлерге сүт, емдік-профилактикалық тағам, арнайы киім, арнайы аяқ киім және басқа да жеке қорғану құралдарын беру, ұжымдық қорғану құралдарымен, санитариялық-тұрмыстық үй-жайлармен және құрылғылармен қамтамасыз ету қағидаларын; жұмыс берушінің қаражаты есебінен қызметкерлерге сүт беру нормаларын; жұмыс берушінің қаражаты есебінен қызметкерлерге емдік-профилактикалық тағам беру нормаларын бекіту туралы**

***Күшін жойған***

Қазақстан Республикасы Үкіметінің 2011 жылғы 5 желтоқсандағы № 1458 Қаулысы. Күші жойылды - Қазақстан Республикасы Yкiметiнiң 2016 жылғы 27 қаңтардағы № 31 қаулысымен

      Ескерту. Күші жойылды - ҚР Yкiметiнiң 27.01.2016 № 31 қаулысымен (алғашқы ресми жарияланған күнінен бастап қолданысқа енгізіледі).

      РҚАО-ның ескертпесі.

      ҚР мемлекеттік басқару деңгейлері арасындағы өкілеттіктердің аражігін ажырату мәселелері бойынша 2014 жылғы 29 қыркүйектегі № 239-V ҚРЗ Заңына сәйкес ҚР Денсаулық сақтау және әлеуметтік даму министрінің 2015 жылғы 29 қыркүйектегі № 762 бұйрығын қараңыз.

      Қазақстан Республикасының 2007 жылғы 15 мамырдағы Еңбек кодексінің 15-бабы 20) тармақшасына сәйкес Қазақстан Республикасының Үкіметі **ҚАУЛЫ ЕТЕДІ:**  
      1. Қоса беріліп отырған:  
      1) Жұмыс берушінің қаражаты есебінен қызметкерлерге сүт, емдік-профилактикалық тағам, арнайы киім, арнайы аяқ киім және басқа да жеке қорғану құралдарын беру, ұжымдық қорғану құралдарымен, санитариялық-тұрмыстық үй-жайлармен және құрылғылармен қамтамасыз ету қағидалары;  
      2) жұмыс берушінің қаражаты есебінен қызметкерлерге сүт беру нормалары;  
      3) жұмыс берушінің қаражаты есебінен қызметкерлерге емдік-профилактикалық тағам беру нормалары бекітілсін.  
      2. Осы қаулы алғашқы ресми жарияланғанынан кейін күнтізбелік он күн өткен соң қолданысқа енгізіледі.

*Қазақстан Республикасының*  
*Премьер-Министрі                           К. Мәсімов*

Қазақстан Республикасы    
Үкіметінің         
2011 жылғы 5 желтоқсандағы   
№ 1458 қаулысымен     
бекітілген

**Жұмыс берушінің қаражаты есебінен қызметкерлерге сүт, емдік-профилактикалық тағам, арнайы киім, арнайы аяқ киім және басқа да жеке қорғану құралдарын беру, ұжымдық қорғану құралдарымен, санитариялық-тұрмыстық үй-жайлармен және құрылғылармен қамтамасыз ету қағидалары 1. Жалпы ережелер**

      1. Осы Жұмыс берушінің қаражаты есебінен қызметкерлерге сүт, емдік-профилактикалық тағам, арнайы киім, арнайы аяқ киім және басқа да жеке қорғану құралдарын беру, ұжымдық қорғану құралдарымен, санитариялық-тұрмыстық үй-жайлармен және құрылғылармен қамтамасыз ету қағидалары (бұдан әрі – Қағидалар) 2007 жылғы 15 мамырдағы Қазақстан Республикасының Еңбек кодексі 15-бабының 20) тармақшасына сәйкес әзірленді және жұмыс берушінің қаражаты есебінен қызметкерлерді сүт, емдік-профилактикалық тағам, арнайы киім, арнайы аяқ киім және басқа да жеке қорғану құралдарын беру, ұжымдық қорғану құралдарымен, санитариялық-тұрмыстық үй-жайлармен және құрылғылармен қамтамасыз ету тәртібін белгілейді.  
      2. Осы Қағидалар еңбек жағдайлары зиянды (ерекше зиянды) және қауіпті ұжымдарда қолданылады.  
      3. Осы Қағидаларда пайдаланылатын негізгі ұғымдар:  
      1) жеке қорғану құралдары – қызметкерді зиянды және (немесе) қауіпті өндірістік факторлардан қорғауға арналған құралдар, соның ішінде арнайы киім;  
      2) ұжымдық қорғану құралдары – екі және одан да көп қызметкерді зиянды және (немесе) қауіпті өндірістік факторлардан бір мезгілде қорғауға арналған техникалық құралдар.

**2. Қызметкерлерге сүт және емдік-профилактикалық тағам беру тәртібі**

      4. Сүт және емдік-профилактикалық тағам (бұдан әрі – ЕПТ) қызметкерлерге өндірістік объектілерді еңбек жағдайлары бойынша аттестациялау нәтижелері бойынша кәсіптік аурулар мен уланудың алдын алу, олардың денсаулығын нығайту мақсатында беріледі.  
      5. Сүт ұзақтығына қарамастан, әр ауысымға (үзіліс уақытында) химиялық заттарды өндіруге немесе қолдануға байланысты жұмыстарда қызметкердің нақты жұмыс iстеген күндеріне Қазақстан Республикасының Үкіметі бекіткен нормалар бойынша беріледі.  
      6. ЕПТ белгілеу және беру Қазақстан Республикасының Үкіметі бекіткен нормаларға сәйкес беріледі.  
      7. ЕПТ жұмыс басталар алдында таңертеңгі ыстық ас түрінде беріледі. Кейбір жағдайларда, ұйымның медициналық-санитариялық бөлімінің, ал ол болмаған жағдайда тиісті аумақтың мемлекеттік санитариялық-эпидемиологиялық бақылау органдарының келісімімен ЕПТ түскі ас кезінде беруге де болады. Жоғары қысым жағдайындағы (кессондарда, барокамераларда, суда жүзетін жұмыстарда) қызметкерлерге ЕПТ шлюзға өткеннен кейін беріледі.  
      8. ЕПТ сондай-ақ, толық жұмыс күнін құрылыс, құру-жабдықтау, жөндеу-құру және іске қосу және баптау жұмыстарында өткізетін қызметкерлерге, ЕПТ белгіленген негізгі қызметкерлерге, жөндеу персоналына, ерекше зиянды еңбек жағдайларында жұмыс істейтін өндірістердегі құрылғыларды тазалауды жүргізетін, жөндеу және консервацияға дайындайтын қызметкерлерге беріледі.  
      9. ЕПТ және сүт:  
      1) жұмыс істемейтін күндері;  
      2) демалыс күндері;  
      3) қызметтік іссапар күндері;  
      4) өндірістен қол үзіп оқу күндері;  
      5) ЕПТ көзделмеген басқа жерлердегі жұмыстарды орындаған күндері;  
      6) жұмысқа уақытша жарамсыз кезеңде берілмейді.  
      10. ЕПТ өткен уақытқа немесе бірнеше ауысымға алдын ала беруге, сондай-ақ өз уақытында алынбаған ЕПТ үшін өтемақы төлеуге рұқсат етілмейді.  
      11. Азық-түліктің бір түрін ЕПТ екінші түрімен ауыстыруға ЕПТ беру нормаларында айқындалған азық-түлікті өзара алмастыру нормалары шегінде жол беріледі.  
      12. ЕПТ дайындау және беру негізінде әр күнге мәзір-тарату жасалатын рациондар бойынша ЕПТ-ның таңертеңгі ыстық асының шамамен алты күндік мәзірін таратуға сәйкес жасалады.  
      13. Мәзірді қызметкерлерге тамақ дайындауды жүзеге асыратын ұйым өндірісінің меңгерушісі құрастырады.  
      14. Еңбек жағдайының ерекше зияндылығына байланысты жұмыс берушінің есебінен ЕПТ алатын қызметкерлерге сүт немесе оған теңестірілген басқа да азық-түлік берілмейді.

**3. Қызметкерлерге арнайы киім, арнайы аяқ киім және басқа да жеке қорғану құралдарын беру, ұжымдық қорғану құралдарымен, санитариялық-тұрмыстық үй-жайлармен және құрылғылармен қамтамасыз ету тәртібі**

      15. Жеке қорғану құралдары қызметкерлерді жұмысқа қабылдау не оны басқа жұмысқа ауыстыру кезінде не осы құралдарды пайдалану мерзімінің аяқталуына байланысты белгіленген нормада беріледі.  
      16. Жеке қорғану құралдарын пайдалану мерзімдері күнтізбемен белгіленеді және ол қызметкерге нақты берілген күнінен бастап есептеледі.  
      17. Жеке қорғану құралдары сертификатталған болуға және де киюге ыңғайлы, қозғалуға бөгет жасамайтын болып, қызметкерлердің өлшемдеріне сәйкес іріктеліп берілуге тиіс.  
      18. Жеке қорғану құралдары (противогаздар, өздігінен құтқарғыштар, сақтандыру белбеулері, масаханалар, каскалар және де өзге де құралдар) жүйелі түрде сынақтан өткізілуге және олардың дұрыстығы тексерілуге тиіс, қорғаныш қасиеттері төмендеген сүзгіштер, шынылар және де өзге де бөлшектер уақытында ауыстырылуы керек. Тексеруден кейін жеке қорғану құралдарында келесі сынақ мерзімдері туралы белгі (таңба, мөртаңба) қойылуға тиіс.  
      19. Жұмыс беруші жеке және ұжымдық қорғану құралдарына тиісті күтімді ұйымдастырады, жеке және ұжымдық қорғану құралдарын алдын-ала өңдеуді, сондай-ақ оларды жөндеуді уақытында жүзеге асырады.  
      20. Еңбек жағдайлары бойынша қажет болған жағдайда ұйымдарда жеке қорғану құралдарын алдын ала өңдеуге арналған кептіргіштер, камералар мен қондырғылар орнатылуға тиіс.  
      21. Жеке қорғану құралдарын алдын ала өңдеу және жөндеу қызметкерлер жұмыстан бос уақытта (демалыс күндері) немесе ауысымаралық үзілістер кезінде жүргізілуге тиіс.  
      Егер Қазақстан Республикасының Үкіметі бекіткен нормалар бойынша қызметкерлерге арнайы киім мен арнайы аяқ киімнің екі немесе үш жинақтамасын беру көзделсе, жеке қорғану құралдарын профилактикалық өңдеу және жөндеу жұмыс уақытында жүзеге асырылуы мүмкін, ал қызметкерлерге осы уақытқа жұмыс берушілерде осы мақсаттарға қажетті мөлшерде болуға тиіс арнайы киімнің, арнайы аяқ киімнің ауысымдық жинақтамалары беріледі.  
      22. Осы кезеңге белгіленген жұмыс уақыты нормасын толық орындаған қызметкерге сабын берудің айлық нормасы 500 грамнан төмен болмауға тиіс.  
      23. Ұжымдық қорғаныс, санитариялық-тұрмыстық ғимараттар мен құрылғы жабдықтары өндірістік ғимараттарды жобалау, құрылысын салу және реконструкциялау кезінде, технологиялық процестерді, машина конструкцияларын, тетіктерді, жабдықтарды және басқа да өнімдерді ескере отырып, ұлттық стандарттарға және құрылыс нормалары мен қағидаларына сәйкес көзделеді.  
      Ескерту. 23-тармақ жаңа редакцияда - ҚР Үкіметінің 23.07.2013 № 735 қаулысымен.  
      24. Гардероб, душ, жуынатын, емдік-профилактикалық құралдар, медициналық қобдишалар, дәретхана, жартылай душтарды, ауыз сумен жабдықтау қондырғылары орналасатын орындар, арнайы киімді, арнайы аяқ киімді жылытуға немесе салқындатуға, өңдеуге, сақтауға және беруге арналған, басқа да санитариялық-тұрмыстық үй-жайлармен және құрылғылармен қамтамасыз ету тәртібі мен шарттары ұжымдық шарттарда немесе жұмыс берушінің актісінде айқындалады.  
      25. Қойылатын талаптарға сәйкес келмейтін немесе қызметкерге байланысты емес себептер бойынша белгіленген мерзімінен бұрын жарамсыз болып қалған арнайы киім мен арнайы аяқ киім ауыстырылуға тиіс.  
      26. Маусым басталғанда арнайы киім мен арнайы аяқ киім олар алдыңғы маусымда берілген қызметкерлерге қайтарылуға тиіс.  
      27. Қызметкерлерге берілген арнайы киімді, арнайы аяқ киімді және басқа жеке қорғану құралдарын сақтау үшін жұмыс беруші қызметкерлерге құрылыстық нормалар мен ережелер, санитарлық-эпидемиологиялық нормалар мен қағидалардың талаптарына сәйкес арнайы жабдықталған бөлмелер (гардеробтар) береді.  
      28. Сақтау кезінде арнайы киім мен арнайы аяқ киім зарарсыздандырылуға, кір мен шаңнан тазартылуға, кептіріліп жөнделуге тиіс.

Қазақстан Республикасы    
Үкіметінің          
2011 жылғы 5 желтоқсандағы   
№ 1458 қаулысымен     
бекітілген

**Жұмыс берушінің қаражаты есебінен қызметкерлерге сүт беру нормалары**

      1. Сүт бір ауысымға майлылығы 3,2 пайызға дейін 0,5 литрден төмендегідей химиялық заттарды өндіру немесе қолдануға байланысты жұмыстарда қызметкердің нақты жұмыс iстеген күндеріне оның ұзақтығына қарамастан беріледі:  
      1) алифатикалық және алициклдiк көмiрсутектер (қаныққан және қанықпаған):  
      метанға жататын көмiрсутектер: бутан, изобутан, пентан, изопентан, гексан, октан, изооктан, нонан;  
      этиленге жататын көмiрсутектер: бутилендер, амилендер, изобутилендер;  
      циклдiк шексiз көмiрсутектер: циклопентадиен, дициклопентадиен, марганецтiң циклопентадиенилтрикарбонилi;  
      бiр-көп ядролық хош иiстi көмiрсутектер: бензол, ксилол, толуол, этилбензол, кумол (диизотропиленбензол), ксилолдар, стиролдар, дефенил, нафталин және оның туындылары;  
      2) майлылар қатарына жататын галоген туынды көмiрсутектер,  
      фтортуындылар: фторэтилен, дифторэтилен, трифторэтилен, тетрафторэтилен, трифторпропилен, дифторэтан, декафторбутан;  
      хлортуындылар: хлорлы метил, хлорлы метилен, хлороформ, төрт дәрежелi хлорлы көмiртегi, хлорлы этил, дихлорэтан, трихлорэтан, тетрахлорэтан, трихлорпропан, титрахлорпентан, хлорлы винил, дихлорэтилен, трихлорэтилен, тетрахлорэтилен, гексахлорциклопентадиен, аллодан, хлоропрен, хлорлы аллил, хлорлы бутилен, гексахлорбутадиен және осы топтағы басқалары;  
      бромтуындылар: бромды метилен, бромды этил, дибромэтан, тетрапромэтан, дибромпропан, бромоформ және басқалары;  
      йодты туындылар: йодты метил, йодоформ, йодты этил және басқалары;  
      аралас галоген туындылар: дифторхлорметан, фтордихлорметан және басқалары;  
      3) хош иiстi көмiрсутектерiне жататын галоген туындылар:  
      хлорбензол, дихлорбензон, трихлорбензон, тетрахлорбензол, гексахлорбензол, хлорлы бензил, бензотрихлорид, хлорстирал, бромбензол, бромды бензил және басқа да осы топқа жататын галоген туындылар;  
      4) бiр циклді көп ядролық көмiрсутегiнiң хлор туындылары: хлорланған дифенилдер, дифенилдiң хлор қышқылы, хлориндан, хлорнафталиндер, гептахлор, ДДТ, гексахлорциклогексан, полихлорпинен, полихлоркамфен, хлортен, симазин, артазин;  
      5) спирттер:  
      майлы қатарға жататын шектi және шексiз гликолдар және спирттер: метилдi спирт, аллилдi, кротонилдi және басқалары;  
      майлы қатарға жататын галоген туынды спирттер: октафторамилдi, тетрафтор пропилдi және басқалары;  
      алициклдi: және хош иiстi қатарындағы спирттер: бензилдi спирт, циклогексенол және басқалары;  
      6) фенолдар: фенол, хлорфенолдар, пентахлорфенол, крезолдар, гидрохинон, натрийдiң пентахлорфенолы және басқалары;  
      7) алициклдi және алифатикалық қатардағы эфирлер және олардың галоген туындылары: диметилдi, диэтилдi, диизопропилдi, дибутилдi, винибутилдi, дивинилдi, монохлордиметилдi, дихлордиэтилдi, тетрахлордиэтилдi, этиленгликолдың, пропиленгликолдiң, глицириннiң эфирлерi, полигликолдi эфирлер;  
      8) фенолды эфирлер: гваякол, гидрохинонның монобензилдi эфирi, динил және осы топқа жататын басқалары;  
      9) органикалық тотықтар және асқын тотықтар: этиленнiң, пропиленнiң, эпихлоргидриннiң тотықтары, изопропилбензолдың гидро асқын тотығы, бензоилдiң асқын тотығы, метилэтилкетонның, циклогексанонның асқын тотықтары және осы топтағы қалған құрамдардың өкiлдерi;  
      10) тиоспирттер, тиофенолдар және тиоэфирлер: метил және этилмеркаптандар, трихлортиофенол және пентахлортиофенол; 2,4-Д, трихлорфеноксиуксус қышқылы тұзы;  
      11) қаныққан және қанықпаған альдегидтер және кетондар: ацетальдегид, формальдегид, бензальдегид, акромин, ацетон, бромацетон, хлорацетон, пентахлорацетон, гексахлорацетон, хлорацетофенон және осы қатарға жататын басқалары;  
      12) органикалық қышқылдар, олардың ангидридтерi, амидтерi және галогеноагидридтерi, малеиндi, фталдi ангидрид қышқылдары: құмырсқа, сiрке, пропион және олардың ангидридтерi, нафтендi қышқылдар, хлорлы бензоил, хлорфеноксоисiрке қышқылы, карбамин қышқылының қоспалары, тиодитиокарбаминдi қышқылдар, диметильформамид және осы топтағы басқалары, сондай-ақ диазокетоны және диазоэфирлер;  
      13) күрделі эфирлер: азотталған күкiрт, хлорсульфонды, құмырсқа, сiрке, припиондi април, метакрил қышқылдары және олардың галоген туындылары;  
      14) күрделi эфирлер және фосфор қышқылының амидтерi: трикрезилфосфат, тиофос, метафос, метилатилтиофос, меркаптофос, метилмекаптофос, карбофос, М-81, М-74 ДДВФ препараттары, фосфамид, хлорофос, табун, зоман, зарин, октаметил, диэтилхлормонофосфат, метилдихлорфиофосфат, диметилхлортисфосфат және қалғандары фосфорорганикалық улы химикаттар;  
      15) майлы полиметилен қатарына жататын нитро және амино қосылыстары және олардың туындылары: нитроолефиндер, нитрометан, нитроэтан, нитропропан, нитробутан, нитрофоска, хлорпикрин, нитроциклогексан, метиламин, диметиламин, триметиламин, этиламин, диэтиламин, триэтиламин, этиленимин, полиэтиленимин, полиэтиленполиамин, гексаметилендиамин, этаноламин, циклогексиламин, дициклогексиламин және осы топқа жататын басқалары;  
      16) майлы полиметилен қатарына жататын нитро және амино қосылыстары: нитробензолдар, нитротолуолы, нитроксилол, динок, диносеб, нитронафталиндер, нитрохлорбензолдар, нитрофенолдар, нитро және аминоанизоанилин, ацетонанилин, хлоранимендер, фенилендиаминдер, бензидин, парокфтидин;  
      17) бензохинондар, нафтахинондар, антрахинондар, бензатрен, парабензохинон және дихлорнафтахинон;  
      18) органикалық бояғыштар: антрахинонды, нитро және нитро бояғыштар, азобояғыштар, азиндi, 2-метилфуран (силван);  
      19) гетероциклдi қосылыстар: фуран, тетрагидрофуран, фурфурол, тиофен, индол, теридин, пиразалан, пурин, пиридиндi және пуриндi негiздер, пиколиндер никонин қышқылы, диоксандар, пиперидин, морфолин, гексоген, барбитураттар, олардың жартылай өнiмдерi және осы дәрі-дәрмектерді шығарудағы басқа заттар;  
      20) алколоидтар: атропин, кокаин, опий, морфин, кадеин, стрихнин, пилокарнин, скополамин, сальсолин, омнопок, папаверин, никотин, анатазин және осы дәрі-дәрмектерді шығарудағы басқалары, сондай-ақ құрамында жоғарыда көрсетiлген алколоидтары бар шикiзат пен дайын өнiмдер (темекi-махорка, сигар және сигарет өндiрiсi, темекi ферментi);  
      21) борсутектiлер;  
      22) галогендер және галоген туындылар: фтор, хлор, бром, иод, хлорлы, бромды, фторлы сутегi, плавиктi, кремний фторлы сутегi қышқылдары, фтор тотығы, хлордың тотығы және хлор тотығының екi есе тотығы, хлордың троифторидi, хлорлы йод, көмiрсутегiнiң хлорлы тотығы (фосген);  
      23) күкiрт қосылыстары: күкiрт сутегi, күкiрт көмiртегi, хлорлы сульфон қышқылы, күкiрттiң хлорангидридтерi, күкiрттi және күкiрт ангидридтерi;  
      24) селен және оның қосылыстары: селендi ангидрид, селендi қышқыл, олардың тұздары, селеннiң хлорлы тотығы, селеннiң органикалық қоспалары;  
      25) теллур және оның қоспалары;  
      26) азот қосылыстары: гидразин және оның туындылары, азоттың тотығы, азот қышқылы, натрийдiң азидi, аммиак, натрийдiң нитритi, хлорлы азот, хлорлы нитрозил, гидроксиламин;  
      27) сары (ақ) фосфор және оның қосылыстары: фосфорлы ангидрид, фосфор қышқылы және оның тұздары;  
      28) мышьяк және оның қосылыстары: мышьякты және мышьяктың ангидридтерi, кальцийдiң арсенитi, натрийдiң арсенитi, осарсол иприт;  
      29) сурьма және оның қосылыстары: сурьмалы және сурьманың ангидридтерi, сурьмалы сутегi, сурьманың хлоридтары;  
      30) цианидтер: цианды сутегi, натрий мен калийдiң цианидтерi, дициан, хлорциан, бромциан, кальцийдiң цианимидi, цианурхлорид, цианды бензил;  
      31) нитролдар: ацетонитрол, ацетонциангидрид, акрилонитрил, этиленциангидрин, бензонитрил және басқалары;  
      32) изоциананттар, фенилизоцианат, гексаметилендиизоцианат, толуилендиизоцианат және басқалары;  
      33) кремнийдiң құрамдарында аэрозол түрiндегi 10% жоғары кремнийдiң еркiн кристалды екi топтық тотықтары бары;  
      34) сынап және оның органикалық емес және органикалық қоспалары: металды сынап, сынаптың цианидi, сынаптың нитраты, шытырлауық сынап, диметил сынабы, этилмеркурхлорид, этилмеркурфосфат, диэтил сынабы, хлор фенол сынабы, меркурацетат, меркуран және сынаптың басқа қоспалары;  
      35) марганец және оның қосындылары: марганецтiң, сульфаттың, хлорлы марганецтiң тотықтары, оның қалған қоспаларының аэрозолдары;  
      36) бериллий және оның қоспалары: бериллий тотығы, гидрат бериллийдiң тотығы, бериллийдiң хлоридi, фтор бериллий тотығы және қалған бериллий қоспаларының қалдығы;  
      37) таллий және оның қоспалары: таллийдiң хлоридi, таллийдiң сульфаты, таллийдiң ацетаты, таллийдiң нитраты, таллийдiң карбонаты және басқалар;  
      38) титан және оның қоспалары;  
      39) ванадий және оның қоспалары: үш тотықты, бес тотықты ванадий, аммонийдiң, натрийдiң және кальцийдiң ванадаттары, ванадийдiң хлоридтерi;  
      40) хром және оның қоспалары: үш тотықты хром, хромның тотығы, хромдық квасцылар, натрийдiң бихроматы және басқалары;  
      41) молибден және оның қоспалары: үш тотықты молибден, аммониймолибденi;  
      42) никель және оның қоспалары: никельдiң шала тотығы, никель тотығы, шала тотықты никельдiң гидраты;  
      43) метанол;  
      44) қалайы органикалық, бор органикалық және кремний органикалық қоспалар;  
      45) қорғасын және оның қоспалары;  
      46) металл: никель, кобальт, марганец карбонилдерi;  
      47) литий, цезий, рубидий, қалғандары қышқылды жер элементтерi және олардың қоспалары;  
      48) жерде сирек кездесетiн элементтер (лантанидтер) және олардың қоспалары;  
      49) кадмий оксидтерi және олардың қоспалары;  
      50) антибиотиктер: биомицин, тетрацкилин, синтомицин, левомицитин және басқалары;  
      51) микробиологиялық тектiлердiң компоненттерi: бактериялы токсиндер, микротоксиндер, бiр клеткалы балдырлар және басқалары;  
      52) қатты әсер ететiн А және Б тiзiмiндегі улы заттарды өндiретiн аэрозолдар;  
      53) өндірістегі күлдің барлық түрi;  
      54) пестицидтер;  
      55) темір кенін және оны байытушыларды, кокс, көміртегі, әк және оны күйдіру, кокстау және жартылай кокстауды өндіру;  
      56) димитил сульфид, қаныққан моноэтаноламин, метиланилин-N, дихлорэтан, метил үшбутилді эфир (МҮБЭ), 1-агидол, мұнай тобы, мұнай өнімдерін өңдеу.  
      2. Түсті металдардың бейорганикалық қосылыстарымен жұмыс iстейтiн қызметкерлерге сүтке қосымша 2 грамм пектин онымен байытылған азық-түлiк өнiмдерi түрiндегi: сусындар, желе, джем, мармелад, жемiс және (немесе) шырындары және консервілер (пектиннiң нақты құрамын дайындаушы зауыт көрсетедi) беріледі.  
      Бұл өнiмдердi 300 миллилитр жұмсағымен табиғи жемiс және (немесе) көкөніс шырындарымен ауыстыруға болады.  
      Түсті металдардың бейорганикалық қосылыстарымен ұдайы байланыста болғанда сүттің орнына ашытылған сүт өнімдері немесе зиянды еңбек жағдайларында емдәмдік (емдік және профилактикалық) тамақ өнімдері беріледі.  
      Пектинмен байытылған азық-түлік тағамдарын, сусындар, желе, джем, мармелад, жемістер мен (немесе) көкөністен жасалған шырын өнімдерін және консервілер беру жұмыс басталар алдын, ал ашытылған сүт өнімдерін – жұмыс күнінің ішінде ұйымдастырылуға тиіс.  
      3. Антибиотик өндірумен немесе өңдеумен айналысатын қызметкерлерге сүттің орнына пробиотиктермен (бифидобактериялар, қышқыл сүт бактериялары) байытылған, немесе қаймағы алынбаған сүттен жасалған ашытылған сүт өнімдері беріледі.  
      Сүтті қаймақпен, сары май, басқа да өнімдермен (қызметкерлерге сүттің орнына беруге болатын тең бағалы азық-түлік өнімдерін тегін беру нормаларында көзделген тең бағалылардан басқа) ауыстыруға, сондай-ақ сүтті немесе басқа да азық-түлік өнімдерін бір немесе бірнеше ауысым алдын немесе өткен ауысымдар үшін беруге жол берілмейді.  
      Сүтті тең бағалы азық-түлік өнімдерімен ауыстыруға қызметкерлердің келісімімен және бастауыш кәсіподақтар ұйымының немесе қызметкерлердің өзге де өкілетті органының пікіріне қарай ауыстыруға жол беріледі.  
      Сүттің орнына қызметкерлерге беруге болатын тең бағалы азық-түлік өнімдерін тегін беру нормалары кестеде көрсетілген.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Р/с  № | Азық-түлік өнімдерінің атауы | Әр ауысымға беру нормасы |
| 1 | 2 | 3 |
| 1 | Ашытылған сұйық сүт өнімдері, оның ішінде байытылған, құрамында 3,5 %-ға дейін майы бар (түрлі сұрыптағы айран, қатық, ацидофилин, майлы айран), құрамында 2,5 %-ға дейін майы бар йогурттар | 500 грамм |
| 2 | Майлылығы 9 % аспайтын сүзбе | 100 грамм |
| 3 | Майлылығы 24 % аспайтын ірімшік | 60 грамм |
| 4 | Зиянды еңбек жағдайларында емдәмдік (емдік және профилактикалық) тамақтануға арналған өнімдер | Оларды қолдануға рұқсат беретін қорытындыларда белгіленеді |

      4. Сүт немесе соған тең бағалы басқа да азық-түлік өнімдері (айран, қатық, мацони және басқалар) І және ІІ сыныпты жұмыстарда радиобелсенді заттар ашық түрде қолданылатын жұмыспен айналысатын қызметкерлерге және жылына 1м3 в артық иондаушы сәулелеу әсері жағдайында жұмыспен айналысатын қызметкерлерге беріледі.

Қазақстан Республикасы    
Үкіметінің          
2011 жылғы 5 желтоқсандағы   
№ 1458 қаулысымен      
бекітілген

**Жұмыс берушінің қаражаты есебінен қызметкерлерге емдік-профилактикалық тағам беру нормалары**

      1. Емдік-профилактикалық тағам (бұдан әрі – ЕПТ) аса зиянды еңбек жағдайларына байланысты ЕПТ бес рационына сәйкес жұмыс берушінің қаражаты есебінен беріледі:

      № 1 рацион (күнделікті норма граммен):

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Қара бидай наны | 100 | Қаймақ | 10 |
| Бидай ұны | 10 | Ірімшік | 20 |
| Картоп ұны | 1 | Сары май | 20 |
| Жармалар, макарондар | 25 | Өсімдік майы | 7 |
| Бұршақ | 10 | Картоп | 160 |
| Қант | 17 | Қырыққабат | 150 |
| Ет (даяр күйінде) | 70 | Көкөніс | 90 |
| Балық (даяр күйінде) | 20 | Томат-пюре | 7 |
| Бауыр (даяр күйінде) | 30 | Жаңа піскен жемістер | 130 |
| Жұмыртқа | 3/4 д. | Мүкжидек (лимон) | 5 |
| Айран | 200 | Кептірілген нан | 5 |
| Сүт | 70 | Тұз | 5 |
| Сүзбе | 40 | Шай | 0,4 |

      Химиялық құрамы мен қуаты: ақуыздар – 59 грамм (бұдан әрі – г.), майлар – 51 г., көмірсулар – 159 г. Қуаты – 1380 ккал.  
      Рационға қосымша 150 миллиграмм (бұдан әрі – мг.) аскорбин қышқылы беріледі.  
      Ескертпе: ЕПТ (№ 1 рацион) келесі өндірістерде негiзгi технологиялық процеспен, жөндеу және жабдықтарға қызмет көрсетумен толық жұмыс күні айналысатын жұмысшылар мен шеберлерге беріледі:  
      1) уран мен торий радиоактивтік тұздар өндірісі (азотқышқылды уранил, сіркеқышқылды, күкіртқышқылды, хлорлы және сіркеқышқылды, азотқышқылды ураниламмоний, уран тотығы, азотқышқылды торий, сіркеқышқылды хлорлы, көмірқышқылды, қымыздыққышқылды, күкіртқышқылды және т.б.);  
      2) тау-кен байыту комбинаттарында лопарит концентраттары өндірісі:  
      жер астындағы жұмыстар;  
      жер үстіндегі жұмыстар;  
      рудаларды байыту;  
      3) лопарит концентраттарды өндіру (зертханада);  
      4) радиоактивті заттармен және ионды сәуле таратушы көздермен жұмыстар:  
      уран мен торий рудаларын шығару және өңдеумен (жүк тиеу жұмыстары мен сақтауды енгізгенде); уран, торий, тритий, радий, торий-228, радий-228, актиний-228, полоний, трансуран элементтерін, кәсіпорындар мен тәжірибе өндірісі мен қондырғыларындағы уран мен торийдың бөліну өнімдерін өндіру және өңдеумен тікелей айналысатын жұмысшылар;  
      өндірістік, энергетикалық, көлік және тәжірибе-өндірістік ядролық реакторлармен, қуаты 0,5 кВт рентген сәулесін тудыратын жабдықтармен тікелей айналысатын жұмысшылар;  
      жұмыс орындарында белсенділігі 1 милликюриден асатын нейтрон көздер (радий-берилий, полоний-берилий және өзге де ерекше жоғары радио уытты радиоактивті заттар негізіндегі нейтрон көздер) дайындаумен тікелей айналысатын жұмысшылар;  
      радий, торий-228, радий-228, актиний-228, ашық түрдегі полонийді пайдалануда тұрақты әсері бар радиоактивтік жарық құрамын өндірумен тікелей айналысатын жұмысшылар;  
      жұмыс орнында көз белсенділігі 1 миликюриден жоғары болатын радий манациясын айырып алумен айналысатын жұмысшылар;  
      зертханалық және радий, торий-228, радий-228, актиний-228, полоний, плутоний, уран 233-235, стронций-90, цезий-137, церий-144, уранның ажырау өнімдерінің бөлінбеген қоспасын жұмыс орнында 1 миликюриден артық мөлшерде ашық түрде қолданатын басқа жұмыстармен айналысатын жұмысшылар.  
      № 2 рацион (күнделікті норма граммен):

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Бидай наны | 150 | Балық (даяр күйінде) | 25 |
| Қара бидай наны | - | Бауыр (даяр күйінде) | 25 |
| Бидай ұны | 15 | Сары май | 15 |
| Жармалар, макарондар | 40 | Сүт (айран) | 200 |
| Картоп | 100 | Ірімшік | 25 |
| Көкөніс | 150 | Жұмыртқа | 1/4 д. |
| Көк бұршақ | 10 | Тұз | 5 |
| Томат-пюре | 2 | Шай | 0,5 |
| Қант | 35 | Дәмдеуіштер қажетіне қарай 1 г. | |
| Өсімдік майы | 13 | Ет (даяр күйінде) | 150 |

      Химиялық құрамы мен қуаты: ақуыздар – 63 г., майлар – 50 г., көмірсулар – 185 г. Қуаты – 1481 ккал.  
      Рационға қосымша:  
      фтор қоспаларымен жұмыс істегенде – 2 мг. ретинол, 150 мг. аскорбин қышқылы;  
      сілтілі металдармен, хлор және оның бейорганикалық қоспаларымен және азот тотықтарымен жұмыс істегенде – 2 мг. ретинол, 100 мг. аскорбин қышқылы; фосгенмен жұмыс істегенде – 100 мг. аскорбин қышқылы беріледі.

      № 2 а рацион (күнделікті норма граммен):

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Бидай наны (II сорт ұн) | 100 | Сүт, айран, қатық | 156 |
| Қара бидай наны (қара бидай ұны) | 100 | Шай | 0,1 |
| Бидай ұны | 6 | Қант | 5 |
| Жарма (ақталған тары, қарақұмық, күріш) | 15 | Өсімдік майы | 20 |
| Картоп | 120 | Сары май | 13 |
| Көкөніс | 274 | Ет (даяр күйінде) | 81 |
| Жемістер мен шырындар | 73 | Бауыр, жүрек (даяр күйінде) | 40 |
| Кепкен жемістер | 7 | Қаймақ (майл. 30%) | 32 |
| Сүзбе (майл. 11%) | 70 | Тұз | 4 |

      Химиялық құрамы мен қуаты: ақуыздар – 52 г., оның ішінде малдың – 34 г., майлар – 63 г., оның ішінде өсімдік – 23 г., көмірсулар – 156 г., амин қышқылдары: триптофан – 0,6, метионин+цистин – 2,4, лизин – 3,2, фениалалин+тирозин – 3,5, гистидин – 1,2. Қуаты – 1370 ккал.  
      Рационға қосымша 100 мг. аскорбин қышқылы, 2 мг. ретинол, 15 мг. никотин қышқылы, 25 мг. витамин (метилметионинсульфоний хлориды), 150 мл. минералды суы беріледі.  
      Ескертпе: ЕПТ (№ 2, 2а рациондары) келесі өндірістерде негiзгi технологиялық процеспен, жөндеу және жабдықтарға қызмет көрсетумен толық жұмыс күні айналысатын жұмысшылар мен шеберлерге беріледі:  
      1) күкiрт қышқылы өндiрiсi;  
      2) сұйық хлор өндiрiсi;  
      3) хлорлы әк өндiрiсi;  
      4) хлорлы темiр өндiрiсі;  
      5) хлорлы алюминий өндiрiсі;  
      6) фосген өндiрiсі;  
      7) бертолет тұзы өндiрiсі;  
      8) фторлы натрий өндiрiсі;  
      9) фторлы сутегі мен оның су ерітінділерінің өндiрiсі;  
      10) калий тетрафторборат өндiрiсі;  
      11) құрамында хромы бар шикізаттан күкіртті натрий өндірісі;  
      12) таллий қолданумен монокристалл өндірісі;  
      13) хлорпикрин өндiрiсі;  
      14) фосген арқылы сірке ангидриді өндірісі;  
      15) кетен арқылы сірке ангидриді өндірісі;  
      16) құрамында хром бар рудаларды шығару және өңдеу;  
      17) құрамында фтор бар тұздар және тұз-реактивтер өндірісі (кремний фтор сутекті алюминий, фторлы, сусыз алюминий, кремний фтор сутекті калий, фторлы титан-аммоний, фторлы магний, кремний фтор сутекті натрий, кремний фтор сутекті қышқыл, фторлы литий, фторлы натрий және фторлы калий):  
      18) хром және тұздар-реактив өндірісі (азоттықышқыл хром, гидрат тотығы, күкіртқышқылды, хлорлы, сіркеқышқылды);  
      19) теобромин, фенилацетамид, цианды бензил өндірісі;  
      20) бериллий өндірісі (оның ішінде бериллий гидрототығы, бериллий тотығы, металл бериллий және одан жасалған бұйымдар өндірісіндегі жұмыстармен тікелей айналасатын жұмыскерлерге беріледі);  
      21) Темір никель және кадмий никель (сілті) аккумуляторлар өндірісі;  
      22) Алюминий термиялық тәсілмен металл хромды және құрамында хром бар қорытпалар өндірісі.

      № 3 рацион (күнделікті норма граммен):

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Бидай наны | 100 | Картоп | 100 |
| Қара бидай наны | 100 | Дәмдеуіштер қажетіне қарай | |
| Бидай ұны, макарон өнімдері | 15 | Томат-пюре | 5 |
| Жарма | 35 | Жемістер | 100 |
| Мал майы | 10 | Қант | 35 |
| Сүт және басқа ашыған сүт өнімдері | 200 | Тоң май | 5 |
| Сүзбе (майл. 18%) | 80 | Ет (даяр күйінде) | 100 |
| Жұмыртқа | 1/3 д. | Балық (даяр күйінде) | 25 |
| Бауыр (даяр күйінде) | 20 | Тұз | 5 |
| Көкөніс | 160 | Шай | 0,5 |

      Көкөністі (термиялық өңдеуге жатпаған) салат, винегрет және т.б. түрлерінде беру міндетті.  
      Химиялық құрамы мен қуаты: ақуыздар – 64 г., майлар – 52 г., көмірсулар – 188 г. Қуаты – 1466 ккал.  
      Рационға қосымша 150 мг. аскорбин қышқылы, 2 г. пектин немесе 300 мл. жұмсағымен шырын.  
      Ескертпе: ЕПТ (№ 3 рацион) керамикалық бояғыш зат өндiрiсінде негiзгi технологиялық процеспен, жөндеу және жабдықтарға қызмет көрсетумен толық жұмыс күні айналысатын жұмысшылар мен шеберлерге беріледі:  
      ЕПТ (№ 3 және 2, 2а рациондарын апта сайын алмастырып отыру керек) келесі өндірістерде негiзгi технологиялық процеспен, жөндеу және жабдықтарға қызмет көрсетумен толық жұмыс күні айналысатын жұмысшылар мен шеберлерге беріледі:  
      1) қорғасын глет және жоса өндірісі;  
      2) қорғасын сары бояу өндірісі;  
      3) қорғасын ақ бояу өндірісі;  
      4) ветерилді мырыш ақ бояу өндірісі;  
      5) қорғасын және тұздар-реактив өндірісі (хромқышқылды қорғасын, хлорлы қорғасын, екі тотықты қорғасын, темір қорғасын таяқшалары, йодты қорғасын, қымыздық қышқылды қорғасын, түйіршектелген қорғасын, қорғасын асқын тотығы, азоттықышқыл қорғасын, қорғасын тотығы, роданды қорғасын, күкіртқышқылды қорғасын, сіркеқышқылды қорғасын, күкіртті қышқылды қорғасын, қорғасын фталаты, көмірқышқылды қорғасын);  
      6) қорғасын мен қалайы өндірісі:  
      қорғасын мен қалайы рудаларды, концентраттарды (агломератты) балқыту, қорғасын, қалайы және құрамында қорғасын бар қорытпаларды тазарту;  
      қорғасын-қалайы рудаларын байыту;  
      7) мыс рудаларды, концентраттарды (агломератты) және құрамында қорғасыны бар басқа материалдарды балқыту және өңдеу;  
      8) қорғасын (қышқыл) аккумуляторлар өндірісі.  
      № 4 рацион (күнделікті норма граммен):

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Бидай наны | 100 | Ет (даяр күйінде) | 100 |
| Қара бидай наны | 100 | Балық (даяр күйінде) | 50 |
| Бидай ұны | 15 | Сары май | 15 |
| Жарма, макарондар | 15 | Сүт (айран) | 200 |
| Картоп | 150 | Қаймақ | 20 |
| Көкөніс | 25 | Сүзбе | 110 |
| Томат-пюре | 3 | Жұмыртқа | 1/4д. |
| Қант | 45 | Тұз | 5 |
| Өсімдік майы | 10 | Шай | 0,5 |

      Химиялық құрамы мен қуаты: ақуыздар – 65 г., майлар – 45 г., көмірсулар – 181 г. Қуаты – 1428 ккал.  
      Рационға қосымша 150 мг. аскорбин қышқылы; мышьяк, фосфор, сынап пен теллурдың қоспаларымен жұмыс істейтіндерге – 4 мг. тиамин беріледі.

      № 4а рацион (күнделікті норма граммен):

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Бидай наны | 210 | Жеміс, жидек, шырындар: |  |
| Бидай ұны | 5 | Алма | 108 |
| Қатырлақ нан | 3 | Өрік | 34 |
| Жарма: |  | Қант | 8 |
| Арпа | 7 | Өсімдік майы | 12 |
| Күріш | 10 | Ет | 110 |
| Вермишель | 5 | Сары май | 7 |
| Картоп | 213 | Сүт | 57 |
| Көкөніс: | 242 | Қаймақ | 23 |
| Қырыққабат | 58 | Сүзбе | 50 |
| Көк бұршақ | 18 | Жұмыртқа | 1 |
| Қызылша | 48 |  |  |
| Басты пияз | 13 |  |  |
| Сәбіз | 88 |  |  |
| Томат-паста | 5 |  |  |
| Дәмдеуіш-шөптер | 12 |  |  |

      Химиялық құрамы мен қуаты: ақуыздар – 52 г., оның ішінде малдың – 26 г., майлар – 41 г., оның ішінде өсімдік – 15 г., көмірсулар – 206 г. Қуаты – 1342 ккал.  
      Рационға қосымша 100 мг. аскорбин қышқылы және 2 мг. тиамин беріледі.

      № 4 б рацион (күнделікті норма граммен):

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Бидай наны | 75 | Алма | 10 |
| Қара бидай наны | 75 | Жеміс шырындары | 60 |
| Бидай ұны | 16 | Қант | 15 |
| Жарма (тары, күріш, қарақұмық және т.б.) | 10 | Өсімдік майы | 13 |
| Макарон өнімдері | 8 | Сары май | 18 |
| Картоп | 170 | Сиыр еті (даяр күйінде) | 74 |
| Көкөніс: |  | Тауық еті (даяр күйінде) | 37 |
| Қырыққабат | 100 | Бауыр (даяр күйінде) | 20 |
| Сәбіз | 82 |  |  |
| Қызылша | 19 | Балық (даяр күйінде) | 40 |
| Дәмдеуіш-шөптер | 20 |  |  |
| Шалғам, тұрып | 12 | Сүт | 142 |
| Қияр | 10 | Қаймақ | 28 |
| Басты пияз | 27 | Сүзбе | 40 |
| Жұмыртқа | 10 | Томат-пюре | 8 |
| Лимон | 1 | Шай | 0,1 |

      Химиялық құрамы мен қуаты: ақуыздар – 56 г., оның ішінде малдың – 32 г., майлар – 56 г., оның ішінде өсімдік майы – 16 г., көмірсулар – 164 г., оның ішінде моно және дисахаридтар – 46 г., органикалық қышқылдар – 3,2 г., аминоқышқылдар; глютамин – 11,6, цистин+метионин – 2,2 г. Қуаты – 1380 ккал.  
      Рационға қосымша тиамин – 2 мг., рибофлавин – 2 мг., пиридоксин – 3 мг., ниацин – 20 мг., аскорбин қышқылы – 100 мг., токоферол – 10 мг., глютамин қышқылы – 500 мг. беріледі.  
      ЕПТ (№ 4, 4а, 4б рациондары) келесі өндірістерде негiзгi технологиялық процеспен, жөндеу және жабдықтарға қызмет көрсетумен толық жұмыс күні айналысатын жұмысшылар мен шеберлерге беріледі:  
      1) фосфор қышқылы өндiрiсi;  
      2) фосфорлы кальций өндiрiсi;  
      3) фосфорлы ангидрид өндiрiсі;  
      4) сары және қызыл фосфор өндiрiсi;  
      5) балқытылған фосфорлы шлактан жасалатын құрылыс заттарының өндiрісі (ұсақ тас, пемза, мақта және т.б.);  
      6) бес күкiрттi фосфор өндiрiсi;  
      7) металл фосфидтерi өндiрiсi (мырыш, мыс және басқа);  
      8) суперфосфат, фторсыздалған фосфат, күрделi-аралас және күрделi тыңайтқыштар өндiрiсi;  
      9) аммофос өндiрiсi;  
      10) үшхлорлы фосфор және хлортотық фосфор өндірісі;  
      11) екi тотық хлор өндiрiсi;  
      12) кальций карбид өндiрiсі;  
      13) теллур өндiрiсі;  
      14) селен өндірісі - құрамында селен бар шламдарды байыту;  
      15) ванадий бес тотығы негізінде катализатор өндірісі;  
      16) аэросил өндiрiсі;  
      17) ақ күйе өндiрiсі;  
      18) техникалық асбест заттар өндірісі (тоқыма цехтары);  
      19) бейорганикалық өнімдер. Натрий монохроматы, хромдық ангидрид, хромдықилегіш, калий және натрий хромпикасы, хром тотығы, жерасты суларын хромнан тазарту;  
      20) хлорбензол, дихлорбензол, трихлорбензол, тетрахлорбензол, гексахлорбензол өндірісі;  
      21) эпирхлоргидрин өндiрiсі;  
      22) диносеб гербициді өндірісі;  
      23) бензолдан, хлорбензолдан және бензолдық басқа туындыларынан фенол өндірісі;  
      24) таза ванадий бестотығында фталдық ангидрид өндірісі (қойылтылған катализаторда);  
      25) төртхлорлы көміртегі өндiрiсі;  
      26) дихлорэтан өндiрiсі;  
      27) үшхлорэтан өндiрiсі;  
      28) гексахлорэтан өндiрiсі;  
      29) фенилэтил спирт өндiрiсі;  
      30) гербицид өндiрiсі;  
      31) өндіріс жабық ғимаратта болғанда ғана этилбензол өндірісі;  
      32) аралас улағыш өндірісі;  
      33) этил сұйықтығының өндiрiсі;  
      34) хлорпарафин өндiрiсі;  
      35) пенапоропласт өндiрiсі;  
      36) стирол, альфаметилстирол, дивинилстирол каучуктер мен латекстер, дивинилметилстирол, хлорпрен каучук, ацетилен (табиғи газдан) өндірісі;  
      37) бутилкаучук өндірісі (хлорлы метил ортада);  
      38) хлорвинил, оның негізінде сополимерлер, полихлорвинил шайыр өндірісі;  
      39) талшықты және асбест прессматериалдар өндірісі;  
      40) техникалық бензил спирт өндiрiсі;  
      41) контактілі қалыптау әдісімен және механикалық тәсілмен шыны пластиктер өндірісі;  
      42) апатит-нефелин рудаларды шығару және өңдеу;  
      43) құрамында фосфор бар тұздар және тұз-реактивтер өндірісі (фосфорлыватисті қышқыл аммоний, екі рет қосылған фосфорлы қышқыл барий, бесхлорлы фосфор);  
      44) аэрофлоттар өндірісі (ксиленондық, крезолдық, калийбутилдық);  
      45) аминөнімдер-реактивтер өндірісі (п-аминоацетофенон, аминоазо-бензол-пара, амидол, аминофенол-пара негізі, аминофенол-мета мен орто, анизидин-пара, тұз қышқылды анилин, антразо, тиоглеколь қышқылды анилид, ацетил-дифениламин, бензиламин, бутиламин, диазоаминобензол-пара, ортодианизидин, диметиламиноазобензол-пара, диметиламинобензальдегид-пара, тұз қышқылды диметилпарафенилендиамин, тұз қышқылды диметиланилин, дипикриламин, диэтиламин және оның тұздары, 2, 6-дихлорфенолиндифенолин, диэтиламин және оның тұздары, нитродифениламин, пропиламин, сульфанил қышқылы, стильбазо, толуидин тионалид, триптофан, фенилгидразин негізі, тұз қышқылды фенилгидразин, фенилендиамин-пара және оның тұздары, тұз қышқылды этиламин, дитиоанилин, азобензол, анилин, күкіртқышқылды анилин, сіркеқышқылды анилин, күкіртқышқылды аминофенол-пара, диметиланилин, дифенил-несеп, тұз қышқылды диметиламин, тұз қышқылды метиламин, альфанафтиламин, бетанафтохинон, альфанафтохинон, толидин-орто, толуидин-орта, -мета, -пара, толуилендиамид-мета, тұз қышқылды фенилгидразин, толуидин, хлоргидрат, стильбен, ацетнафталид-альфа, ацетофенон, бензо-хлор-2, 4-дихлоранилид, диметилпарафенилендиамин сульфат, барий және натрий ифениламиносульфонаты, дифенилкарбазид, диэтилпарафенилендиамин сульфаты, 2, 6-дибромфенолиндофенол, дибромфенилгидразин, дибутиламин, диметглиоксим, фенилгидрооксиламин, купферон);  
      46) промедол, фенацетин, аминазин, пропазин өндірісі;  
      47) нитрохлоракридин, аминохинол, трихомонацид, азидин, димеколин мен фосфакол фепраноны, армин және миотикалық дәрілер ерітінділерінің өндірісі;  
      48) оксиметил қоспаларының өндірісі;  
      49) наганин, карбохолин, прозерин өндірісі;  
      50) ампуладағы медициналық хлорэтил өндірісі;  
      51) кутизон өндірісі;  
      52) сынап өндірісі;  
      53) экономиканың қорғасын мырыш және мыс саласында, кендер немесе жыныстар құрамында 10 пайыз және одан да көп бос кремний екі тотығы бар кендерде (шахталарда) жер астында тау-кен қазу, дайындау және тазалау жұмыстары;  
      54) экономиканың қорғасын мырыш және мыс саласындағы кендер мен шахталарында құрамында кремний екі тотығы 10 пайыздан артық болған кендерді шығару және өңдеу:  
      жер астындағы тау-кен жұмыстары;  
      кеніштерді өңдеу;  
      55) сынап толтырылған газдан айыру құралдары және сынап түзеткіштер өндірісі;  
      56) арнайы химия ток көздері өндірісі (сынап, қорғасын және олардың қоспаларын пайдаланумен байланысты жұмыстарда);  
      57) фенолоформальдегид, анилиноформальдегид, полиэфирноэпоксид, полиэфиримидоэпоксид лактар, шайыр және компаунд өндірісі;  
      58) қабатты пластиктер, орауыш заттар мен профильді пластиктер өндірісі;  
      59) миканиттер, слюдопласттар, слюдоониттер және кремний органикалық, полиэфирэпоксид және полиэфиримидоэпоксидтағы жұқа шыны мата;  
      60) жоғары атмосфералық қысым жағдайларындағы жұмыстар:  
      кессондардағы жұмыстармен тікелей айналысатын барлық жұмысшылар, инженер-техникалық жұмысшылар мен қызметшілер;  
      жеңіл жабдықталған құтқарушы қызметі сүңгуірлерінен басқа су астындағы-техникалық, құрылыс-монтаж және жөндеу жұмыстарымен айналысатын сүңгуірлер;  
      теңіз өнімдерін (трепанг, мидий, балдырлар және басқа) шығарумен айналысатын сүңгуірлер;  
      емдеу барокамераларында тікелей жұмыс істейтін дәрігерлер, орта медициналық қызметкерлері және инженер-техникалық жұмысшылар;  
      61) болат балқыту және ферроқорытпа өндірісі.  
      ЕПТ (№ 3 және 4 рациондары апта сайын алмастырып отыру керек) электр көмір заттар өндiрiсінде негiзгi технологиялық процеспен, жөндеу және жабдықтарға қызмет көрсетумен толық жұмыс күні айналысатын жұмысшылар мен шеберлерлерге беріледі.

      № 5 рацион (күнделікті норма граммен):

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Бидай наны | 100 | Ет (даяр күйінде) | 100 |
| Қара бидай наны | 100 | Балық (даяр күйінде) | 35 |
| Бидай ұны | 3 | Бауыр (даяр күйінде) | 25 |
| Жарма мен макарондар | 20 | Сары май | 17 |
| Картоп | 125 | Сүт (айран) | 200 |
| Көкөніс | 100 | Қаймақ | 10 |
| Томат-пюре | 2 | Сүзбе | 35 |
| Қант | 40 | Жұмыртқа | 1 |
| Өсімдік майы | 15 | Тұз | 5 |
| Шай | 0,5 |  |  |

      Химиялық құрамы мен қуаты: ақуыздар – 58 г., майлар – 53 г., көмірсулар – 172 г. Қуаты – 1438 ккал.  
      Рационға қосымша 150 мг. аскорбин қышқылы және 4 мг. тиамин беріледі.  
      Ескертпе: ЕПТ (№ 5 рацион) келесі өндірістерде негiзгi технологиялық процеспен, жөндеу және жабдықтарға қызмет көрсетумен толық жұмыс күні айналысатын жұмысшылар мен шеберлерге беріледі:  
      1) хлорлы барий өндiрiсі;  
      2) хром және марганец негізіндегі катализаторлар өндірісі;  
      3) жасанды марганец қос тотығының өндірісі;  
      4) қалайы органикалық қоспалар өндірісі;  
      5) экстралин өндiрiсі;  
      6) керосин пиролизы, пирогаз бөлу және тазарту өндірісі;  
      7) хлорлы этил, трихлорэтилен мен изопропил спирт өндірісі;  
      8) этилен тотығы және оның туындылары этилцеллозольва, хлорекс, этиленгликоль өндірісі;  
      9) ацетальдегид өндiрiсі;  
      10) синтетикалық, дивинилнитрил, полизопрен және полибутадиен каучук (СКБ, СКН, СКИ-3, СКД) өндірісі;  
      11) полиизобутилен өндiрiсі;  
      12) химиялық талшықтар өндiрiсі;  
      13) құрамында берилий бар тұздар және тұз-реактивтер өндірісі (азотқышқылды берилий, берилий тотығы, күкірттіқышқыл берилий, көмірқышқылды берилий, сіркеқышқылды берилий, хлорлы берилий, фторлы берилий фторлы аммония бериллаты);  
      14) марганец және тұздар -реактив өндірісі (көмірқышқылды марганец, асқын тотық, екітотық, азоттықышқыл, күкіртқышқылды);  
      15) үш фторлы бор мен оның негізіндегі өнімдер өндірісі;  
      16) гальваникалық элементтер және батареялер өндірісі марганец рудасын өңдеу және агломераттар дайындау.  
      Ескерту. 1-тармаққа өзгеріс енгізілді - ҚРҮкіметінің 2012.11.05 № 1401 (алғашқы ресми жарияланғанынан кейiн күнтiзбелiк он күн өткен соң қолданысқа енгiзiледi) Қаулысымен.  
      2. Азық-түліктің бір түрін екінші түрімен ауыстыруға осы Нормалардың 1-қосымшасына сәйкес азық-түлікті өзара алмастыру нормалары шегінде рұқсат етіледі.  
      3. ЕПТ таңертеңгі ыстық тамақ мәзірін тарату рациондар бойынша ЕПТ таңертеңгі ыстық тамақтың шамамен алты күндік мәзірін тарату осы Нормалардың 2-қосымшасына сәйкес жүргізіледі.  
      4. Әртүрлі санаттағы қызметкерлерге өндіріс сипаттамасына байланысты витаминдер беру тамақтану рационын витаминдермен байыту схемасы бойынша осы Норманың 3-қосымшасына сәйкес жүзеге асырылады.  
      А, В1, В2 витаминдері қара және түсті металлургия өндірістерінің (домна өндірісі, илемдеу және құбыр өндiрiсi) негiзгi технологиялық процесімен айналысатын жұмысшыларға беріледі.  
      В және С витаминдері темекі, шылым, сигарет, сигара, шегетін және иіскейтін махорка және темекіні ферментациялаумен (темекі-махорка өндірісі) тікелей айналысатын жұмысшылар мен мамандарға беріледі.  
      С және РР витаминдері нан пісіру өндірісі (жидіту агрегатының машинисі, нан пісіруші) жұмысшыларына беріледі.

Жұмыс берушінің қаражаты   
есебінен қызметкерлерге    
емдік-профилактикалық      
тағам беру нормаларына    
1-қосымша

**Емдік-профилактикалық тағамның**  
**таңертеңгі асын даярлау кезінде азық-түлікті**  
**өзара алмастыру нормалары**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Алмастырылатын азық-түліктің атаулары | Салмағы килограммен (брутто) | Алмастыруға болатын азық-түліктің атаулары | Баламалы салмағы килограммен (брутто) |
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| Ет (сиыр еті) | 1 | Кесілген шошқа еті | 1 |
| Ет (сиыр еті) | 1 | Арық қой еті | 1 |
| Ет (сиыр еті) | 1 | Жаңа ауланған балық | 1,5 |
| Ет (сиыр еті) | 1 | Балықтың жон еті | 0,75 |
| Жұмыртқа (қабықсыз) | 1 | Жұмыртқа үгіндісі | 0,278 |
| Қаймағы алынбаған сүт | 1 | Қантсыз қойыртылған пастерленген сүт | 0,45 |
| Қаймағы алынбаған сүт | 1 | Қаймағы алынбаған құрғақ сүт | 0,13 |
| Қаймағы алынбаған сүт | 1 | Айран | 1 |
| Қаймағы алынбаған сүт | 1 | Ацидофилин | 1 |
| Қаймағы алынбаған сүт | 1 | Қатық | 1 |
| Сүзбе (жаңа жасалған) | 1 | Кептірілген сүзбе | 0,35 |
| Сүзбе (жаңа жасалған) | 1 | Ірімшік (майл. 30%) | 0,5 |
| Сарымай | 1 | Еріткен май | 0,85 |
| Өсімдік майы | 1 | Өсімдік маргарины | 1 |
| Ірімшік | 1 | Сүзбе | 2 |
| Қаймақ | 1 | Сары май | 0,25 |
| Бұршақ | 1 | Қарақұмық жармасы | 1 |
| Әр түрлі жарма (қарақұмықтан басқа) | 1 | Әр түрлі жарма, бұршақта | 1 |
| Жаңа піскен картоп | 1 | Кептірілген картоп | 0,2 |
| Жаңа піскен көкөніс | 1 | Кептірілген көкөніс | 0,1 |
| Жаңа піскен жеміс, жидек | 1 | Жеміс шырындары | 1 |
| Жаңа піскен жеміс, жидек | 1 | Кептірілген жеміс | 0,25 |

Ескертпе: сиыр етін шошқаның, қойдың семіз еттерімен, құс етімен, тұздалған етпен, балықпен, май шабақпен және қақталған балықпен алмастыруға болмайды.

Жұмыс берушінің қаражаты    
есебінен қызметкерлерге     
емдік-профилактикалық тағам   
беру нормаларына      
2-қосымша

**№ 1 рацион бойынша емдік-профилактикалық тағамның таңертеңгі ыстық асының шамамен алты күндік таратылу мәзірі**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Мәзір | № таратып салу | Азық-түлік граммен | | | | | | | | | | |
| Қара бидай наны | Бидай наны | Бидай және картоп | Ұн, макарон, бұршақ | Картоп | Қырық қабат | Сәбіз | Қызылша | Пияз | Томат пюресі | Қант |
| **1-ші күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Қырыққа бат салаты | 48 |  |  |  |  |  | 264 |  |  |  |  | 3 |
| Қаймақтағы бауыр | 689 |  |  | 15 | 70 |  |  |  |  |  |  |  |
| Сүзбе пудингі | 490 |  |  | 4 | 10 |  |  |  |  |  |  | 20 |
| Жеміс |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Айран |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Нан, шай |  | 100 |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 10 |
| **2-ші күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Винегрет | 75 |  |  |  |  | 40 | 30 | 25 | 40 | 30 |  |  |
| Картоппен бірге піскен сиыр еті | 611/733 |  |  | 5 |  | 260 |  |  |  |  |  |  |
| Қырыққаба тпен бірге піскен омлет | 535 |  |  |  |  |  | 100 |  |  |  |  |  |
| Жеміс |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Айран |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Нан, шай |  | 100 |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 10 |
| **3-ші күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Көкөністен салат | 413 |  |  |  |  | 10 | 80 | 20 | 45 | 18 |  |  |
| Бұқтырылған ет гарнирмен | 626 |  |  | 10 |  |  | 240 |  |  | 27 | 15 |  |
| Ірімшік құймағы қаймақпен | 493 |  |  | 10 |  |  |  |  |  |  |  | 5 |
| Жеміс |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Айран |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Нан, шай |  | 100 |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 10 |
| **4-ші күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Қырыққабаттан салат | 40 |  |  |  |  |  | 264 |  |  |  |  | 3 |
| Картоппен бірге піскен балық | 558/773 |  |  | 4 |  | 260 |  |  |  | 36 |  |  |
| Шала піскен жұмыртқа |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Жеміс |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Айран |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Нан, шай |  | 100 |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 10 |
| **5-ші күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Маринадтал ған қызылша жасыл бұршақпен | 82 |  |  |  | 50 |  |  |  | 92 |  |  | 3 |
| Строгандық бауыр | 690 |  |  | 5 |  | 260 |  |  |  | 15 | 10 |  |
| Сүзбе сүтпен | 485 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 10 |
| Жеміс |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Айран |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Нан, шай |  | 100 |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 10 |
| **6-шы күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Винегрет | 76 |  |  |  |  | 60 | 30 | 25 | 40 |  |  |  |
| Тефтельмен вермишель | 726 |  |  | 13 | 70 |  |  |  |  | 29 | 17 |  |
| Ірімшікпен жұмыртқа ботқасы | 506 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Жеміс |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Айран |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Нан, шай |  | 100 |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 10 |
| 6 күнге жиыны |  | 600 |  | 60/6 | 150/60 | 960 | 900 | - | 475 | - | 72 | 104 |
| 1 күнге дөңгелекте лген |  | 100 |  | 10/1 | 25/10 | 160 | 150 | - | 90 | - | 12 | 17 |

кестенің жалғасы

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Азық-түлік граммен | | | | | | | | | | | | |
| Мәзір | Өсімдік майы | Мал майы | Қаймақ | Ірімшік | Сүзбе | Жұмыртқа | Сиыр еті | Балық | Бауыр | Сүт | Жеміс | Мүкжидек |
| **1-ші күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Қырыққа бат салаты | 11 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 7,5 |
| Қаймақтағы бауыр |  | 15 | 15 |  |  |  |  |  | 99 |  |  |  |
| Сүзбе пудингі |  | 10 | 5 |  | 90 | 0,25 шт |  |  |  |  |  | 15 |
| Жеміс |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 130 |  |
| Айран |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 200 |  |  |
| Нан, шай |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2-ші күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Винегрет | 5 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Картоппен бірге піскен сиыр еті |  | 20 |  |  |  |  | 164 |  |  | 100 |  |  |
| Қырыққаба тпен бірге піскен омлет |  |  |  |  |  | 1,5 шт |  |  |  | 50 |  |  |
| Жеміс |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 130 |  |
| Айран |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Нан, шай |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 200 |  |  |
| **3-ші күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Көкөністен салат |  |  | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Бұқтырылған ет гарнирмен |  | 20 |  |  |  |  | 69 |  |  |  |  |  |
| Ірімшік құймағы қаймақпен |  | 5 | 15 |  | 70 | 0,25 шт |  |  |  |  |  |  |
| Жеміс |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 130 |  |
| Айран |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 200 |  |  |
| Нан, шай |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **4-ші күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Қырыққабаттан салат | 11 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 7,5 |
| Картоппен бірге піскен балық | 10 | 5 |  |  |  |  |  | 120 |  | 50 |  |  |
| Шала піскен жұмыртқа |  |  |  |  |  | 1 шт |  |  |  |  |  |  |
| Жеміс |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 130 |  |
| Айран |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 200 |  |  |
| Нан, шай |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5-ші күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Маринадтал ған қызылша жасыл бұршақпен | 5 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Строгандық бауыр |  |  |  |  |  |  |  |  | 81 |  |  |  |
| Сүзбе сүтпен |  |  |  |  | 80 |  |  |  |  | 135 |  |  |
| Жеміс |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 130 |  |
| Айран |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 200 |  |  |
| Нан, шай |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6-ші күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Винегрет |  |  | 10 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Тефтельмен вермишель |  | 15 |  |  |  |  | 97 |  |  | 25 |  |  |
| Ірімшікпен жұмыртқа ботқасы |  | 5 |  | 60 |  | 1,5 шт |  |  |  | 60 |  |  |
| Жеміс |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Айран |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 200 |  |  |
| Нан, шай |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6 күнге жиыны | 42 | 120 | 70 | 60 | 240 | 4,5 шт | 430 | 120 | 180 | 1620 | 780 | 30 |
| 1 күнге дөңгелекте лген | 7 | 20 | 10 | 10 | 40 | 0,75 шт | 70 | 20 | 30 | 270 | 130 | 5 |

**№ 2 рацион бойынша емдік-профилактикалық тағамның таңертеңгі ыстық асының шамамен алты күндік таратылу мәзірі**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Мәзір | Тарат ылу мәзір і № | Азық-түлік граммен | | | | | | | | | | |
| Қара бида й наны | Бидай наны | Бидай ұны | Жарма және макарондар | Картоп | Қырық қабат | Сәбіз | Қызылша | Пияз | Томат пюресі | Қант |
| **1-ші күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Ірімшік, нан |  | 100 | 100 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Көкөніс салаты | 43 |  |  |  |  | 110 |  | 25 |  | 25 |  |  |
| Макарон мен бұқтырылған сиыр еті | 626 |  |  | 5 | 50 |  |  | 10 |  | 7 | 5 |  |
| Қанты бар шай |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 15 |
| Айран |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2-ші күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Ірімшік, нан |  | 100 | 100 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Қырыққабатты салат | 51 |  |  |  |  |  | 229 |  |  | 24 |  | 10 |
| Жұмыртқа және күрішпен антекрот | 662 |  |  |  | 50 |  |  |  |  |  |  |  |
| Қанты бар шай |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 15 |
| Айран |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 15 |
| **3-ші күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Ірімшік, нан |  | 100 | 100 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Винегрет | 76/2 |  |  |  |  | 55 | 86 | 25 | 38 | 37 |  | 5 |
| Қарақұмық ботқасымен шницель | 721/1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Қанты бар шай |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 15 |
| Айран |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 15 |
| **4-ші күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Ірімшік, нан |  | 100 | 100 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Маринадтағы балық | 123 |  |  | 5 |  |  |  | 63 |  |  |  |  |
| Вермишельмен бауыр | 688 |  |  | 8 | 50 |  |  |  |  | 38 | 5 | 3 |
| Қанты бар шай |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 15 |
| Айран |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5-ші күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Ірімшік, нан |  | 100 | 100 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Көкөністермен бұқтырылған картоп | 368/3 |  |  |  |  | 307 |  | 13 |  | 12 |  |  |
| Макаронмен ет | 698 |  |  |  | 50 |  |  |  |  | 29 |  |  |
| Қанты бар шай |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 15 |
| Айран |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6-шы күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Ірімшік, нан |  | 100 | 100 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Көкөністен рагу | 370 |  |  |  |  | 110 | 38 | 63 |  | 36 |  |  |
| Етпен құймақ | 708 |  |  | 75 |  |  |  |  |  |  |  | 5 |
| Қанты бар шай |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 15 |
| Айран |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 15 |
| 6 күнге жиыны |  | 600 | 600 | 93 | 250 | 582 |  | 859 |  |  | 10 | 203 |
| 1 күнге дөңгелектелген |  | 100 | 100 | 15 | 40 | 100 |  | 150 |  |  | 2 | 35 |

кестенің жалғасы

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Азық-түлік граммен | | | | | | | | | | | | |
| Мәзір | Өсімдік майы | Мал майы | Қаймақ | Ірімшік | Жұмыртқа | Сиыр еті | Балық | Бауыр | Қияр | Бұршақ | Шай | Айран |
| **1-ші күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Ірімшік, нан |  |  |  | 25 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Көкөніс салаты | 10 |  |  |  |  |  |  |  | 63 |  |  |  |
| Макарон мен бұқтырылған сиыр еті |  | 15 |  |  |  | 169 |  |  |  |  |  |  |
| Қанты бар шай |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 0,5 |  |
| Айран |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 200 |
| **2-ші күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Ірімшік, нан |  |  |  | 25 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Қырыққабатты салат | 10 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Жұмыртқа және күрішпен антекрот |  | 10 |  |  | 1 д. | 161 |  |  |  |  |  |  |
| Қанты бар шай |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 0,5 |  |
| Айран |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 200 |
| **3-ші күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Ірімшік, нан |  |  |  | 25 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Винегрет | 10 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Қарақұмық ботқасымен шницель |  |  |  |  |  | 151 |  |  |  |  |  |  |
| Қанты бар шай |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 0,5 |  |
| Айран |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 200 |
| **4-ші күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Ірімшік, нан |  |  |  | 25 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Маринадтағы балық |  |  |  |  |  |  | 156 |  |  |  |  |  |
| Вермишельмен бауыр | 15 | 15 |  |  |  |  |  | 133 |  |  |  |  |
| Қанты бар шай |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 0,5 |  |
| Айран |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 200 |
| **5-ші күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Ірімшік, нан |  |  |  | 25 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Көкөністермен бұқтырылған картоп | 15 | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Макаронмен ет |  | 25 |  |  | 0,25 д. | 161 |  |  |  |  |  |  |
| Қанты бар шай |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 0,5 |  |
| Айран |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 200 |
| **6-шы күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Ірімшік, нан |  |  |  | 25 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Көкөністен рагу | 10 |  |  |  |  |  |  |  |  | 53 |  |  |
| Етпен құймақ | 5 | 15 |  |  | 0,25 д. | 164 |  |  |  |  |  |  |
| Қанты бар шай |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 0,5 |  |
| Айран |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 200 |
| 6 күнге жиыны | 75 | 90 |  | 125 | 1,75 д. | 806 | 156 | 133 | 63 | 53 | 3 | 1200 |
| 1 күнге дөңгелектелген | 13 | 15 |  | 25 | 0,25 д. | 150 | 25 | 25 | 10 | 10 | 0,5 | 200 |

**№ 3 рацион бойынша емдік-профилактикалық**  
**тағамның таңертеңгі ыстық асының шамамен алты күндік**  
**таратылу мәзірі**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Мәзір | Таратылу мәзірі № | Азық-түлік граммен | | | | |
| Қара  нан | Нан | Печенье | Бидай ұны | Жарма макарондар |
| **1-ші күн** |  |  |  |  |  |  |
| Нан, май, консервілер |  | 100 | 100 |  |  |  |
| Макарон қосылып пісірілген сиыр еті | 611 |  |  |  | 5 | 60 |
| Қанты бар 2 стакан шай, печенье |  |  |  | 50 |  |  |
| **2-ші күн** |  |  |  |  |  |  |
| Нан, май, консервілер |  | 100 | 100 |  |  |  |
| Қарақұмық ботқасымен бауыр | 687 |  |  |  | 6 | 46 |
| Қанты бар 2 стакан шай, печенье |  |  |  | 50 |  |  |
| **3-ші күн** |  |  |  |  |  |  |
| Нан, май, консервілер |  | 100 | 100 |  |  |  |
| Тефтели күрішпен | 726 |  |  |  | 12 | 60 |
| Қанты бар 2 стакан шай, печенье |  |  |  | 50 |  |  |
| **4-ші күн** |  |  |  |  |  |  |
| Нан, май, консервілер |  | 100 | 100 |  |  |  |
| Қуырылған ет бұршақпен | 644 |  |  |  |  |  |
| Қанты бар 2 стакан шай, печенье |  |  |  | 50 |  |  |
| **5-ші күн** |  |  |  |  |  |  |
| Нан, май, консервілер |  | 100 | 100 |  |  |  |
| Тары ботқасы мен қуырынды | 665 |  |  |  |  | 60 |
| Қанты бар 2 стакан шай, печенье |  |  |  | 50 |  |  |
| **6-шы күн** |  |  |  |  |  |  |
| Нан, май, консервілер |  | 100 | 100 |  |  |  |
| Қарақұмық ботқасымен котлет | 718 |  |  |  |  | 46 |
| Қанты бар 2 стакан шай, печенье |  |  |  | 50 |  |  |
| 6 күнге жиыны |  | 600 | 600 | 300 | 23 | 272 |
| 1 күнге дөңгелектелген |  | 100 | 100 | 50 | 4 | 45 |

кестенің жалғасы

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Азық-түлік граммен | | | | | | | | | | |
| Мәзір | Пияз | Томат пюресі | Сәбіз | Бұршақ | Қант | Мал майы | Сиыр еті | Бауыр | Балық консервілер | Шай |
| **1-ші күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Нан, май, консервілер |  |  |  |  |  | 10 |  |  | 53 |  |
| Макарон қосылып пісірілген сиыр еті | 8 |  | 14 |  | 2,5 | 15 | 164 |  |  |  |
| Қанты бар 2 стакан шай, печенье |  |  |  |  | 30 |  |  |  |  | 1,5 |
| **2-ші күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Нан, май, консервілер |  |  |  |  |  | 10 |  |  | 53 |  |
| Қарақұмық ботқасымен бауыр |  |  |  |  |  | 15 |  | 133 |  |  |
| Қанты бар 2 стакан шай, печенье |  |  |  |  | 30 |  |  |  |  | 1,5 |
| **3-ші күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Нан, май, консервілер |  |  |  |  |  | 10 |  |  | 53 |  |
| Тефтели күрішпен | 40 | 5 | 10 |  | 2,5 | 15 | 154 |  |  |  |
| Қанты бар 2 стакан шай, печенье |  |  |  |  | 30 |  |  |  |  | 1,5 |
| **4-ші күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Нан, май, консервілер |  |  |  |  |  | 10 |  |  | 53 |  |
| Қуырылған ет бұршақпен |  |  |  | 200 |  | 15 | 155 |  |  |  |
| Қанты бар 2 стакан шай, печенье |  |  |  |  | 30 |  |  |  |  | 1,5 |
| **5-ші күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Нан, май, консервілер |  |  |  |  |  | 10 |  |  | 53 |  |
| Тары ботқасы мен қуырынды | 36 | 5 |  |  |  | 15 | 161 |  |  |  |
| Қанты бар 2 стакан шай, печенье |  |  |  |  | 30 |  |  |  |  | 1,5 |
| **6-шы күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Нан, май, консервілер |  |  |  |  |  | 10 |  |  | 53 |  |
| Нан, май, консервілер |  |  |  |  |  | 15 | 100 |  |  |  |
| Қарақұмық ботқасымен котлет |  |  |  |  | 30 |  |  |  |  | 1,5 |
| 6 күнге жиыны | 84 | 10 | 24 | 200 | 185 | 150 | 734 | 133 | 318 | 9 |
| 1 күнге дөңгелектелген | 15 | 2 | 6 | 35 | 32 | 25 | 130 | 25 | 130 | 1,5 |

**№ 4 рацион бойынша емдік-профилактикалық тағамының таңертеңгі ыстық асының шамамен алты күндік таратылу мәзірі**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Мәзір | Таратылу мәзірі № | Азық-түлік граммен | | | | | | | | |
| Қара нан | Нан | Бидай ұны | Жарма, макарон дар | Картоп | Қырық қабат | Сәбіз | Қызылша | Пияз |
| **1-ші күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Қаймақ қосылған сүзбе | 485/1/2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Қарақұмық ботқасымен бұқтырылған ет | 626/767 |  |  | 4 | 46 |  |  | 5 |  | 5 |
| Нан, май, шай |  | 100 | 100 |  |  |  |  |  |  |  |
| Айран |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2-ші күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Ірімшік қосылған вареник | 487 |  |  | 50 |  |  |  |  |  |  |
| Піскен ет қосылған картоп пісірмесі | 696 |  |  |  |  | 300 |  |  |  | 21 |
| Нан, май, шай |  | 100 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Айран |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **3-ші күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Ірімшіктен пісірілген пудинг | 491 |  |  |  | 10 |  |  |  |  |  |
| Піскен ет көкөніспен | 661/773 |  |  |  |  | 200 |  | 3 | 3 |  |
| Нан, май, шай |  | 100 | 100 |  |  |  |  |  |  |  |
| Айран |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **4-ші күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Ірімшік пісірмесі | 492 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Картоппен суға пісірілген немесе қыздырылып пісірілген балық | 576 |  |  |  |  | 200 |  |  |  |  |
| Нан, май, шай |  | 100 | 100 |  |  |  |  |  |  |  |
| Айран |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5-ші күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Ірімшік қаймақпен | 485/1/2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Макарон орамасы | 725 |  |  |  | 30 |  |  |  |  |  |
| Нан, май, шай |  | 100 | 100 |  |  |  |  |  |  |  |
| Айран |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6-шы күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Ірімшік құймағы | 493 |  |  | 23 |  |  |  |  |  |  |
| Картоппен қуырылған балық | 549 |  |  |  |  | 200 |  |  |  |  |
| Нан, май, шай |  | 100 | 100 |  |  |  |  |  |  |  |
| Айран |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6 күнге жиыны |  | 600 | 600 | 77 | 96 | 900 | - | 8 | - | 30 |
| 1 күнге дөңгелектелген |  | 100 | 100 | 15 | 15 | 15 | - | 1 | - | 6 |

кестенің жалғасы

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Азық-түлік граммен | | | | | | | | | | | |
| Мәзір | Томат пюресі | Қант | Өсімдік майы | Мал майы | Қаймақ | Сүзбе | Жұмыртқа | Сиыр еті | Балық | Шай | Айран |
| **1-ші күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Қаймақ қосылған сүзбе |  | 7,5 |  |  | 15 | 101 |  |  |  |  |  |
| Қарақұмық ботқасымен бұқтырылған ет | 12 |  | 5 | 5 |  |  |  | 112 |  |  |  |
| Нан, май, шай |  | 15 |  | 10 |  |  |  |  |  | 0,5 |  |
| Айран |  | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  | 200 |
| **2-ші күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Ірімшік қосылған вареник |  |  |  | 5 | 30 | 96 | 0,5 д. |  |  |  |  |
| Піскен ет қосылған картоп пісірмесі |  |  | 15 |  |  |  |  | 161 |  |  |  |
| Нан, май, шай |  | 15 | 10 |  |  |  |  |  |  | 0,5 |  |
| Айран |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 200 |
| **3-ші күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Ірімшіктен пісірілген пудинг |  | 15 |  | 10 |  | 91 | 0,5 д. |  |  |  |  |
| Піскен ет көкөніспен |  |  |  | 5 | 30 |  |  | 164 |  |  |  |
| Нан, май, шай |  | 15 |  | 10 |  |  |  |  |  | 0,5 |  |
| Айран |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 200 |
| **4-ші күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Ірімшік пісірмесі |  | 10 | 5 |  | 30 | 142 | 1/5 д. |  |  |  |  |
| Картоппен суға пісірілген немесе қыздырылып пісірілген балық |  |  | 8 | 5 |  |  |  |  | 151 |  |  |
| Нан, май, шай |  |  |  | 10 |  |  |  |  |  | 0,5 |  |
| Айран |  | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  | 200 |
| **5-ші күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Ірімшік қаймақпен |  | 7,5 |  |  | 15 | 101 |  |  |  |  |  |
| Макарон орамасы |  |  | 3 |  |  |  | 1/5 д. | 154 |  |  |  |
| Нан, май, шай |  | 15 |  | 10 |  |  |  |  |  | 0,5 |  |
| Айран |  | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  | 200 |
| **6-шы күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Ірімшік құймағы |  | 25 |  | 10 | 15 | 142 |  |  |  |  |  |
| Картоппен қуырылған балық |  |  | 5 | 5 |  |  |  |  | 151 |  |  |
| Нан, май, шай |  | 15 |  | 10 |  |  |  |  |  | 0,5 |  |
| Айран |  | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  | 200 |
| 6 күнге жиыны | 12 | 267 | 51 | 85 | 135 | 673 | 1,5 д. | 591 | 305 | 3 | 1200 |
| 1 күнге дөңгелектелген | 2 | 45 | 10 | 15 | 20 | 110 | 0,25 д. | 100 | 50 | 0,5 | 200 |

*Ескертпе:* Екінші тағамдар суға пісірілген немесе қыздырып пісірілген. Ет пен балық экстративтік заттарын шектеу.

**5 рацион бойынша емдік-профилактикалық тағамның таңертеңгі ыстық асының шамамен алты күндік таратылу мәзірі**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Мәзір | Таратылу мәзірі № | Азық-түлік граммен | | | | | | | | | | |
| Қара бида й наны | Бидай наны | Бидай ұны | Жарма және мака-рондар | Картоп | Қырық қабат | Сәбіз | Қызылша | Пияз | Томат пюресі | Қант |
| **1-ші күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Жұмыртқа қосылған жазғы салат | 43 |  |  |  |  | 110 |  | 25 |  | 25 |  |  |
| Қарақұмық ботқасым ен ромштекс | 640/766 |  |  |  | 47 |  |  |  |  |  |  |  |
| Нан, шай |  | 100 | 100 |  |  |  |  |  |  |  |  | 15 |
| Айран |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 15 |
| **2-ші күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Ірімшіктен жасалған пудингпен жұмыртқа | 490 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 20 |
| Қуырылған картоп пен гуляш | 663 |  |  | 5 |  | 300 |  |  |  | 25 | 5 |  |
| Нан, шай |  | 100 | 100 |  |  |  |  |  |  |  |  | 15 |
| Айран |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 15 |
| **3-ші күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Қырыққабаттан салат | 43 |  |  |  |  |  | 175 |  |  | 25 |  | 20 |
| Күріш пен жұмыртқа қосылған бифштекс | 650 |  |  |  | 35 |  |  |  |  |  |  |  |
| Нан, шай |  | 100 | 100 |  |  |  |  |  |  |  |  | 15 |
| Айран |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 15 |
| **4-ші күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Қаймақ қосылған ірімшік | 485 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 20 |
| Піскен жұмыртқа |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Қуырылған балық картоппен | 563 |  |  | 6 |  | 200 |  |  |  |  | 5 |  |
| Нан, шай |  | 100 | 100 |  |  |  |  |  |  |  |  | 15 |
| Айран |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 15 |
| **5-ші күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Винегрет | 76 |  |  |  |  | 86 | 25 | 38 | 37 |  |  |  |
| Жұмыртқа және картоп орамасы | 725/83 |  |  |  |  | 150 |  |  |  |  |  |  |
| Нан, шай |  | 100 | 100 |  |  |  |  |  |  |  |  | 15 |
| Айран |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 15 |
| **6-шы күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Пиязбен омлет | 525 |  |  |  |  |  |  |  |  | 15 |  |  |
| Макаронмен пияз қосылған бауыр | 690/1 |  |  |  | 40 |  |  |  |  | 60 |  |  |
| Нан, шай |  | 100 | 100 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Айран |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 15 |
| 6 күнге жиыны |  | 600 | 600 | 19 | 122 | 760 | 261 | 50 | 38 | 187 | 10 | 240 |
| 1 күнге дөңгелектелген |  | 100 | 100 | 3 | 20 | 125 |  |  | 100 |  | 3 | 40 |

кестенің жалғасы

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Азық-түлік граммен | | | | | | | | | | | | |
| Мәзір | Өсімдік майы | Мал майы | Қаймақ | Сүзбе | Жұмыртқа | Сиыр еті | Балық | Бауыр | Қияр | Бұршақ | Шай | Айран |
| **1-ші күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Жұмыртқа қосылған жазғы салат | 15 |  |  |  | 1 д. |  |  |  | 63 |  |  |  |
| Қарақұмық ботқасым ен ромштекс |  | 15 |  |  | 0,25 д. | 157 |  |  |  |  |  |  |
| Нан, шай |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 0,5 |  |
| Айран |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 200 |
| **2-ші күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Ірімшіктен жасалған пудингпен жұмыртқа |  | 10 | 20 | 101 | 0,75 д. |  |  |  |  |  |  |  |
| Қуырылған картоп пен гуляш | 7 |  |  |  |  | 161 |  |  |  |  |  |  |
| Нан, шай |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 0,5 |  |
| Айран |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 200 |
| **3-ші күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Қырыққабаттан салат | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Күріш пен жұмыртқа қосылған бифштекс |  | 10 |  |  | 1 д. | 161 |  |  |  |  |  |  |
| Нан, шай |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 0,5 |  |
| Айран |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 200 |
| **4-ші күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Қаймақ қосылған ірімшік |  |  | 25 | 101 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Піскен жұмыртқа |  |  |  |  | 1 д. |  |  |  |  |  |  |  |
| Қуырылған балық картоппен | 15 | 15 |  |  |  |  | 216 |  |  |  |  |  |
| Нан, шай |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 0,5 |  |
| Айран |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 200 |
| **5-ші күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Винегрет | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Жұмыртқа және картоп орамасы |  | 15 |  |  | 1 д. | 154 |  |  |  |  |  |  |
| Нан, шай |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 0,5 |  |
| Айран |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 200 |
| **6-шы күн** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Пиязбен омлет |  | 10 |  |  | 1 д. |  |  |  |  |  |  |  |
| Макаронмен пияз қосылған бауыр | 15 | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Нан, шай |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 0,5 |  |
| Айран |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 200 |
| 6 күнге жиыны | 90 | 107 | 60 |  | 6 д. | 633 | 216 | 133 | 63 | - | 3 | 1200 |
| 1 күнге дөңгелектелген | 15 | 17 | 10 |  | 1 д. | 100 | 35 | 25 | 10 | - | 0,3 | 200 |

Жұмыс берушінің қаражаты   
есебінен қызметкерлерге    
емдік-профилактикалық      
тағам беру нормаларына     
3-қосымша

**Өндірiс сипаттамасына байланысты**  
**витаминдер беру**

      Витаминдерді беру емдік-профилактикалық тағам түрлерiнiң бiрi болып табылады. Қара және түсті металлургиядағы ыстық цехтардағы жұмысшылар үшiн, сондай-ақ тамақ өнеркәсiбi өндiрiсiнде – нан пiсiру, табак-махорка өндiрiсiнде осы Тiзбеге сәйкес витаминдер беру көзделген:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Қызметкерлер санаты | Витаминдер атауы | Күндік мөлшері, мг. |
| 1 | 2 | 3 |
| 1. Қоршаған ортаның жоғарғы температурасының және қарқынды жылу сәулелерiнiң әсерiне ұшырайтын қызметкерлер:  1) қара және түсті металлургия ұйымдарының домналық болат балқытатын, ферробалқыту, илемдеу және құбыр илемдеу, түсті және сирек кездесетін металдар құю өндiрiсiнде тiкелей айналысатын | Ретинол А  Тиамин В1  Рибофлавин В2 | 2  3  3 |
| 2) жидiту агрегаттарының машинистерi және нан пiсiру өндiрiсiндегi наубайшы | Аскорбин қышқылы-С  Никотин  қышқылы | 150  20 |
| 2. Никотині бар шаң әсерiндегi табак-махорка және никотин өндiрiсiнде жұмыс iстейтiн қызметкерлер | Тиамин-В1 Аскорбин қышқылы-С | 2  150 |

**Тамақтану рационын витаминдермен байыту схемасы**

      Тамақтану рационы витаминдерді тағамдарға тiкелей қосу (кристалл түрiнде немесе майлы ерiтiнді-ретинол, токоферол) жолымен немесе 1-2 поливитамин дражесiн беру жолымен байытылады.  
      Витамин ерiтiндiсi күн сайын, судың немесе тағамның белгiлi бiр көлемiнде қажет мөлшерi болатындай етіп дайындалады.  
      Витаминдердiң су ерiтiндiлерi сақтауға келмейдi.  
      Витаминдер ерiтiндiсiн дайындауды жеңiлдету үшiн мына кестені пайдалану керек:

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Адам  саны | Сұйықтық мөлшерi, мл. | Витамин С, дозасы: | | Витамин В1 | Витамин В2 |
| 100 мг. | 150 мг. |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 1 | 4 | 100 | 150 | 3 | 15 |
| 5 | 20 | 500 | 750 | 15 | 75 |
| 10 | 40 | 1000 | 1500 | 30 | 150 |
| 50 | 200 | 5000 | 7500 | 150 | 750 |

      Емдік-профилактикалық тағамның таңертеңгi ыстық асын алатындарға витаминді ерiтiндiні шайына немесе кофесiне 1 шай қасықтан қосады.  
      Тек қана витаминдер берiлетiн жағдайларда оларды бiрiншi не үшіншi тағамдарға қосады.  
      Витаминдерді жоғары температураның бұзуын болдырмау үшiн оларды қайнап тұрған сорпаға, борщқа және т.б. салуға болмайды. Витаминдендіруді тағамдарды тарату кезiнде жүргiзедi.  
      А витаминін майға ерiтедi және 1 адамға 2 мг. есебiмен бiрiншi, екiншi тағамдарға қосады (немесе 6600 и.е. артық).  
      А витаминінің әдеттегi майлы концентратында 1 мл. 100000 и.е. (15 адамға қажет мөлшерде) бар. Бiр адамға мөлшерi - осы концентраттың екi тамшысы.  
      Е витаминін мал майына ерiтедi, екiншi тағамдардың тұздығына қосады. Е витаминін қосу (дәрiханадағы препараттың 5%-ы май ерiтiндiсiнiң 1 тамшысында 1 мг. бар) мына схемамен жасалады:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Адам  саны | Мал майының мөлшерi мг. | Құрамындағы Е витамині, мг. | Е витаминінің 5% май ерiтiндiсiнiң көлемi |
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| 1 | 5 | 10 | 10 тамшы |
| 5 | 25 | 50 | 50 тамшы |
| 10 | 50 | 100 | 1 шай қасық |
| 50 | 250 | 500 | 5 шай қасық |
| 100 | 500 | 1000 | 10 шай қасық |

© 2012. Қазақстан Республикасы Әділет министрлігінің «Қазақстан Республикасының Заңнама және құқықтық ақпарат институты» ШЖҚ РМК