

**Жұмыскерлерге сүт немесе оған теңестірілген тамақ өнімдерін және (немесе) диеталық (емдік және профилактикалық) тамақтануға арналған арнайы өнімдер беру нормаларын бекіту туралы**

Қазақстан Республикасы Денсаулық сақтау және әлеуметтік даму министрінің 2015 жылғы 28 желтоқсандағы № 1056 бұйрығы. Қазақстан Республикасының Әділет министрлігінде 2015 жылы 31 желтоқсанда № 12709 болып тіркелді.

      РҚАО-ның ескертпесі!

      Бұйрық 01.01.2016 ж. бастап қолданысқа енгізіледі

      Ескерту. Бұйрықтың тақырыбы жаңа редакцияда – ҚР Еңбек және халықты әлеуметтік қорғау министрінің 28.08.2020 № 346 (алғашқы ресми жарияланған күнінен кейін күнтізбелік он күн өткен соң қолданысқа енгізіледі) бұйрығымен.

      Қазақстан Республикасының 2015 жылғы 23 қарашадағы Еңбек кодексінің 16-бабы 34) тармақшасына сәйкес **БҰЙЫРАМЫН:**

      1. Мыналар:

      1) осы бұйрыққа 1-қосымшаға сәйкес Жұмыскерлерге сүт немесе оған теңестірілген тамақ өнімдерін беру нормалары;

      2) осы бұйрыққа 2-қосымшаға сәйкес Диеталық (емдік және профилактикалық) тамақтануға арналған арнайы өнімдер беру нормалары бекітілсін.

      Ескерту. 1-тармақ жаңа редакцияда – ҚР Еңбек және халықты әлеуметтік қорғау министрінің 28.08.2020 № 346 (алғашқы ресми жарияланған күнінен кейін күнтізбелік он күн өткен соң қолданысқа енгізіледі) бұйрығымен.

      2. Қазақстан Республикасы Денсаулық сақтау және әлеуметтік даму министрлігінің Еңбек және әлеуметтік әріптестік департаменті заңнамада белгіленген тәртіппен:

      1) осы бұйрықты Қазақстан Республикасы Әділет министрлігінде мемлекеттік тіркеуді;

      2) осы бұйрық Қазақстан Республикасы Әділет министрлігінде мемлекеттік тіркелгеннен кейін күнтізбелік он күн ішінде оны мерзімді баспа басылымдарында және "Әділет" ақпараттық-құқықтық жүйесінде ресми жариялауға жіберуді;

      3) осы бұйрықты Қазақстан Республикасы Денсаулық сақтау және әлеуметтік даму министрлігінің интернет-ресурсында орналастыруды;

      4) осы бұйрық Қазақстан Республикасы Әділет министрлігінде мемлекеттік тіркелгеннен кейін он жұмыс күні ішінде Қазақстан Республикасы Денсаулық сақтау және әлеуметтік даму министрлігі Заң қызметі департаментіне осы тармақтың 1), 2) және 3) тармақшаларында көзделген іс-шаралардың орындалуы туралы мәліметтерді ұсынуды қамтамасыз етсін.

      3. Осы бұйрықтың орындалуын бақылау Қазақстан Республикасының Денсаулық сақтау және әлеуметтік даму вице-министрi Б.Б. Нұрымбетовке жүктелсiн.

      4. Осы бұйрық 2016 жылғы 1 қаңтардан бастап қолданысқа енгізіледі және ресми жариялануға тиіс.

|  |  |
| --- | --- |
|
*Қазақстан Республикасының**Денсаулық сақтау және**әлеуметтік даму министрі*
 |
*Т. Дүйсенова*
 |

      КЕЛІСІЛДІ

      Қазақстан Республикасының

      Қаржы министрі

      \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Б. Сұлтанов

      20\_\_ жылғы "\_\_\_" \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |
| --- | --- |
|   | Қазақстан РеспубликасыДенсаулық сақтау жәнеәлеуметтiк даму министрiнiң2015 жылғы 28 желтоқсандағы№ 1056 бұйрығына1-қосымша |

 **Жұмыскерлерге сүт беру нормасы**

      Ескерту. Норма жаңа редакцияда – ҚР Еңбек және халықты әлеуметтік қорғау министрінің 30.06.2017 № 186 (алғашқы ресми жарияланған күнінен кейін күнтізбелік он күн өткен соң қолданысқа енгізіледі) бұйрығымен

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|
Р/с№ |
Ауысымдағы ішетін сүтті беру нормасы |
Ішетін сүт бір ауысымға майлылығы 3,2 % дейін 0,5 литрден төмендегідей химиялық заттарды өндіру немесе қолдануға байланысты жұмыстарда жұмыскердің нақты жұмыс iстеген күндерінде оның ұзақтығына қарамастан беріледі: |
|
1. |
0,5 литр |
Алифатикалық және алициклдiк көмiрсутектер (қаныққан және қанықпаған):
1) метанға жататын көмiрсутектер: бутан, изобутан, пентан, изопентан, гексан, октан, изооктан, нонан;
2) этиленге жататын көмiрсутектер: бутилендер, амилендер, изобутилендер;
3) циклдiк шексiз көмiрсутектер: циклопентадиен, цициклопентадиен, марганецтiң циклопентадиенилтрикарбонилi;
4) бiр-көп ядролық хош иiстi көмiрсутектер: бензол, ксилол, толуол, этилбензол, кумол (диизотропиленбензол), ксилолдар, стиролдар, дефенил, нафталин және олардың туындылары. |
|
2. |
0,5 литр |
Майлылар қатарына жататын галоген туынды көмiрсутектер:
1) фтортуындылар: фторэтилен, дифторэтилен, трифторэтилен, тетрафторэтилен, трифторпропилен, дифторэтан, декафторбутан;
2) хлортуындылар: хлорлы метил, хлорлы метилен, хлороформ, төртхлорлы көміртегі, хлорлы этил, дихлорэтан, трихлорэтан, тетрахлорэтан, трихлорпропан, титрахлорпентан, хлорлы винил, дихлорэтилен, трихлорэтилен, тетрахлорэтилен, гексахлорциклопентадиен, аллодан, хлоропрен, хлорлы аллил, хлорлы бутилен, гексахлорбутадиен және осы топтағы басқалары;
3) бромтуындылар: бромды метилен, бромды метил, бромды этил, дибромэтан, тетрапромэтан, дибромпропан, бромоформ және басқалары;
4) йодты туындылар: йодты метил, йодоформ, йодты этил және басқалары;
5) аралас галогентуындылар: дифторхлорметан, фтордихлорметан және басқалары. |
|
3. |
0,5 литр |
Хош иiстi көмiрсутектерге жататын галогентуындылар:
 хлорбензол, дихлорбензон, трихлорбензон, тетрахлорбензол, гексахлорбензол, хлорлы бензил, бензотрихлорид, хлорстирол, бромбензол, бромды бензил және басқа да осы топқа жататын галогентуындылар. |
|
4. |
0,5 литр |
Бiр циклді көп ядролық көмiрсутегінiң хлортуындылары: хлорланған дифенилдер, дифенилдiң хлор қышқылы, хлориндан, хлорнафталиндер, гептахлор, ДДТ, гексахлорциклогексан, полихлорпинен, полихлоркамфен, хлортен, симазин, артазин. |
|
5. |
0,5 литр |
Спирттер:
1) майлы қатарға жататын шектi және шексiз гликолдар және спирттер: метилдi спирт, аллилдi, кротонилдi және басқалары;
2) майлы қатарға жататын спирттердің галоген туындылары: октафторамилдi, тетрафторпропилдi спирт және басқалары;
3) алициклдi және хош иiстi қатардағы спирттер: бензилдi спирт, циклогексенол және басқалары. |
|
6. |
0,5 литр |
Фенолдар: фенол, хлорфенолдар, пентахлорфенол, крезолдар, гидрохинон, натрийдiң пентахлорфенолы және басқалары. |
|
7. |
0,5 литр |
Алициклдiк пен алифатикалық қатардағы эфирлер және олардың галогентуындылары: диметилдi, диэтилдi, диизопропилдi, дибутилдi, винилбутилдi, дивинилдi, монохлордиметилдi, дихлордиэтилдi, тетрахлордиэтилдi, этиленгликолді, пропиленгликолдi, глицириндi, полигликолдi эфирлер. |
|
8. |
0,5 литр |
Фенолдардың эфирлері: гваякол, гидрохинонның монобензилдi эфирi, динил және осы топқа жататын басқалары. |
|
9. |
0,5 литр |
Органикалық тотықтар және асқын тотықтар: этиленнiң, пропиленнiң, эпихлоргидриннiң тотықтары, изопропилбензолдың гидро асқын тотығы, бензоилдiң асқын тотығы, метилэтилкетонның, циклогексанонның асқын тотықтары және осы топтағы қалған қосылыстардың өкiлдерi. |
|
10. |
0,5 литр |
Тиоспирттер, тиофенолдар және тиоэфирлер: метил және этилмеркаптандар, трихлортиофенол және пентахлортиофенол; 2,4-Д, трихлорфеноксисірке қышқылы тұздары. |
|
11. |
0,5 литр |
Қаныққан және қанықпаған альдегидтер және кетондар: ацетальдегид, формальдегид, бензальдегид, акролеин, ацетон, бромацетон, хлорацетон, пентахлорацетон, гексахлорацетон, хлорацетофенон және осы қатарға жататын басқалары. |
|
12. |
0,5 литр |
Органикалық қышқылдар, олардың ангидридтерi, амидтерi және галогенангидридтерi: малеиндi, фталдi ангидрид, қышқылдар: құмырсқа, сiрке, пропион және олардың ангидридтерi, нафтендi қышқылдар, хлорлы бензоил, хлорфеноксисiрке қышқылы, карбамин қышқылының қоспалары, тиодитиокарбаминдi қышқылдар, диметилформамид және осы топтағы басқалары, сондай-ақ диазоқоспалар, диазокетондар және диазоэфирлер. |
|
13. |
0,5 литр |
Күрделі эфирлер: азотталған, азотты, күкiртті, хлорсульфонды, құмырсқа, сiрке, пропионды, акрил, мелакрил қышқылдарының эфирлері және олардың галогентуындылары. |
|
14. |
0,5 литр |
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 қалған фосфорорганикалық улы химикаттар. |
|
15. |
0,5 литр |
Майлы полиметилен қатарына жататын нитро- және амино- қосылыстар 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. |
0,5 литр |
Хош иісті қатарға жататын нитро- және аминоқосылыстар және олардың туындылары: нитробензолдар, нитротолуолы, нитроксилол, динок, диносеб, нитронафталиндер, нитрохлорбензолдар, нитрофенолдар, нитро және аминоанизоанилин, ацетонанилин, хлоранимен, фенилендиаминдер, бензидин, парокфтидин. |
|
17. |
0,5 литр |
Бензохинондар, нафтахинон, антрахинон, бензатрен, парабензохинон және дихлорнафтахинон. |
|
18. |
0,5 литр |
Органикалық бояғыштар: антрахинонды, нитро және нитрозо- бояғыштар, азобояғыштар, азиндi, 2-метилфуран (силван). |
|
19. |
0,5 литр |
Гетероциклдi қосылыстар: фуран, тетрагидрофуран, фурфурол, тиофен, индол, теридин, пиразалан, пурин, пиридиндi және пуриндi негiздер, пиколиндер, никонин қышқылы, диоксандар, пиперидин, морфолин, гексоген, барбитураттар, олардың және препараттар шығарудағы басқаларының жартылай өнiмдерi. |
|
20. |
0,5 литр |
Алколоид, атропин, кокаин, опий, морфин, кадеин, стрихнин, сальсолин, омнопок, никотин, анатазин және осы дәрі-дәрмектерді шығарудағы басқалары, сондай-ақ құрамында жоғарыда көрсетiлген алколоидтар бар шикiзат пен дайын өнiмдер (темекi-махорка, сигар және сигарет өндiрiсi, темекi ферментi). |
|
21. |
0,5 литр |
Борсутектiлер. |
|
22. |
0,5 литр |
Галогендер және галогентуындылар: фтор, хлор, бром, йод, хлорлы, бромды, фторлы сутегi, плавиктi, кремний фторлы сутегi қышқылдары, фтор тотығы, хлордың тотығы және екi есе тотығы, хлордың троифторидi, хлорлы йод, көмiрсутегiнiң хлорлы тотығы (фосген). |
|
23. |
0,5 литр |
Күкiрт қосылыстары: күкiрт сутегi, күкiрт көмiртегi, хлорлы ульфон қышқылы, күкiрттiң хлорангидридтерi, күкiрттi және күкiрт ангидридтерi. |
|
24. |
0,5 литр |
Селен және оның қосылыстары: селендi ангидрид, селендi қышқыл, олардың тұздары, селеннiң хлорлы тотығы, селеннiң органикалық қосылыстары. |
|
25. |
0,5 литр |
Теллур және оның қосылыстары. |
|
26. |
0,5 литр |
Азот қосылыстары: гидразин және оның туындылары, азоттың тотығы, азот қышқылы, натрийдiң азидi, аммиак, натрийдiң нитритi, хлорлы азот, хлорлы нитрозил, гидроксиламин. |
|
27. |
0,5 литр |
Сары (ақ) фосфор және оның қосылыстары: фосфорлы ангидрид, фосфорлы қышқыл және оның тұздары. |
|
28. |
0,5 литр |
Мышьяк және оның қосылыстары: мышьякты және мышьяктың ангидридтерi, кальцийдiң арсенитi, кальцийдің арсенаты, натрийдiң арсенитi, париждік көкшөп, осароол иприт. |
|
29. |
0,5 литр |
Сурма және оның қосылыстары: сурьмалы және сурьманың ангидридтерi, сурьмалы сутегi, сурманың хлоридтері. |
|
30. |
0,5 литр |
Цианидтер: цианидті сутегi, натрий мен калийдiң цианидтерi, дициан, хлорциан, бромциан, кальцийдiң цианамидi, цианурхлорид, цианды бензил. |
|
31. |
0,5 литр |
Нитролдар: ацетонитрол, ацетонциангидрид, акрилонитрил, этиленциангидрин, бензонитрил және басқалары. |
|
32. |
0,5 литр |
Изоцианаттар, фенилизоцианат, гексаметилендиизоцианат, толуилендиизоцианат және басқалары. |
|
33. |
0,5 литр |
10% жоғары кремнийдiң еркiн кристалды екi тотығы бар аэрозоль түрiндегi кремний қосылыстары. |
|
34. |
0,5 литр |
Сынап және оның органикалық емес және органикалық қосылыстары: металды сынап, сынаптың цианидi, сынаптың нитраты, шытырлауық сынап, диметил сынабы, этилмеркурхлорид, этилмеркурфосфат, диэтил сынабы, хлор фенол сынабы, меркурацетат, меркуран және сынаптың басқа қоспалары. |
|
35. |
0,5 литр |
Марганец және оның қоспалары: марганецтiң тотықтары, сульфат, марганецтiң хлориді, оның қалған қоспаларының аэрозольдары. |
|
36. |
0,5 литр |
Бериллий және оның қоспалары: бериллий тотығы, бериллий тотығының гидраты, бериллийдiң карбиді, бериллийдің сульфаты, бериллийдің хлоридi, бериллийдің фтор тотығы және қалған бериллий қоспаларының аэрозольдары. |
|
37. |
0,5 литр |
Таллий және оның қоспалары: таллийдiң хлоридi, таллийдiң сульфаты, таллийдiң ацетаты, таллийдiң нитраты, таллийдiң карбонаты және басқалары. |
|
38. |
0,5 литр |
Титан және оның қоспалары. |
|
39. |
0,5 литр |
Ванадий және оның қоспалары: үш тотықты, бес тотықты ванадий, аммонийдiң, натрийдiң және кальцийдiң ванадаттары, ванадийдiң хлоридтерi. |
|
40. |
0,5 литр |
Хром және оның қоспалары: үш тотықты хром, хромның тотығы, хромдық кварцылар, натрийдiң бихроматы және басқалары. |
|
41. |
0,5 литр |
молибден және оның қоспалары: үш тотықты молибден, аммоний молибденi. |
|
42. |
0,5 литр |
Никель және оның қоспалары: никельдiң шала тотығы, никель тотығы, шала тотықты никельдiң гидраты. |
|
43. |
0,5 литр |
Метанол. |
|
44. |
0,5 литр |
Қалайы органикалық, бор органикалық және кремний органикалық қоспалар. |
|
45. |
0,5 литр |
Қорғасын және оның қоспалары. |
|
46. |
0,5 литр |
Металдардың: никель, кобальт, марганецтің карбонилдерi. |
|
47. |
0,5 литр |
Литий, цезий, рубидий, қалған қышқылды жер элементтерi және олардың қоспалары. |
|
48. |
0,5 литр |
Жерде сирек кездесетiн элементтер (лантанидтер) және олардың қоспалары. |
|
49. |
0,5 литр |
Кадмий оксидтерi және оның басқа да қоспалары. |
|
50. |
0,5 литр |
Антибиотиктер: биомицин, тетрацкилин, синтомицин, левомицетин және басқалары. |
|
51. |
0,5 литр |
Микробиологиялық тектiлердiң компоненттерi: бактериялық токсиндер, микротоксиндер, бiр жасушалы балдырлардың токсиндері және басқалары. |
|
52. |
0,5 литр |
Қатты әсер ететiн А және Б тiзiмiндегі улы заттарды өндiрген кездегі аэрозольдар. |
|
53. |
0,5 литр |
Өндірістегі күлдің барлық түрi. |
|
54. |
0,5 литр |
Пестицидтер. |
|
55. |
0,5 литр |
Темір рудасын және оны байытушыларды, кокс, көмір қышқылы, әк және оны күйдіру, кокстау және жартылай кокстауды өндіру. |
|
56. |
0,5 литр |
Димитил сульфид, қаныққан моноэтаноламин, N-метиланилин, дихлорэтан, метил үшбутилді эфир (МҮБЭ), 1-агидол, мұнай тобы және мұнай өңдеу өнімдері. |

      Ескертпе: Ішетін сүт – сүт майлылығының массалық үлесі кемінде 10 % болатын, термиялық өңдеуге, кем дегенде пастерлеуге түскен, құрғақ сүт өнімдері және су қосылмаған, тұтынушылық ыдысқа бөлшектеп салынған сүт өнімі – сұйытылмаған, майсыздандырылған, қалпына келтірілген, байытылған сүт.

 **Жұмыскерлерге теңестірілген тамақ өнімдерін беру нормалары**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|
Р/с№ |
Ауысымға беру нормасы |
Азық-түлік өнімінің атауы |
|
1 |
500 грамм |
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 |
|
2 |
100 грамм |
Майлылығы 9 % - дан аспайтын сүзбе |
|
3 |
60 грамм |
Майлылығы 24 % - дан аспайтын ірімшік |

      Ескертпе: "Сүт және сүт өнімінің қауіпсіздігі туралы" Кеден одағының техникалық регламентінің (033/2013 КО ТР 2013 жылғы 9 қазандағы № 67 Еуразиялық экономикалық комиссиясы Кеңесінің шешімін қабылдау) талаптарына сәйкес мынадай ұғымдар мен олардың анықтамалары белгіленген:

      1) ацидофилин – ұйытатын микроорганизмдердің (ацидофилді ашыған сүт таяқшаларын, айран саңырауқұлақтарында дайындалған лактококтар мен ашытқыларды) тең ара қатынасында пайдалана отырып өндірілген ашыған сүт өнімі;

      2) йогурт – ұйытатын микроорганизмдерді (термофилдік ашыған сүт стрептококтарын және болгар ашыған сүт таяқшаларын) пайдалана отырып өндірілген сүттің құрғақ майсыздандырылған заттарының құрамы жоғары ашыған сүт өнімі;

      3) қатық – ұйытатын микроорганизмдерді (лактококтарды және (немесе) термофилдік ашыған сүт стрептококтарын) пайдалана отырып өндірілген ашыған сүт өнімі;

      4) майлы айран – болгар ашыған сүт таяқшалары қосылған немесе қосылмаған ұйытатын микроорганизмдерді (термофилдік ашыған сүт стрептококтарын) пайдалана отырып, сүт өнімдерін қосу арқылы немесе қосусыз ашыту жолымен өндірілген ашыған сүт өнімі;

      5) сүзбе – ұйытатын микроорганизмдерді (лактококтарды және (немесе) лактококтар мен термофилдік ашыған сүт стрептококтарының қоспасын) және сүт ақуызының қышқылды немесе қышқыл-мәйекті коагуляциясы әдістерін пайдалана отырып өндірілген және сүт өнімдерін қалпына келтіру мақсатында өзін-өзі престеу және (немесе) престеу және (немесе) сепараттау (центрифугалау) және (немесе) сүттің құрамдас бөліктерін қосу арқылы немесе қосусыз ультрасүзгілеу жолымен кейіннен сарысуды жоя отырып өндірілген ашыған сүт өнімі;

      6) тұщы айран – ашыған сүт микроорганизмдерінің және ашытқылардың таза дақылдарын қосусыз айран саңырауқұлақтарында дайындалған ұйытқыны пайдалана отырып аралас ашыту (ашыған сүт және спирттік) жолымен өндірілген ашыған сүт өнімі;

      7) ірімшік – сүттің құрамдас бөліктерін ауыстыру мақсатында емес енгізілетін сүт емес компоненттерді қосу арқылы немесе қосусыз кейіннен ірімшік массасын сарысудан бөле, оны қалыптастыра, престей отырып, тұздау немесе тұздаусыз, пісіру немесе пісірусіз сүт ашыту ферменттерінің көмегімен сүт ақуызының коагуляциясын қамтамасыз ететін арнайы ашытқыларды, технологияларды пайдалану арқылы немесе пайдаланусыз немесе қышқыл немесе термоқышқыл тәсілімен сүттен, сүт өнімдерінен және (немесе) сүтті өңдеудің қосалқы өнімдерінен жасалған сүт өнімі немесе сүт құрамдас өнім.

|  |  |
| --- | --- |
|   |  Қазақстан РеспубликасыДенсаулық сақтау жәнеәлеуметтiк даму министрiнiң2015 жылғы 28 желтоқсандағы№ 1056 бұйрығына2-қосымша |

 **Диеталық (емдік және профилактикалық) тамақтануға арналған арнайы өнімдер беру нормалары**

      Ескерту. 2-қосымшаның тақырыбы жаңа редакцияда – ҚР Еңбек және халықты әлеуметтік қорғау министрінің 28.08.2020 № 346 (алғашқы ресми жарияланған күнінен кейін күнтізбелік он күн өткен соң қолданысқа енгізіледі) бұйрығымен.

      1. Диеталық (емдік және профилактикалық) тамақтануға арналған арнайы өнімдер (бұдан әрі – ЕПТ) жұмыскерлерге зиянды еңбек жағдайларына байланысты ЕПТ-ның бес рационына сәйкес жұмыс басталар алдында таңертеңгі ыстық ас түрінде және түскі асқа үзілісте 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 қуаттылығы: ақуыздар – 59 грамм (бұдан әрі – г.), майлар – 51 г., көмірсулар – 159 г. Қуаттылығы – 1380 килокалорий (бұдан әрі – 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 көмірқышқылды, азотқышқылды ураниламмоний, уран тотықтары, азотқышқылды торий, сіркеқышқылды хлорлы, көмірқышқылды, қымыздыққышқылды, күкіртқышқылды және т.б.);

      2) тау-кен байыту комбинаттарында лопарит концентраты өндірісі:

      жер астындағы жұмыстар;

      жер үстіндегі жұмыстар;

      рудаларды байыту;

      3) лопарит концентратын өңдеу (зертханада);

      4) радиоактивті заттармен және ионды сәуле таратушы көздермен жұмыстар:

      уран мен торий рудаларын және концентраттарын өндіру және өңдеумен (жүк тиеу жұмыстары мен сақтауды қосқанда); уран, торий, тритий, радий, торий-228, радий-228, актиний-228, полоний, трансуран элементтері мен олардың тұздарын және қосылыстарын, кәсіпорындар мен тәжірибе өндірісі мен қондырғыларындағы уран мен торийдың бөліну өнімдерін өндіру және өңдеумен тікелей жұмыс істейтін жұмысшылар;

      өндірістік, энергетикалық, көлік және тәжірибе-өндірістік ядролық реакторларында, қуаты 0,5 кВт рентген сәулесін тудыратын қондырғылармен тікелей айналысатын жұмысшылар;

      жұмыс орындарында белсенділігі 1 милликюриден асатын нейтрон көздер (радий-бериллий, полоний-бериллий 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 полоний пайдаланылатын тұрақты әсері бар радиоактивтік жарық құрамын өндірумен тікелей айналысатын жұмысшылар;

      жұмыс орнында көз белсенділігі 1 милликюриден 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, трансуран элементтерін жұмыс орнында 1 милликюриден 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 қуаттылығы: ақуыздар – 63 г., майлар – 50 г., көмірсулар – 185 г. Қуаттылығы – 1481 ккал.

      Рационға қосымша:

      фтор қоспаларымен жұмыс істегенде – 2 мг. ретинол, 150 мг. аскорбин қышқылы;

      сілтілік 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 (майлығы 30%) |
32 |
|
Сүзбе (майлығы 11%) |
70 |
Тұз |
4 |

      Химиялық құрамы мен қуаттылығы: 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. Қуаттылығы – 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, 2 а 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 өндіру және өңдеу;

      17) құрамында фтор бар тұздар мен тұз-реактивтер өндірісі (кремний фтор сутекті алюминий, фторлы сусыз алюминий, кремний фтор сутекті калий, титан - аммоний, фторлы, титан фтор сутекті калий, фторлы магний-аммоний, кремний фтор сутекті натрий, тантал фтор сутекті калий, кремний фтор сутекті қышқыл, фторлы литий, фторлы натрий және фторлы калий):

      18) хром тұздары мен тұз-реактивтер өндірісі (азотты қышқыл 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 (сілтілік) 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 (майлығы 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 қуаттылығы: ақуыздар – 64 г., майлар – 52 г., көмірсулар – 188 г. Қуаттылығы – 1466 ккал.

      Рационға қосымша 150 мг. аскорбин қышқылы, 2 г. пектин немесе 300 мл. жұмсағымен шырын.

      Ескертпе: ЕПТ (№ 3 рацион) керамикалық бояғыш заттар өндiрiсінде негiзгi технологиялық процеспен, жөндеу және жабдықтарға қызмет көрсетумен толық жұмыс күні айналысатын жұмысшылар мен шеберлерге беріледі:

      ЕПТ (№ 3 және 2, 2 а 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 тұздары мен тұз-реактивтер өндірісі (хромқышқылды қорғасын, хлорлы қорғасын, екі тотықты қорғасын, темір қорғасын таяқшалары, йодты қорғасын, қымыздық қышқылды қорғасын, түйіршектелген қорғасын, қорғасын асқын тотығы, азотты қышқыл қорғасын, қорғасын тотығы, роданды қорғасын, күкіртқышқылды қорғасын, сіркеқышқылды қорғасын, күкіртті қышқылды қорғасын, қорғасын фталаты, көмірқышқылды қорғасын);

      6) қорғасын мен қалайы өндірісі:

      қорғасын мен қалайы рудаларын, концентраттарын (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) аккумуляторлары 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 қуаттылығы: ақуыздар – 65 г., майлар – 45 г., көмірсулар – 181 г. Қуаттылығы – 1428 ккал.

      Рационға қосымша 150 мг. аскорбин қышқылы; мышьяк, фосфор, сынап пен теллурдың қоспаларымен жұмыс істейтіндерге – 4 мг. тиамин беріледі.

      № 4 а 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 қуаттығы: ақуыздар – 52 г., оның ішінде малдың – 26 г., майлар – 41 г., оның ішінде өсімдік – 15 г., көмірсулар – 206 г. Қуаттылығы – 1342ккал.

      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 қуаттылығы: 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. Қуаттылығы – 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, 4 а, 4 б 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, хромдық илегіш, калий және натрий хромпигі, хром тотығы өндірісі, жерасты суларын хромнан тазарту;

      20) хлорбензол, дихлорбензол, трихлорбензол, тетрахлорбензол, гексахлорбензол өндірісі;

      21) эпирхлоргидрин өндiрiсі;

      22) диносеб гербициді өндірісі;

      23) бензолдан, хлорбензолдан және бензолдың басқа туындыларынан фенол өндірісі;

      24) таза ванадий бестотығында фталды ангидрид өндірісі (қойыртылған 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 улағыштар өндірісі;

      33) этил сұйықтығының өндiрiсі;

      34) хлорпарапин 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 спирті өндiрiсі;

      41) контактілі қалыптау әдісімен және механикалық тәсілмен шыны пластиктер өндірісі;

      42) апатит-нефелин рудаларды өндіру 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 қоспасының 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 өндіру және өңдеу:

      жер астындағы тау-кен жұмыстары;

      рудаларды 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, слюдопластар, слюдоониттер және кремний органикалық, полиэфирэпоксид және полиэфиримидоэпоксидтағы жұқа шыны мата;

      60) жоғары атмосфералық қысым жағдайындағы жұмыстар:

      кессондардағы жұмыстармен тікелей айналысатын барлық жұмысшылар, инженерлік-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 қызметкерлер және инженерлік-техникалық жұмысшылар;

      61) болат балқыту және ферроқорытпа өндірісі.

      ЕПТ (№ 3 және 4 рациондарын 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 қуаттылығы: ақуыздар – 58 г., майлар – 53 г., көмірсулар – 172 г. Қуаттылығы – 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 бериллий бар тұздар және тұз-реактивтер өндірісі (азотқышқылды бериллий, бериллий тотығы, күкірттіқышқыл бериллий, көмірқышқылды бериллий, сіркеқышқылды бериллий, хлорлы бериллий, фторлы бериллий, фторлы аммоний бериллаты);

      14) марганец тұздары мен тұз-реактивтер өндірісі (көмірқышқылды марганец, асқын тотық, қостотық, азоттықышқыл, күкіртқышқыл);

      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 – ҚР Еңбек және халықты әлеуметтік қорғау министрінің 28.08.2020 № 346 (алғашқы ресми жарияланған күнінен кейін күнтізбелік он күн өткен соң қолданысқа енгізіледі) бұйрығымен.

      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 негізінде осы Нормаларға 2-қосымшаға сәйкес жүргізіледі.

      4. Өндіріс сипаттамасына байланысты әртүрлі санаттағы жұмыскерлерге витаминдер беру тамақтану рационын витаминдермен байыту схемасы бойынша осы Нормаларға 3-қосымшаға 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.

|  |  |
| --- | --- |
|   | Диеталық (емдік және профилактикалық)тамақтануға арналған арнайыөнімдер беру нормаларына1-қосымша |

      Ескерту. 1-қосымшаның оң жақ жоғарғы бұрышы жаңа редакцияда – ҚР Еңбек және халықты әлеуметтік қорғау министрінің 28.08.2020 № 346 (алғашқы ресми жарияланған күнінен кейін күнтізбелік он күн өткен соң қолданысқа енгізіледі) бұйрығымен.

 **Диеталық (емдік және профилактикалық) тамақтануға арналған арнайы өнімдердің таңертеңгі асын даярлау кезінде азық-түлікті өзара алмастыру нормалары**

      Ескерту. 1-қосымшаның тақырыбы жаңа редакцияда – ҚР Еңбек және халықты әлеуметтік қорғау министрінің 28.08.2020 № 346 (алғашқы ресми жарияланған күнінен кейін күнтізбелік он күн өткен соң қолданысқа енгізіледі) бұйрығымен.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|
Алмастырылатын азық-түліктің атаулары |
Салмағы килограммен (брутто) |
Алмастыруға болатын азық-түліктің атаулары |
Баламалы салмағы килограммен (брутто) |
|
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, майшабақпен және қақталған балықпен алмастыруға болмайды.

|  |  |
| --- | --- |
|   | Диеталық (емдік және профилактикалық)тамақтануға арналған арнайыөнімдер беру нормаларына2-қосымша |

      Ескерту. 2-қосымшаның оң жақ жоғарғы бұрышы жаңа редакцияда – ҚР Еңбек және халықты әлеуметтік қорғау министрінің 28.08.2020 № 346 (алғашқы ресми жарияланған күнінен кейін күнтізбелік он күн өткен соң қолданысқа енгізіледі) бұйрығымен.

 **№ 1 рацион бойынша диеталық (емдік және профилактикалық) тамақтануға арналған арнайы өнімдердің таңертеңгі ыстық асының алты күндік таратылу мәзірі**

      Ескерту. 1-бөлімнің тақырыбы жаңа редакцияда – ҚР Еңбек және халықты әлеуметтік қорғау министрінің 28.08.2020 № 346 (алғашқы ресми жарияланған күнінен кейін күнтізбелік он күн өткен соң қолданысқа енгізіледі) бұйрығымен.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|
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-күн |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Қырыққабат салаты |
48 |
 |
 |
 |
 |
 |
264 |
 |
 |
 |
 |
3 |
|
Қаймақтағы бауыр |
689 |
 |
 |
15 |
70 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Сүзбе пудингі |
490 |
 |
 |
4 |
10 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
20 |
|
Жеміс |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Айран |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Нан, шай |
 |
100 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
10 |
|
2-күн |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Винегрет |
75 |
 |
 |
 |
 |
40 |
30 |
25 |
40 |
30 |
 |
 |
|
Картоппен бірге піскен сиыр еті |
611/733 |
 |
 |
5 |
 |
260 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Қырыққабатпен бірге піскен омлет |
535 |
 |
 |
 |
 |
 |
100 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Жеміс |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Айран |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Нан, шай |
 |
100 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
10 |
|
3-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-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-күн |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Маринадталған 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-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 дөңгелектелген |
 |
100 |
 |
10/1 |
25/10 |
160 |
150 |
- |
90 |
- |
12 |
17 |

|  |
| --- |
|
Азық-түлік граммен |
|
Мәзір |
Өсімдік майы |
Мал майы |
Қаймақ |
Ірімшік |
Сүзбе |
Жұмыртқа |
Сиыр еті |
Балық |
Бауыр |
Сүт |
Жеміс |
Мүкжидек |
|
1-күн |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Қырыққабат 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-күн |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Винегрет |
5 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Картоппен бірге піскен сиыр еті |
 |
20 |
 |
 |
 |
 |
164 |
 |
 |
100 |
 |
 |
|
Қырыққабатпен бірге піскен омлет |
 |
 |
 |
 |
 |
1,5 шт |
 |
 |
 |
50 |
 |
 |
|
Жеміс |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
130 |
 |
|
Айран |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Нан, шай |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
200 |
 |
 |
|
3-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-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-күн |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Маринадталған қызылша жасыл бұршақпен |
5 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Строгандық бауыр |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
81 |
 |
 |
 |
|
Сүзбе сүтпен |
 |
 |
 |
 |
80 |
 |
 |
 |
 |
135 |
 |
 |
|
Жеміс |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
130 |
 |
|
Айран |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
200 |
 |
 |
|
Нан, шай |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
6-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 дөңгелектелген |
7 |
20 |
10 |
10 |
40 |
0,75 шт |
70 |
20 |
30 |
270 |
130 |
5 |

 **№ 2 рацион бойынша диеталық (емдік және профилактикалық) тамақтануға арналған арнайы өнімдердің таңертеңгі ыстық асының алты күндік таратылу мәзірі**

      Ескерту. 2-бөлімнің тақырыбы жаңа редакцияда – ҚР Еңбек және халықты әлеуметтік қорғау министрінің 28.08.2020 № 346 (алғашқы ресми жарияланған күнінен кейін күнтізбелік он күн өткен соң қолданысқа енгізіледі) бұйрығымен.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|
Мәзір |
Таратылу мәзірі № |
Азық-түлік граммен |
|
Қара бидай наны |
Бидай наны |
Бидай ұны |
Жарма және макарондар |
Картоп |
Қырық қабат |
Сәбіз |
Қызылша |
Пияз |
Томат пюресі |
Қант |
|
1-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-күн |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Ірімшік, нан |
 |
100 |
100 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Қырыққабатты салат |
51 |
 |
 |
 |
 |
 |
229 |
 |
 |
24 |
 |
10 |
|
Жұмыртқа және күрішпен антекрот |
662 |
 |
 |
 |
50 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Қанты бар шай |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
15 |
|
Айран |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
15 |
|
3-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-күн |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Ірімшік, нан |
 |
100 |
100 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Маринадтағы балық |
123 |
 |
 |
5 |
 |
 |
 |
63 |
 |
 |
 |
 |
|
Вермишельмен бауыр |
688 |
 |
 |
8 |
50 |
 |
 |
 |
 |
38 |
5 |
3 |
|
Қанты бар шай |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
15 |
|
Айран |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
5-күн |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Ірімшік, нан |
 |
100 |
100 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Көкөністермен бұқтырылған картоп |
368/3 |
 |
 |
 |
 |
307 |
 |
13 |
 |
12 |
 |
 |
|
Макаронмен ет |
698 |
 |
 |
 |
50 |
 |
 |
 |
 |
29 |
 |
 |
|
Қанты бар шай |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
15 |
|
Айран |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
6-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 |

|  |
| --- |
|
Азық-түлік граммен |
|
Мәзір |
Өсімдік майы |
Мал майы |
Қаймақ |
Ірімшік |
Жұмыртқа |
Сиыр еті |
Балық |
Бауыр |
Қияр |
Бұршақ |
Шай |
Айран |
|
1-күн |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Ірімшік, нан |
 |
 |
 |
25 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Көкөніс салаты |
10 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
63 |
 |
 |
 |
|
Макарон мен бұқтырылған сиыр еті |
 |
15 |
 |
 |
 |
169 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Қанты бар шай |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
0,5 |
 |
|
Айран |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
200 |
|
2-күн |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Ірімшік, нан |
 |
 |
 |
25 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Қырыққабатты салат |
10 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Жұмыртқа және күрішпен антекрот |
 |
10 |
 |
 |
1 д. |
161 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Қанты бар шай |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
0,5 |
 |
|
Айран |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
200 |
|
3-күн |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Ірімшік, нан |
 |
 |
 |
25 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Винегрет |
10 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Қарақұмық ботқасымен шницель |
 |
 |
 |
 |
 |
151 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Қанты бар шай |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
0,5 |
 |
|
Айран |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
200 |
|
4-күн |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Ірімшік, нан |
 |
 |
 |
25 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Маринадтағы балық |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
156 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Вермишельмен бауыр |
15 |
15 |
 |
 |
 |
 |
 |
133 |
 |
 |
 |
 |
|
Қанты бар шай |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
0,5 |
 |
|
Айран |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
200 |
|
5-күн |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Ірімшік, нан |
 |
 |
 |
25 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Көкөністермен бұқтырылған картоп |
15 |
15 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Макаронмен ет |
 |
25 |
 |
 |
0,25 д. |
161 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Қанты бар шай |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
0,5 |
 |
|
Айран |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
200 |
|
6-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 диеталық (емдік және профилактикалық) тамақтануға арналған арнайы өнімдердің таңертеңгі ыстық асының алты күндік таратылу мәзірі**

      Ескерту. 3-бөлімнің тақырыбы жаңа редакцияда – ҚР Еңбек және халықты әлеуметтік қорғау министрінің 28.08.2020 № 346 (алғашқы ресми жарияланған күнінен кейін күнтізбелік он күн өткен соң қолданысқа енгізіледі) бұйрығымен.

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

|  |
| --- |
|
Азық-түлік граммен |
|
Мәзір |
Пияз |
Томат пюресі |
Сәбіз |
Бұршақ |
Қант |
Мал майы |
Сиыр еті |
Бауыр |
Балық консервілер |
Шай |
|
1-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-күн |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Нан, май, консервілер |
 |
 |
 |
 |
 |
10 |
 |
 |
53 |
 |
|
Қарақұмық ботқасымен бауыр |
 |
 |
 |
 |
 |
15 |
 |
133 |
 |
 |
|
Қанты бар 2 стакан шай, печенье |
 |
 |
 |
 |
30 |
 |
 |
 |
 |
1,5 |
|
3-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-күн |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Нан, май, консервілер |
 |
 |
 |
 |
 |
10 |
 |
 |
53 |
 |
|
Қуырылған ет бұршақпен |
 |
 |
 |
200 |
 |
15 |
155 |
 |
 |
 |
|
Қанты бар 2 стакан шай, печенье |
 |
 |
 |
 |
30 |
 |
 |
 |
 |
1,5 |
|
5-күн |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Нан, май, консервілер |
 |
 |
 |
 |
 |
10 |
 |
 |
53 |
 |
|
Тары ботқасы мен қуырынды |
36 |
5 |
 |
 |
 |
15 |
161 |
 |
 |
 |
|
Қанты бар 2 стакан шай, печенье |
 |
 |
 |
 |
30 |
 |
 |
 |
 |
1,5 |
|
6-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 диеталық (емдік және профилактикалық) тамақтануға арналған арнайы өнімдердің таңертеңгі ыстық асының алты күндік таратылу мәзірі**

      Ескерту. 4-бөлімнің тақырыбы жаңа редакцияда – ҚР Еңбек және халықты әлеуметтік қорғау министрінің 28.08.2020 № 346 (алғашқы ресми жарияланған күнінен кейін күнтізбелік он күн өткен соң қолданысқа енгізіледі) бұйрығымен.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|
Мәзір |
Таратылу мәзірі № |
Азық-түлік граммен |
|
Қара нан |
Нан |
Бидай ұны |
Жарма, макарондар |
Картоп |
Қырық қабат |
Сәбіз |
Қызылша |
Пияз |
|
1-күн |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Қаймақ қосылған сүзбе |
485/1/2 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Қарақұмық ботқасымен бұқтырылған ет |
626/767 |
 |
 |
4 |
46 |
 |
 |
5 |
 |
5 |
|
Нан, май, шай |
 |
100 |
100 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Айран |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
2- күн |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Ірімшік қосылған вареник |
487 |
 |
 |
50 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Піскен ет қосылған картоп пісірмесі |
696 |
 |
 |
 |
 |
300 |
 |
 |
 |
21 |
|
Нан, май, шай |
 |
100 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Айран |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
3- күн |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Ірімшіктен пісірілген пудинг |
491 |
 |
 |
 |
10 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Піскен ет көкөніспен |
661/773 |
 |
 |
 |
 |
200 |
 |
3 |
3 |
 |
|
Нан, май, шай |
 |
100 |
100 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Айран |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
4-күн |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Ірімшік пісірмесі |
492 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Картоппен суға пісірілген немесе қыздырылып пісірілген балық |
576 |
 |
 |
 |
 |
200 |
 |
 |
 |
 |
|
Нан, май, шай |
 |
100 |
100 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Айран |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
5-күн |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Ірімшік қаймақпен |
485/1/2 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Макарон орамасы |
725 |
 |
 |
 |
30 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Нан, май, шай |
 |
100 |
100 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Айран |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
6-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 |

|  |
| --- |
|
Азық-түлік граммен |
|
Мәзір |
Томат пюресі |
Қант |
Өсімдік майы |
Мал майы |
Қаймақ |
Сүзбе |
Жұмыртқа |
Сиыр еті |
Балық |
Шай |
Айран |
|
1-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- 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-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-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-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-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 диеталық (емдік және профилактикалық) тамақтануға арналған арнайы өнімдердің таңертеңгі ыстық асының алты күндік таратылу мәзірі**

      Ескерту. 5-бөлімнің тақырыбы жаңа редакцияда – ҚР Еңбек және халықты әлеуметтік қорғау министрінің 28.08.2020 № 346 (алғашқы ресми жарияланған күнінен кейін күнтізбелік он күн өткен соң қолданысқа енгізіледі) бұйрығымен.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|
Мәзір |
Таратылу мәзірі № |
Азық-түлік граммен |
|
Қара бидай наны |
Бидай наны |
Бидай ұны |
Жарма және макарондар |
Картоп |
Қырық қабат |
Сәбіз |
Қызылша |
Пияз |
Томат пюресі |
Қант |
|
1-күн |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Жұмыртқа қосылған жазғы салат |
43 |
 |
 |
 |
 |
110 |
 |
25 |
 |
25 |
 |
 |
|
Қарақұмық ботқасымен ромштекс |
640/766 |
 |
 |
 |
47 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Нан, шай |
 |
100 |
100 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
15 |
|
Айран |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
15 |
|
2-күн |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Ірімшіктен жасалған пудингпен жұмыртқа |
490 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
20 |
|
Қуырылған картоп пен гуляш |
663 |
 |
 |
5 |
 |
300 |
 |
 |
 |
25 |
5 |
 |
|
Нан, шай |
 |
100 |
100 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
15 |
|
Айран |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
15 |
|
3-күн |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Қырыққабаттан салат |
43 |
 |
 |
 |
 |
 |
175 |
 |
 |
25 |
 |
20 |
|
Күріш пен жұмыртқа қосылған бифштекс |
650 |
 |
 |
 |
35 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Нан, шай |
 |
100 |
100 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
15 |
|
Айран |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
15 |
|
4-күн |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Қаймақ қосылған ірімшік |
485 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
20 |
|
Піскен жұмыртқа |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Қуырылған балық картоппен |
563 |
 |
 |
6 |
 |
200 |
 |
 |
 |
 |
5 |
 |
|
Нан, шай |
 |
100 |
100 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
15 |
|
Айран |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
15 |
|
5-күн |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Винегрет |
76 |
 |
 |
 |
 |
86 |
25 |
38 |
37 |
 |
 |
 |
|
Жұмыртқа және картоп орамасы |
725/83 |  |  |  |  |
150 |  |  |  |  |  |  |
|
Нан, шай |  |
100 |
100 |  |  |  |  |  |  |  |  |
15 |
|
Айран |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
15 |
|
6-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 |

|  |
| --- |
|
Азық-түлік граммен |
|
Мәзір |
Өсімдік майы |
Мал майы |
Қаймақ |
Сүзбе |
Жұмыртқа |
Сиыр еті |
Балық |
Бауыр |
Қияр |
Бұршақ |
Шай |
Айран |
|
1-күн |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|
Жұмыртқа қосылған жазғы салат |
15 |  |  |  |
1 д. |  |  |  |
63 |  |  |  |
|
Қарақұмық ботқасымен ромштекс |  |
15 |  |  |
0,25 д. |
157 |  |  |  |  |  |  |
|
Нан, шай |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
0,5 |  |
|
Айран |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
200 |
|
2-күн |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|
Ірімшіктен жасалған пудингпен жұмыртқа |  |
10 |
20 |
101 |
0,75 д. |  |  |  |  |  |  |  |
|
Қуырылған картоп пен гуляш |
7 |  |  |  |  |
161 |  |  |  |  |  |  |
|
Нан, шай |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
0,5 |  |
|
Айран |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
200 |
|
3-күн |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|
Қырыққабаттан салат |
15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|
Күріш пен жұмыртқа қосылған бифштекс |  |
10 |  |  |
1 д. |
161 |  |  |  |  |  |  |
|
Нан, шай |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
0,5 |  |
|
Айран |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
200 |
|
4-күн |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|
Қаймақ қосылған ірімшік |  |  |
25 |
101 |  |  |  |  |  |  |  |  |
|
Піскен жұмыртқа |  |  |  |  |
1 д. |  |  |  |  |  |  |  |
|
Қуырылған балық картоппен |
15 |
15 |
 |
 |
 |
 |
216 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Нан, шай |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
0,5 |
 |
|
Айран |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
200 |
|
5-күн |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Винегрет |
15 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
|
Жұмыртқа және картоп орамасы |  |
15 |  |  |
1 д. |
154 |  |  |  |  |  |  |
|
Нан, шай |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
0,5 |
 |
|
Айран |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
 |
200 |
|
6-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 |

|  |  |
| --- | --- |
|   | Диеталық (емдік және профилактикалық)тамақтануға арналған арнайыөнімдер беру нормаларына3-қосымша |

      Ескерту. 3-қосымшаның оң жақ жоғарғы бұрышы жаңа редакцияда – ҚР Еңбек және халықты әлеуметтік қорғау министрінің 28.08.2020 № 346 (алғашқы ресми жарияланған күнінен кейін күнтізбелік он күн өткен соң қолданысқа енгізіледі) бұйрығымен.

 **Өндірiс сипаттамасына байланысты витаминдер беру**

      Өндіріс сипаттамасына байланысты 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 Нормаларға сәйкес витаминдер беру көзделген:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|
Қызметкерлер санаты |
Витаминдер атауы |
Күндік мөлшері, мг. |
|
1. Қоршаған ортаның жоғарғы температурасының және қарқынды жылу сәулелерiнiң әсерiне ұшырайтын жұмыскерлер:
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 наубайшылар |
Аскорбин қышқылы С
Никотин
қышқылы |
150
20 |
|
2. Никотині бар шаң әсерiндегi табак-махорка және никотин өндiрiсiнде жұмыс iстейтiн жұмыскерлер |
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 немесе 6600 ХБ (халықаралық бірлік) астам бiрiншi, екiншi тағамдарға қосады.

      А витаминінің әдеттегi майлы концентратында 1 мл (15 адамға қажет мөлшерде) 100000 ХБ (халықаралық бірлік) 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. витамин 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