

**Об утверждении норм выдачи молока, рационов лечебно-профилактического питания работникам за счет средств работодателя**

***Утративший силу***

Приказ Министра труда и социальной защиты населения Республики Казахстан от 29 июня 2005 года N 170-П. Зарегистрирован в Министерстве юстиции Республики Казахстан 20 июля 2005 года за N 3739. Утратил силу - приказом и.о. Министра труда и социальной защиты населения Республики Казахстан от 31 июля 2007 года N 184-п.

*Сноска. Приказ Министра труда и социальной защиты населения РК от 29 июня 2005 года N 170-П утратил силу приказом и.о. Министра труда и социальной защиты населения Республики Казахстан от 31 июля 2007 года*

 N 184-п

*(вводится в действие по истечении 10 календарных дней со дня его первого офиц. опуб.).*

      В соответствии с
 подпунктом 11)
 пункта 1 статьи 20 Закона Республики Казахстан "О безопасности и охране труда"
**ПРИКАЗЫВАЮ:**

     1. Утвердить прилагаемые:

     1) нормы выдачи молока работникам за счет средств работодателя;

     2) нормы выдачи рационов лечебно-профилактического питания работникам за счет средств работодателя.

     2. Директору Департамента занятости населения и государственного контроля за соблюдением законодательства о труде и охране труда Абденову С.С. настоящий приказ направить на государственную регистрацию в Министерство юстиции Республики Казахстан.

     3. Настоящий приказ вводится в действие по истечении десяти календарных дней после дня его первого официального опубликования.

*Министр*

     "СОГЛАСОВАНО"

     Вице-Министр здравоохранения

     Республики Казахстан

     29 июня 2005 года

Утверждены

приказом Министра труда и

социальной защиты населения

Республики Казахстан

от 29 июня 2005 года N 170-П

**Нормы**

**выдачи молока работникам за счет средств работодателя**

     1. Молоко выдается по 0,5 литра за смену независимо от ее продолжительности в дни фактической занятости работника на работах, связанных с производством или применением следующих химических веществ:

     1) алифатические и алициклические углеводороды (насыщенные и ненасыщенные):

     углеводороды ряда метана: бутан, изобутан, пентан, изопентан, гексан, октан, изооктан, нонан;

     углеводороды ряда этилена: бутилены, амилены, изобутилен;

     циклические непредельные углеводороды: циклопентадиен, цициклопентадиен, циклопентадиенилтрикарбонил марганца;

     ароматические углеводороды одно-многоядерные: бензол, ксилол, толуол, этилбензол, кумол (диизопропиленбензол), ксилолы, стиролы, дефенил, нафталин и их производные;

     2) галогенопроизводные углеводороды жирного ряда:

     фторпроизводные: фторэтилен, дифторэтилен, трифторэтилен, тетрафторэтилен, трифторпропилен, дифторэтан, декафторбутан;

     хлорпроизводные: хлористый метил, хлористый метилен, хлороформ, четыреххлористый углерод, хлористый этил, дихлорэтан, трихлорэтан, тетрахлорэтан, трихлорпропан, тетрахлорпентан, хлористый винил дихлорэтилен, трихлорэтилен, тетрахлорэтилен, гексахлорциклопентадиен, аллодан, хлоропрен, хлористый аллил, хлористый бутилен, гексахлорбутадиен и остальные этого ряда;

     бромпроизводные: бромистый метилен, бромистый метил, бромистый этил, дибромэтан, тетрабромэтан, дибромпропан, бромоформ и остальные;

     йодопроизводные: йодистый метил, йодоформ, йодистый этил и другие;

     смешанные галогенопроизводные: дифторхлорметан, фтордихлорметан и другие;

     3) галогенопроизводные углеводородов ароматического ряда:

     хлорбензол, дихлорбензол, трихлорбензол, тетрахлорбензол, гексахлорбензол, хлористый бензил, бензотрихлорид, хлорстирол, бромбензол, бромистый бензил и остальные галогенопроизводные этого ряда;

     4) хлорпроизводные одноциклических многоядерных углеводородов: хлорированные дифенилы, хлорокись дифенила, хлориндан, хлорнафталины, гептахлор, ДДТ, гексахлорциклогексан, полихлорпинен, полихлоркамфен, хлортен, симазин, артазин;

     5) спирты:

     спирты и гликоли жирного ряда предельные и непредельные: спирт метиловый, аллиловый, кротониловый и остальные;

     галогенопроизводные спиртов жирного ряда: спирт октафторамиловый, тетрафторпропиловый и остальные;

     спирты алициклического и ароматического ряда: бензиловый спирт, циклогексанол и остальные;

     6) фенолы: фенол, хлорфенолы, пентахлорфенол, крезолы, гидрохинон, пентахлорфенолят натрия и остальные;

     7) эфиры алициклического и алифатического ряда и их галогенопроизводные: диметиловый, диэтиловый, диизопропиловый, дибутиловый, винилбутиловый, дивиниловый, монохлордиметиловый, дихлордиэтиловый, тетрахлордиэтиловый, эфиры этиленгликоля, пропиленгликоля, глицерина, полигликолевые эфиры;

     8) эфиры фенолов: гваякол, монобензиловый эфир гидрохинона, динил и остальные этого ряда;

     9) органические окиси и перекиси: окись этилена, пропилена, эпихлоргидрина, гидроперекись изопропилбензола, перекись бензоила, перекись метилэтилкетона, циклогексанона и остальные представители соединений данной группы;

     10) тиоспирты, тиофенолы и тиоэфиры: метил - и этилмеркаптаны, трихлортиофенол и пентахлортиофенол; 2,4-Д, соли трихлорфеноксиуксусной кислоты;

     11) альдегиды и кетоны замещенные и незамещенные: ацетальдегид, формальдегид, бекзальдегид, акролеин, ацетон, бромацетон, хлорацетон, пентахлорацетон, гексахлорацетон, хлорацетофенон и остальные этого ряда;

     12) органические кислоты, их ангидриды, амиды и галогеноангидриды: малеиновый, фталевый ангидрид, кислоты: муравьиная, уксусная, пропионовая и их ангидриды, нафтеновые кислоты, хлористый бензоил хлорфеноксиуксусная кислота, соединения карбаминовой кислоты, тиодитиокарбаминовой кислоты, диметилформамид и остальные этой группы, а также диазосоединения, диазокетоны и диазоэфиры;

     13) сложные эфиры: эфиры азотистой, азотной, серной, хлорсульфоновой, муравьиной, уксусной, пропионовой, акриловой, милакриловой кислот и их галогенопроизводные;

     14) сложные эфиры и амиды кислот фосфора: трикрезилфосфат, тиофос, метафос, метилэтилтиофос, меркаптофос, метилмеркаптофос, карбофос, препараты М-81, М-74, ДДВФ, фосфамид, хлорофос, табун, зоман, зарин, октаметил, диэтилхлормонофосфат, метилдихлортифосфат, диметил-хлортнофосфат и остальные фосфорорганические ядохимикаты;

     15) нитро- и аминосоединения жирного полиметиленового ряда и их производные: нитроолефины, нитрометан, нитроэтан, нитропропан, нитробутан, нитрофоска, хлоропикрин, нитроциклогексан, метиламин, диметиламин, триметиламин, этиламин, диэтиламин, триэтиламин, этиленимин, полиэтиленполиамин, гексаметилендиамин, этаполамин, циклогексаиламин, дициклогексиламин и остальные этого ряда;

     16) нитро- и аминосоединения ароматического ряда и их производные: нитробензолы, нитротолуолы, нитроксилол, динок, диносеб, нитронафталины, нитрохлорбензолы, нитрофенола, нитро- и аминоанизоанилин, ацетонанилин, хлоранилин, фенилендиамины, бензидин, парафитидин;

     17) бензохиноны, нафтахинон, антрахинон, бензатрен, парабензохинон и дихлорнафтахинон;

     18) органические красители: антрахиноновые, нитро- и нитрозокрасители, азокрасители, азиновые, 2-метилфуран (силван);

     19) гетероциклические соединения: фуран, тетрагидрофуран, фурфурол, тиофен, индол, пиридин, пиразалан, пурин, пиридиновые и пуриновые основания, пиколины, никотиновая кислота, диоксаны, пиперидин, морфолин, гексоген, барбатураты, их полупродукты и других при производственных препаратов;

     20) алкалоид атропин, кокаин, опий, морфин, кокаин, стрихнин, сальсолин, омнокок, никотин, анатазин и остальные при производстве этих препаратов, а также сырье и готовая продукция, содержащие указанные алкалоиды (табачно-махорочное, сигарное, сигаретное производство, ферментация табака);

     21) бороводороды;

     22) галогены и галогенопроизводные: фтор, хлор, бром, йод, хлористый, бромистый, фтористый водород, плавиковая, кремнефтористоводородная кислоты, окись фтора, окись и двуокись хлора, трифторид хлора, хлористый йод, хлорокись углерода (фосген);

     23) соединения серы: сероводород, сероуглерод, хлороульфоновая кислота, хлорангидриды серы, сернистый и серный ангидриды;

     24) селен и его соединения: селенистый ангидрид, селенистая кислота, селеновая кислота, их соли, хлорокись селена, органические соединения селена;

     25) теллур и его соединения;

     26) соединения азота: гидразин и его производные, окислы азота, азотная кислота, азид натрия, аммиак, нитрит натрия, хлористый азот, хлористый нитрозил, гидроксиламин;

     27) желтый (белый) фосфор и его соединения: фосфорный ангидрид, фосфорная кислота и ее соли;

     28) мышьяк и его соединения: мышьяковистый и мышьяковый ангидриды, арсенит кальция, арсенат кальция, арсенит натрия, парижская зелень, осароол, иприт;

     29) сурма и ее соединения: сурьмянистый и сурьмяный ангидриды, сурьмянистый водород, хлориды сурьмы;

     30) цианиды: цианистый водород, цианиды натрия и калия, дициан, хлорциан, бромциан, цианамид кальция, цианурхлорид, цианистый бензил;

     31) нитролы: ацетонитрил, ацетонциангидрин, акрилонитрил, этиленциангидрин, берзонитрил и другие;

     32) изоцианаты, фенилизоцианат, гексаметилендиизоцианат, толуилендиизоцианат и другие;

     33) соединения кремния в виде аэрозоля с содержанием свободной кристаллической двуокиси кремния свыше 10%;

     34) ртуть и ее неорганические и органические соединения: ртуть металлическая, цианид ртути, нитрат ртути, гремучая ртуть, диметилртуть, этилмеркурхлорид, этилмеркуфосфат, диэтилртуть, хлор фенолртуть, меркурацетат, меркуран и остальные соединения ртути;

     35) марганец и его соединения: окислы марганца, сульфат, хлорид марганца, аэрозоли остальных его соединений;

     36) бериллий и его соединения: окись бериллия, гидрат окиси бериллия, карбид бериллия, сульфат бериллия, хлорид бериллия, фторокись бериллия и аэрозоли остальных соединений бериллия;

     37) таллий и его соединения: хлорид таллия, сульфат таллия, ацетат таллия, нитрат таллия, карбонат таллия и другие;

     38) титан и его соединения;

     39) ванадий и его соединения: пятиокись, трехокись ванадия, ванадаты аммония, натрия и кальция, хлориды ванадия;

     40) хром и его соединения: трехокись хрома, окись хрома, хромовые квасцы, бихромат натрия и остальные;

     41) молибден и его соединения: трехокись молибдена, молибден аммония;

     42) никель и его соединения: закись никеля, окись никеля, гидрат закиси никеля;

     43) метанол;

     44) оловоорганические, борорганические и кремнийорганические соединения;

     45) свинец и его соединения;

     46) карбонилы металлов: никеля, кобальта, марганца;

     47) литий, цезий, рубидий, остальные щелочноземельные элементы и их соединения;

     48) редкоземельные элементы (лантаниды) и их соединения;

     49) кадмия оксиды и другие его соединения;

     50) антибиотики: биомицин, тетрациклин, синтомицин, левомицетин и другие;

     51) компоненты микробиологического происхождения: бактериальные токсины, микотоксины, токсины одноклеточных водорослей и другие;

     52) аэрозоли сильнодействующих ядовитых веществ списка А и Б при их производстве;

     53) производство всех видов сажи;

     54) пестициды.

     2. Работникам, контактирующим с неорганическими соединениями свинца, необходимо дополнительно к молоку выдавать 2 грамма пектина в виде обогащенных им консервированных растительных пищевых продуктов, фруктовых соков, напитков (фактическое содержание пектина указывается заводом-изготовителем).

     Допускается замена этих продуктов натуральными фруктовыми соками с мякотью в количестве 250-300 миллиграммов. При постоянном контакте с неорганическими соединениями свинца рекомендуется вместо молока употребление кисломолочных продуктов.

     3. При работе в производстве и переработке антибиотиков вместо свежего молока следует выдавать кислое молоко или приготовленный на основе цельного молока колибактерин.

     4. Молоко или другие равноценные пищевые продукты (кефир, простокваша, мацони и другие) выдаются также работникам, занятым на работах с применением радиоактивных веществ в открытом виде, используемых по первому и второму классам работ.

Утверждены

приказом Министра труда и

социальной защиты населения

Республики Казахстан

от 29 июня 2005 года N 170-п

**Нормы**

**выдачи рационов лечебно-профилактического питания**

**работникам за счет средств работодателя**

1. Рацион N 1 (дневная норма в граммах)

Хлеб ржаной          100       Сметана               10

Мука пшеничная        10       Сыр                   20

Мука картофельная      1       Масло сливочное       20

Крупа, макароны       25       Масло растительное     7

Бобовые               10       Картофель            160

Сахар                 17       Капуста              150

Мясо                  70       Овощи                 90

Рыба                  20       Томат-пюре             7

Печень                30       Фрукты свежие        130

Яйцо                 3/4 шт.   Клюква (лимон)         5

Кефир                200       Сухари                 5

Молоко                70       Соль                   5

Творог                40       Чай                  0,4

     Химический состав и калорийность: белки - 59 граммов (далее - г.), жиры - 51 г., углеводы - 159 г. Калорийность - 1380 килокалорий (далее - ккал.).

     Дополнительно к рациону выдается 150 миллиграмма (далее - мг.) аскорбиновой кислоты.

     2. Рацион N 2 (дневная норма в граммах)

Хлеб пшеничный       100       Рыба                  25

Хлеб ржаной          100       Печень                25

Мука пшеничная        15       Масло сливочное       15

Крупа, макароны       40       Молоко (кефир)       200

Картофель            100       Сыр                   25

Овощи                150       Яйцо                1/4 шт.

Горошек зеленый       10       Соль                   5

Томат-пюре             2       Чай                  0,5

Сахар                 35       Специи по необходимости

Масло растительное    13       Мясо                 150

     Химический состав и калорийность: белки - 63 г., жиры - 50 г., углеводы - 185 г. Калорийность - 1481 ккал.

     Дополнительно к рациону выдаются:

     на работах с соединениями фтора - 2 мг. ретинола, 150 мг. аскорбиновой кислоты;

     на работах с щелочными металлами, хлором и его неорганическими соединениями и окислами азота - 2 мг. ретинола, 100 мг. аскорбиновой кислоты;

     на работах с фосгеном - 100 мг. аскорбиновой кислоты.

     3. Рацион N 2а (дневная норма в граммах)

Хлеб пшеничный                 Молоко, кефир,

(мука II сорта)      100       простокваша          156

Хлеб ржаной

(из обойной муки)    100       Чай                  0,1

Мука пшеничная         6       Сахар                  5

Крупа (пшено,

гречка, рис)          15       Масло растительное    20

Картофель            120       Масло сливочное       13

Овощи                274       Мясо                  81

Фрукты свежие

и соки                73       Печень, сердце        40

Сухофрукты             7       Сметана (30% жирн.)   32

Творог (11% жирн.)    70       Соль                   4

     Химический состав и калорийность: белки - 52 г., в т.ч. животные - 34 г., жиры - 63 г., в т.ч. растительные - 23 г., углеводы - 156 г., аминокислоты: триптофан - 0,6, метионин + цистин - 2,4, лизин - 3,2, фениалалин + тирозин - 3,5, гистидин - 1,2. Калорийность - 1370 ккал.

     Дополнительно к рациону выдается 100 мг. аскорбиновой кислоты, 2 мг. ретинола, 15 мг. никотиновой кислоты, 25 мг. витамина (метилметионинсульфония хлорид), 150 мл. минеральной воды.

     4. Рацион N 3 (дневная норма в граммах)

Хлеб пшеничный       100       Картофель            100

Хлеб ржаной          100       Специи по необходимости

Мука пшеничная,

макаронные изделия    15       Томат-пюре             5

Крупа                 35       Фрукты               100

Масло животное        10       Сахар                 35

Молоко и другие

молочно-кислые                 Масло растительное     5

продукты             200       Жир животный           5

Творог (18% жирн.)    80       Мясо                 100

Яйцо                1/3шт.     Рыба                  25

Печень                20       Соль                   5

Чай                  0,5       Овощи                160

     Обязательна выдача овощей (не подвергнутых термической обработке) в виде салатов, винегретов и т.д.

     Химический состав и каллорийность: белки - 64 г., жиры - 52 г., углеводы - 188 г. Калорийность - 1466 ккал.

     Дополнительно к рациону выдается 150 мг. аскорбиновой кислоты, 2 г. пектина или 300 мл. сока с мякотью.

     5. Рацион N 4 (дневная норма в граммах)

Хлеб пшеничный       100       Мясо                 100

Хлеб ржаной          100       Рыба                  50

Мука пшеничная        15       Масло сливочное       15

Крупа, макароны       15       Молоко (кефир)       200

Картофель            150       Сметана               20

Овощи                 25       Творог               110

Томат-пюре             3       Яйцо                1/4шт.

Сахар                 45       Соль                   5

Масло растительное    10       Чай                  0,5

     Химический состав и каллорийность: белки - 65 г., жиры - 45 г., углеводы - 181 г. Калорийность - 1428 ккал.

     Дополнительно к рациону выдается 150 мг. аскорбиновой кислоты; работающим с соединениями мышьяка, фосфора, ртути и теллуром - 4 мг. тиамина.

     6. Рацион N 4а (дневная норма в граммах)

Хлеб пшеничный       210       Фрукты, ягоды, соки:

Мука пшеничная         5       яблочный             108

Сухари                 3       абрикосовый           34

                              Сахар                  8

Крупы:                         Масло растительное    12

перловая               7       Мясо                 110

рис                   10

вермишель              5       Масло сливочное        7

Картофель            213       Молоко                57

Овощи:               242       Сметана               23

капуста               58       Творог                50

зеленый горошек       18       Яйцо                 1 шт.

свекла                48

морковь               88

лук репчатый          13

томат-паста            5

зелень                12

     Химический состав и калорийность: белки - 52 г., в т.ч. животные - 26 г., жиры - 41 г., в т.ч. растительные - 15 г., углеводы - 206 г. Калорийность - 1342 ккал.

     Дополнительно к рациону выдается 100 мг. аскорбиновой кислоты и 2 мг. тиамина.

     7. Рацион N 4б (дневная норма в граммах)

Хлеб пшеничный        75       Яблоки                10

Хлеб ржаной           75       Соки фруктовые        60

Мука пшеничная        16       Сахар                 15

Крупа (пшено, рис,

гречка и др.)         10       Масло растительное    13

Макаронные изделия     8       Масло сливочное       18

Картофель            170       Говядина              74

Овощи:                         Куры                  37

капуста              100       Печень                20

морковь               82

свекла                19       Рыба                  40

зелень                20

редис, редька         12       Молоко               142

огурцы                10       Сметана               28

лук репчатый          27

Яйцо                  10       Творог                40

                              Томат-пюре             8

Лимон                  1       Чай                  0,1

     Химический состав и калорийность: белки - 56 г., в т.ч. животные - 32 г., жиры - 56 г., в т.ч. растительные - 16 г., углеводы - 164 г., в т.ч. моно- и дисахариды - 46 г., органические кислоты - 3,2 г., аминокислоты: глютаминовая - 11,6 г., цистин + метионин - 2,2 г. Калорийность - 1380 ккал.

      Дополнительно к рациону выдаются тиамин - 2 мг., рибофлавин - 2 мг., пиридоксин - 3 мг., ниацин - 20 мг., аскорбиновая кислота - 100 мг., токоферол - 10 мг., глютаминовая кислота - 500 мг.

     8. Рацион N 5 (дневная норма в граммах)

Хлеб пшеничный       100       Мясо                 100

Хлеб ржаной          100       Рыба                  35

Мука пшеничная         3       Печень                25

Крупа и макароны      20       Масло сливочное       17

Картофель            125       Молоко (кефир)       200

Овощи                100       Сметана               10

Томат-пюре             2       Творог                35

Сахар                 40       Яйцо                 1 шт.

Масло растительное    15       Соль                   5

Чай                  0,5

     Химический состав и калорийность: белки - 58 г., жиры - 53 г., углеводы - 172 г. Калорийность - 1438 ккал.

     Дополнительно к рациону выдается 150 мг. аскорбиновой кислоты и 4 мг. тиамина.

     9. Нормы выдачи рационов лечебно-профилактического питания работникам за счет средств работодателя производится в соответствии с Перечнем производств, работа в которых дает право работникам определенных профессий и должностей на получение за счет средств работодателя лечебно-профилактического питания в связи с особо вредными условиями труда (
 приложение 1
).

     10. Выдача витаминов в зависимости от характера производства осуществляется отдельным категориям работников по схеме обогащения рациона питания витаминами (
 приложение 2
).

     11. Взаимозаменяемость продуктов при изготовлении завтраков лечебно-профилактического питания определяется в соответствии с
 приложением 3
.

     12. Меню-раскладка горячих завтраков лечебно-профилактического питания осуществляется в соответствии с Примерной шестидневной меню-раскладкой горячих завтраков лечебно-профилактического питания по рационам (
 приложение 4
).

Приложение 1

к нормам выдачи рационов лечебно-

профилактического питания работникам

за счет средств работодателя

*Сноска. В приложение 1 внесены изменения приказ и.о. Министра труда и социальной защиты населения РК от 15 августа 2006 года N*

 192-п

*.*

**Перечень**

**производств, работа в которых дает право работникам**

**определенных профессий и должностей на получение за счет**

**средств работодателя лечебно-профилактического питания**

**в связи с особо вредными условиями труда**

|  |  |
| --- | --- |
|
Наименование производств, профессий и

должностей
 |
N рациона

лечебно-

профилак-

тичеcкого питания
 |

**Глава 1. Химические производства**

**Раздел 1. Неорганические продукты**

**1. Производство серной кислоты**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования            2

**2. Производство фосфорной кислоты**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             4

**3. Производство фосфористого кальция**

Рабочие, занятые полный рабочий день в

основном технологическом процессе, на ремонте

и обслуживании оборудования                        4

**4. Производство фосфорного ангидрида**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе, на

ремонте и обслуживании оборудования                4

**5. Производство желтого и красного фосфора**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе, на

ремонте и обслуживании оборудования                4

Рабочие, занятые в основном технологическом

процессе при производстве строительных изделий

из расплавленного фосфорного шлака (щебня,

пемзы, ваты и др.)                                 4

**6. Производство пятисернистого фосфора**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий день

в основном технологическом процессе, на

ремонте и обслуживании оборудования                4

**7. Производство фосфидов металла**

**(цинка, меди и др.)**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе, на

ремонте и обслуживании оборудования                4

**8. Производство суперфосфата, обесфторенных**

**фосфатов, сложно-смешанных и сложных удобрений**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе, на

ремонте и обслуживании оборудования                4

**9. Производство аммофоса**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий день

в основном технологическом процессе, на ремонте

и обслуживании оборудования                        4

**10. Производство треххлористого фосфора**

**и хлорокиси фосфора**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе, на

ремонте и обслуживании оборудования                4

**11. Производство жидкого хлора**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе, на

ремонте и обслуживании оборудования                2

**12. Производство двуокиси хлора**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             4

**13. Производство хлорной извести**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             2

**14. Производство хлорного железа**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             2

**15. Производство хлористого алюминия**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             2

**16. Производство хлористого бария**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             5

**17. Производство фосгена**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             2

**18. Производство бертолетовой соли**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             2

**19. Производство фтористого натрия**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             2

**20. Производство фтористого водорода**

**и его водных растворов**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             2

**21. Производство тетрафторбората калия**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             2

**22. Производство карбида кальция**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             4

**23. Производство теллура**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             4

**24. Производство селена - обогащение**

**селеносодержащих шламов**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             4

**25. Производство катализатора на основе**

**пятиокиси ванадия**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе

и на ремонте оборудования (слесарь-ремонтник)      4

**26. Производство катализаторов на основе**

**хрома и марганца**

Рабочие, занятые полный рабочий день в

основном технологическом процессе, на ремонте

и обслуживании оборудования                        5

**27. Производство искусственной двуокиси марганца**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             5

**28. Производство сернистого натрия из**

**хромсодержащего сырья**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             2

**29. Производство монокристаллов с**

**применениями таллия**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             2

**30. Производство аэросил**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте оборудования                            4

**31. Производство белой сажи**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             4

**32. Производство асбестовых технических**

**изделий (текстильные цехи)**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             4

**Раздел 2. Органические продукты**

**33. Производство хлорбензола, дихлорбензола,**

**трихлорбензола, тетрахлорбензола, гексахлорбензола**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             4

**34. Производство эпирхлоргидрина**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             4

**35. Производство оловоорганических соединений**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе           5

**36. Производство гербицида диносеба**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             4

**37. Производство экстралина**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             5

**38. Производство фенола из бензола,**

**хлорбензола и других производных бензола**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             4

**39. Производство фталевого ангидрида на**

**чистой пятиокиси ванадия**

**(на концентрированном катализаторе)**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             4

**40. Производство керамических красителей**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             3

**41. Производство четыреххлористого углерода**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             4

**42. Производство дихлорэтана**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             4

**43. Производство трихлорэтана**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             4

**44. Производство гексахлорэтана**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             4

**45. Производство пиролиза керосина,**

**разделения и очистки пирогаза**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе           5

**46. Производство хлорпикрина**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе

и на ремонте оборудования                          2

**47. Производство хлористого этила,**

**трихлорэтилена и изопропилового спирта**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе           5

**48. Производство окиси этилена и ее производных**

**этилцеллозольва, хлорекса, этиленгликоля**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             5

**49. Производство фенилэтилового спирта**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             4

**50. Производство гербицидов**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             4

**51. Производство уксусного ангидрида через фосген**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             2

**52. Производство уксусного ангидрида через кетен**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             2

**53. Производство ацетальдегида**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             5

**54. Производство этилбензола (только при**

**расположении производства в закрытом помещении)**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             4

**55. Производство комбинированных протравителей**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             4

**56. Производство этиловой жидкости**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования,

во вспомогательном производстве (дегазации

спецодежды, обуви, противогазов; стирке

спецодежды; подготовке и ремонте

зараженной тары)                                   4

**57. Производство хлорпарафина**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе

и на ремонте оборудования                          4

**58. Производство пенопоропластов**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе

и на ремонте и обслуживании оборудования           4

**59. Производство синтетических,**

**дивинилнитрильных, полиизопренового и**

**полибутадиенового каучуков**

**(СКБ, СКН, СКИ-3, СКД)**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             5

**60. Производство стирола, полистирола,**

**альфаметилстирола, дивинилстирольных**

**каучуков и латексов,**

**дивинилметилстирольного, хлорпренового**

**каучука; ацетилена (из природного газа)**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             4

**61. Производство полиизобутилена**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе           5

**62. Производство бутилкаучука**

**(в среде хлористого метила)**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе           4

**63. Производство хлорвинила, сополимеров**

**на его основе, полихлорвиниловых смол**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             4

**64. Производство волокнистых и**

**асбестовых прессматериалов**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             4

**65. Производство технического**

**бензилового спирта**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе           4

**66. Производство волокон химических**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             5

**67. Производство стеклопластиков методом**

**контактного формования и механизированным**

**способом**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе           4

**Раздел 3. Лаки и краски**

**68. Производство свинцового глета и сурика**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий         3 и 2

день в основном технологическом процессе,      чередовать

на ремонте и обслуживании оборудования         понедельно

**69. Производство свинцовых кронов**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий         3 и 2

день в основном технологическом процессе,      чередовать

на ремонте и обслуживании оборудования         понедельно

**70. Производство свинцовых белил**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий         3 и 2

день в основном технологическом процессе,      чередовать

на ремонте и обслуживании оборудования         понедельно

**71. Производство ветерильных цинковых белил**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий         3 и 2

день в основном технологическом процессе,      чередовать

на ремонте и обслуживании оборудования         понедельно

**Раздел 4. Горные работы**

**72. Добыча и переработка апатито-нефелиновых руд**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             4

**73. Добыча и переработка хромсодержащих руд**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             2

**Раздел 5. Химические реактивы**

**74. Производство фторсодержащих солей-реактивов**

**(алюминий кремнефтористоводородный, алюминий**

**фтористый, безводный, калий кремнефтористо-**

**водородный, титан-аммоний, фтористый, калий**

**титано-фтористоводородный, магний фтористый,**

**натрий кремнефтористоводородный,**

**кремнефтористоводородная кислота, фтористый**

**литий, фтористый натрий, фтористый калий)**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе и на

ремонте оборудования (слесарь-ремонтник)           2

**75. Производство фосфорсодержащих**

**солей-реактивов (аммоний фосфорноватистокислый,**

**барий фосфорнокислый двухзамещенный,**

**фосфор пятихлористый)**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе

и на ремонте оборудования                          4

**76. Производство бериллийсодержащих**

**солей-реактивов (бериллий азотнокислый,**

**бериллий окись, бериллий сернокислый,**

**бериллий углекислый, бериллий уксуснокислый,**

**бериллий хлористый)**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             5

**77. Производство солей свинца-реактивов**

**(свинец хромовокислый, свинец хлористый,**

**свинец двуокись, свинец металлический в**

**палочках, свинец йодистый, свинец**

**щавелевокислый, свинец гранулированный,**

**свинец перекись, свинец азотнокислый,**

**свинец окись, свинец роданистый,**

**свинец сернокислый, свинец уксуснокислый,**

**свинец серноватистокислый, фталат свинца,**

**свинец углекислый)**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий         3 и 2

день в основном технологическом процессе       чередовать

и на ремонте оборудования                      понедельно

**78. Производство солей хрома - реактивов**

**(хром азотнокислый, гидрат окиси,**

**сернокислый, хлористый, уксуснокислый)**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе

и на ремонте оборудования                          2

**79. Производство солей марганца -**

**реактивов (углекислый марганец, перекись,**

**двуокись, азотнокислый, сернокислый)**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе

и на ремонте оборудования                          5

**80. Производство аэрофлотов**

**(ксиленонового, крезолового,**

**калиевобутилового)**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе

и на ремонте оборудования                          4

**81. Производство аминопродуктов - реактивов**

**(п-аминоацетофенон, аминоазобензол-пара,**

**амидол, аминофенол-пара основание,**

**аминофенол-мета и орто, анизидин-пара,**

**анилин солянокислый, антразо, анилид**

**тиоглеколевой кислоты, ацетил-дифениламин,**

**бензиламин, бутиламин, диазоаминобензол-пара,**

**ортодианизидин, диметиламиноазобензол-пара,**

**диметиламинобензальдегид-пара,**

**диметилпарафенилендиамин солянокислый,**

**диметиланилин солянокислый, дипикриламин,**

**диэтиланилин, 2, 6-дихлорфенолиндифенолин,**

**диэтиламин и его соли, нитродифениламин,**

**пиламин, сульфаниловая кислота, стильбазо,**

**толуидин тионалид, триптофан, фенилгидразин**

**основание, фенилгидразин солянокислый,**

**фенилендиамин-пара и его соли, этиламин**

**солянокислый, дитиоанилин, азобензол, анилин,**

**анилин сернокислый, анилин уксуснокислый,**

**аминофенол-пара сернокислый, диметиланилин,**

**дифенилмочевина, диметиламин солянокислый,**

**метиламин солянокислый, альфанафтиламин,**

**бетанафтохинон, альфанафтохинон,**

**толидин-орто, толуидин-орта, -мета, -пара,**

**толуилендиамид-мета, фенилгидразин**

**сернокислый, толуидин, хлоргидрат, стильбен,**

**ацетнафталид-альфа, ацетофенон,**

**бензо-хлор-2, 4-дихлоранилид,**

**диметилпарафенилендиамин сульфат,**

**дифениламиносульфонат бария и натрия,**

**дифенилкарбазид, диэтилпарафенилендиамин**

**сульфат, 2, 6-дибромфенолиндофенол,**

**дибромфенилгидразин, дибутиламин,**

**диметглиоксим, фенилгидрооксиламин,**

**купферон)**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте оборудования (слесарь-ремонтник)        4

**82. Производство радиоактивных солей**

**урана и тория (уранил азотнокислый,**

**уксуснокислый, сернокислый, хлористый и**

**углекислый, ураниламмоний азотнокислый,**

**уран окись. Торий азотнокислый,**

**уксуснокислый хлористый, углекислый,**

**щавелевокислый, сернокислый и др.)**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте оборудования (слесарь-ремонтник)        1

**Раздел 6. Химико-фармацевтические производства**

**83. Производство теобромина,**

**фенилацетамида, цианистого бензила**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте оборудования (слесарь-ремонтник)        2

**84. Производство промедола, фенацетина,**

**аминазина, пропазина**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте оборудования (слесарь-ремонтник)        4

**85. Производство нитрохлоракридина,**

**аминохинола, трихомонацида, азидина,**

**димеколина и фепранона фосфакола,**

**армина и растворов миотических средств**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте оборудования (слесарь-ремонтник)        4

**86. Производство оксиметильного соединения**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте оборудования (слесарь-ремонтник)        4

**87. Производство наганина, карбахолина,**

**прозерина**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте оборудования (слесарь-ремонтник)        4

**88. Производство хлорэтила медицинского**

**в ампулах**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте оборудования (слесарь-ремонтник)        4

**89. Производство кутизона**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте оборудования (слесарь-ремонтник)        4

**90. Производство трехфтористого бора**

**и продуктов на его основе**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте оборудования (слесарь-ремонтник)        5

**Глава 2. Производства цветной металлургии**

**91. Производство ртути**

Рабочие и мастера занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             4

**92. Производство свинца и олова**

**1) Плавка свинцовых и оловянных руд,**

**концентратов (агломерата), рафинирование**

**свинца, олова и свинецсодержащих сплавов**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий         3 и 2

день в основном технологическом процессе,      чередовать

на ремонте и обслуживании оборудования         понедельно

**2) Обогащение свинцово-оловянных руд**

Рабочие, обслуживающие дробильные агрегаты

обогатительных фабрик, свинцового и

оловянного производств                            3 и 2

                                              чередовать

Сушильщик, занятый на сушке концентратов       понедельно

обогатительных фабрик свинцового и

оловянного производств

**93. Производство лопаритового концентрата**

**на горнообогатительных комбинатах**

**1) Подземные работы**

Рабочие, руководители и специалисты, занятые

в добыче концентрата, на ремонте и

обслуживании оборудования                          1

**2) Поверхностные работы**

Рабочие, занятые полный рабочий день в

обеспечении технологического и

вспомогательного процессов добычи концентрата      1

**3) Обогащение руд**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             1

**94. Переработка лопаритового концентрата**

Рабочие и специалисты, руководители, занятые

полный рабочий день в основном технологическом

процессе, на ремонте и обслуживании

оборудования, в лаборатории                        1

**95. Плавка и переработка медных руд,**

**концентратов (агломерата) и других**

**материалов, содержащих свинец**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий         3 и 2

день в основном технологическом процессе,      чередовать

на ремонте и обслуживании оборудования         понедельно

**96. Производство бериллия**

Работники, непосредственно занятые на работах

в производстве гидроокиси бериллия, окиси

бериллия, металлического бериллия и изделий

из них                                             2

**97. Подземные горнопроходческие,**

**подготовительные и очистные работы на**

**рудниках (шахтах) свинцовоцинковой и**

**медной отрасли экономики, где руды или**

**породы содержат 10 процентов и более**

**свободной двуокиси кремния**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе

и на ремонте оборудования                          4

**98. Добыча и переработка руд с**

**содержанием двуокиси кремния более**

**10 процентов на рудниках и шахтах**

**свинцовоцинковой и медной отрасли**

**экономики**

**1) Подземные горные работы**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             4

**2) Переработка руд**

Рабочие и мастера, непосредственно занятые

в дробильных и дробильно-шихтарных

подразделениях обогатительных фабрик               4

**Глава 3. Электротехнические и**

**радиотехнические производства**

**99. Производство газоразрядных приборов,**

**наполняемых ртутью и ртутных выпрямителей**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             4

**100. Производство свинцовых (кислотных)**

**аккумуляторов**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий         3 и 2

день в основном технологическом процессе,      чередовать

на ремонте и обслуживании оборудования         понедельно

**101. Производство железоникелевых и**

**кадмиевоникелевых (щелочных) аккумуляторов**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             2

**102. Производство специальных химических**

**источников тока (на работах, связанных с**

**применением ртути, свинца и их соединений)**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе

и на ремонте оборудования                          4

**103. Производство электроугольных изделий**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе и

на ремонте оборудования

**104. Производство гальванических**

**элементов и батарей**

**1) Обработка марганцевой руды и**

**изготовление агломератов**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             5

**105. Производство фенолоформальдегидных,**

**анилиноформальдегидных, полиэфирно-**

**эпоксидных, полиэфиримидоэпоксидных**

**лаков, смол и компаундов**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе и

на ремонте оборудования (слесарь-ремонтник)        4

**106. Производство слоистых пластиков,**

**намоточных изделий и профильных**

**стеклопластиков**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе и

на ремонте оборудования (слесарь-ремонтник)        4

**107. Производство миканитов, слюдопластов,**

**слюдинитов и пленкостеклотканей на кремний**

**органических, полиэфирноэпоксидных и**

**полиэфиримидоэпоксидных связующих**

Рабочие и мастера, занятые полный рабочий

день в основном технологическом процессе,

на ремонте и обслуживании оборудования             4

**Глава 4. Работы с радиоактивными веществами**

**и источниками ионизирующих излучений**

**(не включенные в**
**Главы 1-3**
**)**

  1. Работники, непосредственно занятые на

добыче и переработке (включая погрузочные

работы и хранение) урановых и ториевых руд;

производстве и переработке урана, тория,

трития, радия, тория - 228, радия - 228,

актиния - 228, полония, трансурановых

элементов, продуктов деления урана и тория

на предприятиях и опытных установках               1

  2. Работники, непосредственно занятые на

промышленных, энергетических, транспортных и

опытно-промышленных ядерных реакторах              1

  3. Работники, непосредственно занятые

приготовлением нейтрононовых источников

(радий - бериллиевые, полоний - бериллиевые и

другие нейтронные источники на основе

радиоактивных веществ особо высокой

радиотоксичности), при активности на рабочем

месте свыше 1 милликюри                            1

  4. Работники, непосредственно занятые в

производстве радиоактивных светосоставов

постоянного действия с применением радия,

тория - 228, радия - 228, актиния - 228,

полония в открытом виде                            1

  5. Работники, непосредственно занятые

получением эманации радия при активности

источника на рабочем месте свыше милликюри         1

  6. Работники, непосредственно занятые на

лабораторных и других работах с применением в

открытом виде в количестве свыше 1 милликюри

на рабочем месте радия, тория - 228,

радия - 228, актиния - 228, полония, плутония,

урана 233-235, стронция - 90, цезия - 137,

церия - 144, неразделенной смеси продуктов

расщепления урана, трансурановых элементов         1

**Глава 5. Работы в условиях повышенного**

**атмосферного давления**

 1) Все рабочие, инженерно-технические работники

и служащие, непосредственно занятые на работах

в кессонах                                         4

 2) Водолазы, занятые на подводно-технических,

строительно-монтажных и ремонтных работах, кроме

водолазов легкого снаряжения спасательных служб    4

 3) Водолазы, занятые на добыче морепродуктов

(трепанг, мидия, водоросли и др.)                  4

 4) Врачи, средний медицинский персонал и

инженерно-технические работники, непосредственно

работающие в лечебных барокамерах                  4

**Глава 6. Производства черной металлургии**

**108. Доменное производство**

Рабочие, занятые в основном технологическом     Витамины

процессе                                        А; В1; В2

**109. Сталеплавильное и ферросплавное**

**производства**

Рабочие, занятые в основном технологическом

процессе                                           4

**110. Прокатное и трубное производство**

Рабочие, занятые в основном технологическом     Витамины

процессе                                        А; В1; В2

**111. Производство металлического хрома и**

**хромосодержащих сплавов алюминотермическим**

**способом**

Рабочие и специалисты, непосредственно

занятые в производстве                             2

**Глава 7. Производства пищевой промышленности**

**112. Табачно-махорочное производство**

Рабочие и специалисты, непосредственно

занятые в производстве табака, папирос,

сигарет, сигар, курительной и нюхательной       Витамины

махорки и на ферментации табаков                  В; С

**113. Хлебопекарное производство**

1) Машинист ошпарочного агрегата                Витамины

2) Пекарь                                         С; РР

Приложение 2

к нормам выдачи рационов лечебно-

профилактического питания работникам

за счет средств работодателя

**Выдача витаминов в зависимости от характера производства**

     Выдача витаминов в зависимости от характера производства является одной из разновидностей лечебно-профилактического питания. Для рабочих горячих цехов в черной металлургии, а также в производствах пищевой промышленности - хлебопекарном, табачно-махорочном, согласно Нормы, предусматривается выдача витаминов:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|
Категории работников
 |
Наименование

витаминов
 |
Дневная

доза, мг
 |
|
1. Работники, подвергающиеся

воздействию высокой

температуры и интенсивному

теплооблучению:
 |

 |

 |
|
 1) непосредственно

занятые в доменном,

сталеплавильном,

ферросплавном, прокатном и

трубопрокатном производстве

организаций черной

металлургии
 |

Ретинол А

Тиамин В1

Рибофлавин В2
 |

2

3

3
 |
|
 2) машинисты ошпарочных

агрегатов, пекари в

хлебопекарном производстве
 |
Аскорбиновая

кислота С

Никотиновая

кислота
 |

150

20
 |
|
2. Работники, занятые в

табачно-махорочном и

никотиновом производствах,

подвергающиеся воздействию

пыли, содержащей никотин
 |
Тиамин В1

Аскорбиновая

кислота С
 |
2

150
 |

**Схема обогащения рационов питания витаминами**

     Рационы питания обогащаются витаминами путем их добавления (в кристаллическом виде или масляном растворе - ретинол, токоферол) непосредственно в блюда, либо путем выдачи 1-2 драже поливитаминов.

     Раствор витаминов готовится ежедневно таким образом, чтобы в определенном объеме воды или блюда содержалась необходимая доза.

     Водные растворы витаминов хранению не подлежат.

     Для облегчения приготовления раствора витаминов следует пользоваться таблицей:

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|
Коли-

чество

людей
 |
Коли-

чество

воды

в мл.
 |
Вита-

мин С

100 мг.
 |
При

дозе

150 мг
 |
Вита-

мин В1
 |
Вита-

мин В2
 |
|
1
 |
4
 |
100
 |
150
 |
3
 |
15
 |
|
5
 |
20
 |
500
 |
750
 |
15
 |
75
 |
|
10
 |
40
 |
1000
 |
1500
 |
30
 |
150
 |
|
50
 |
200
 |
5000
 |
7500
 |
150
 |
750
 |

     Получающим горячие завтраки лечебно-профилактического питания витаминный раствор добавляют в чай или кофе по одной чайной ложке.

     В тех случаях, когда выдаются только витамины, их добавляют в первые или третьи блюда.

     Для предупреждения разрушения витаминов высокой температурой их не следует закладывать в кипящий суп, борщ и т.п. Витаминизацию проводят непосредственно при раздаче блюда.

     Витамин А растворяют в жире и добавляют в первые, вторые блюда, из расчета 2 мг. на 1 человека (или более 6600 и.е.).

     Обычный масляный концентрат витамина А содержит 100000 и.е. в 1 мл. (количество необходимое для 15 человек). Доза на одного человека - две капли этого концентрата.

     Витамин Е растворяют в жире, добавляют в гарниры вторых блюд. Закладка витамина Е (1 капля 5% масляного раствора аптечного препарата содержит 1 мг. витамина) проводится по схеме:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|
Коли-

чество

людей
 |
Кол-во

жира, мл.
 |
Содержание

витамина

на Е, мг.
 |
Объем масляного

5% раствора

витамина Е
 |
|
1
 |
5
 |
10
 |
10 капель
 |
|
5
 |
25
 |
50
 |
50 капель
 |
|
10
 |
50
 |
100
 |
1 чайная ложка
 |
|
50
 |
250
 |
500
 |
5 чайных ложек
 |
|
100
 |
500
 |
1000
 |
10 чайных ложек
 |

Приложение 3

к нормам выдачи рационов лечебно-

профилактического питания работникам

за счет средств работодателя

**Нормы**

**взаимозаменяемости продуктов при изготовлении завтраков**

**лечебно-профилактического питания**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|
Наименование

заменяемых

продуктов
 |
Вес в

кило-

граммах

(брутто)
 |
Наименование

заменяющих

продуктов
 |
Эквивалентный

вес в кило-

граммах

(брутто)
 |
|
Мясо (говядина)
 |
1
 |
Свинина

обрезная
 |
1
 |
|
Мясо (говядина)
 |
1
 |
Баранина

нежирная
 |
1
 |
|
Мясо (говядина)
 |
1
 |
Рыба свежая
 |
1,5
 |
|
Мясо (говядина)
 |
1
 |
Рыбное филе
 |
0,75
 |
|
Яйцо (без

скорлупы)
 |
1 шт.
 |
Яичный

порошок
 |
0,278
 |
|
Молоко цельное
 |
1
 |
Молоко

сгущенное

пастеризо-

ванное без

сахара
 |
0,45
 |
|
Молоко цельное
 |
1
 |
Молоко сухое

цельное
 |
0,13
 |
|
Молоко цельное
 |
1
 |
Кефир
 |
1
 |
|
Молоко цельное
 |
1
 |
Ацидофилин
 |
1
 |
|
Молоко цельное
 |
1
 |
Простокваша
 |
1
 |
|
Творог (свежий)
 |
1
 |
Творог сухой
 |
0,35
 |
|
Творог (свежий)
 |
1
 |
Сыр (30%

жирности)
 |
0,5
 |
|
Масло

сливочное
 |
1
 |
Масло

топленое
 |
0,85
 |
|
Масло

растительное
 |
1
 |
Маргарин

растительный
 |
1
 |
|
Сыр
 |
1
 |
Творог
 |
2
 |
|
Сметана
 |
1
 |
Масло

сливочное
 |
0,25
 |
|
Бобовые
 |
1
 |
Крупа

гречневая
 |
1
 |
|
Крупа разная

(кроме

гречневой)
 |
1
 |
Крупа

разная,

бобовые
 |
1
 |
|
Картофель

свежий
 |
1
 |
Картофель

сушеный
 |
0,2
 |
|
Овощи свежие
 |
1
 |
Овощи

сушеные
 |
0,1
 |
|
Фрукты, ягоды

свежие
 |
1
 |
Фруктовые

соки
 |
1
 |
|
Фрукты, ягоды

свежие
 |
1
 |
Сухофрукты
 |
0,25
 |

     Примечание. Замена мяса (говядины) жирными сортами свинины, баранины, птицей, солониной, соленой рыбой, сельдью и копченостями не допускается.

Приложение 4

к нормам выдачи рационов лечебно-

профилактического питания работникам

за счет средств работодателя

**Примерное шестидневное меню-раскладка**

**горячих завтраков лечебно-профилактического**

**питания по рациону N 1**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|
Меню
 |
Рас-

клад-

ка N
 |
Продукты в граммах
 |
|
Хлеб ржа-

ной
 |
Хлеб

пше-

нич-

ный
 |
Мука

пше-

нич-

ная и

кар-

то-

фель-

ная
 |
Мука

мака роны

и бо-

бовые
 |
Кар-

то-

фель
 |
Ка-

пус-

та
 |
Мор-

ковь
 |
|
1-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Салат капустный
 |
48
 |

 |

 |

 |

 |

 |
264
 |

 |
|
Печень в

сметане
 |
689
 |

 |

 |
15
 |
70
 |

 |

 |

 |
|
Пудинг творожный
 |
490
 |

 |

 |
4
 |
10
 |

 |

 |

 |
|
Фрукты
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Хлеб, чай
 |

 |
100
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
2-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Винегрет
 |
75
 |

 |

 |

 |

 |
40
 |
30
 |
25
 |
|
Говядина отварная

с картофелем
 |
611/

733
 |

 |

 |
 5
 |

 |
260
 |

 |

 |
|
Омлет запеченный

с капустой
 |
535
 |

 |

 |

 |

 |

 |
100
 |

 |
|
Фрукты
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Хлеб, чай
 |

 |
100
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
3-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Салат овощной
 |
413
 |

 |

 |

 |

 |
10
 |
80
 |
20
 |
|
Мясо тушеное с

гарниром
 |
626
 |

 |

 |
10
 |

 |

 |
240
 |

 |
|
Сырники со сметаной
 |
493
 |

 |

 |
10
 |

 |

 |

 |

 |
|
Фрукты
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Хлеб, чай
 |

 |
100
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
4-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Салат капустный
 |
40
 |

 |

 |

 |

 |

 |
264
 |

 |
|
Запеченная рыба с картофелем
 |
558/

773
 |

 |

 |
 4
 |

 |
260
 |

 |

 |
|
Яйцо в смятку
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Фрукты
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Хлеб, чай
 |

 |
100
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Свекла маринованная

с зеленым горошком
 |
82
 |

 |

 |

 |
50
 |

 |

 |

 |
|
Печень по

строгановски
 |
690
 |

 |

 |
 5
 |

 |
260
 |

 |

 |
|
Творог с молоком
 |
485
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Фрукты
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Хлеб, чай
 |

 |
100
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
6-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Винегрет
 |
76
 |

 |

 |

 |

 |
60
 |
30
 |
25
 |
|
Тефтели

с вермишелью
 |
726
 |

 |

 |
 13
 |
70
 |

 |

 |

 |
|
Яичная каша

с сыром
 |
506
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Фрукты
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Хлеб, чай
 |

 |
100
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Итого за 6 дней
 |

 |
600
 |

 |
60/6
 |
150/

  60
 |
960
 |
900
 |
 -
 |
|
Округлено

за 1 день
 |

 |
100
 |

 |
 10/

  1
 |
25/

 10
 |
160
 |
150
 |
 -
 |

(продолжение таблицы 2)

|  |  |
| --- | --- |
|
Меню
 |
Продукты в граммах
 |
|
Све-

кла
 |
Лук
 |
То-

мат-

пюре
 |
Са-

хар
 |
Мас-

ло

рас-

ти-

те-

ль-

ное
 |
Мас-

ло

жи-

вот-

ное
 |
Сме-

тана
 |
Сыр
 |
|
1-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Салат капустный
 |

 |

 |

 |
 3
 |
11
 |

 |

 |

 |
|
Печень в сметане
 |

 |

 |

 |

 |

 |
15
 |
15
 |

 |
|
Пудинг творожный
 |

 |

 |

 |
20
 |

 |
10
 |
5
 |

 |
|
Фрукты
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Хлеб, чай
 |

 |

 |

 |
10
 |

 |

 |

 |

 |
|
2-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Винегрет
 |
40
 |
30
 |

 |

 |
5
 |

 |

 |

 |
|
Говядина отварная

с картофелем
 |

 |

 |

 |

 |

 |
20
 |

 |

 |
|
Омлет запеченный

с капустой
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Фрукты
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Хлеб, чай
 |

 |

 |

 |
10
 |

 |

 |

 |

 |
|
3-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Салат овощной
 |
45
 |
18
 |

 |

 |

 |

 |
15
 |

 |
|
Мясо тушеное

с гарниром
 |

 |
27
 |
 15
 |

 |

 |
20
 |

 |

 |
|
Сырники со сметаной
 |

 |

 |

 |
5
 |

 |
 5
 |
15
 |

 |
|
Фрукты
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Хлеб, чай
 |

 |

 |

 |
10
 |

 |

 |

 |

 |
|
4-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Салат капустный
 |

 |

 |

 |
3
 |
11
 |

 |

 |

 |
|
Запеченная рыба с картофелем
 |

 |
36
 |

 |

 |
10
 |
5
 |

 |

 |
|
Яйцо в смятку
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Фрукты
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Хлеб, чай
 |

 |

 |

 |
10
 |

 |

 |

 |

 |
|
Свекла маринованная

с зеленым горошком
 |
92
 |

 |

 |
3
 |
5
 |

 |

 |

 |
|
Печень по

строгановски
 |

 |
15
 |
 10
 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Творог

с молоком
 |

 |

 |

 |
10
 |

 |

 |

 |

 |
|
Фрукты
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Хлеб,чай
 |

 |

 |

 |
10
 |

 |

 |

 |

 |
|
6-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Винегрет
 |
40
 |

 |

 |

 |

 |

 |
10
 |

 |
|
Тефтели

с вермишелью
 |

 |
29
 |
 17
 |

 |

 |
15
 |

 |

 |
|
Яичная каша

с сыром
 |

 |

 |

 |

 |

 |
 5
 |

 |
60
 |
|
Фрукты
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Хлеб, чай
 |

 |

 |

 |
10
 |

 |

 |

 |

 |
|
Итого за 6 дней
 |
475
 |
 -
 |
 72
 |
104
 |
42
 |
120
 |
70
 |
60
 |
|
Округлено

за 1 день
 |
 90
 |
 -
 |
 12
 |
17
 |
 7
 |
 20
 |
10
 |
10
 |

(продолжение таблицы 3)

|  |  |
| --- | --- |
|
Меню
 |
Продукты в граммах
 |
|
Тво-

рог
 |
Яй-

цо
 |
Го-

вя-

ди-

на
 |
Ры-

ба
 |
Пе-

чень
 |
Мо-

локо
 |
Фрук-

ты
 |
Клюк-

ва
 |
|
1-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Салат капустный
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
7,5
 |
|
Печень в сметане
 |

 |

 |

 |

 |
99
 |

 |

 |

 |
|
Пудинг творожный
 |
90
 |
0,25

шт.
 |

 |

 |

 |

 |

 |
15
 |
|
Фрукты
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
130
 |

 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |
200
 |

 |

 |
|
Хлеб, чай
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
2-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Винегрет
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Говядина отварная

с картофелем
 |

 |

 |
164
 |

 |

 |
100
 |

 |

 |
|
Омлет запеченный

с капустой
 |

 |
1,5

шт.
 |

 |

 |

 |
50
 |

 |

 |
|
Фрукты
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
130
 |

 |
|
Хлеб, чай
 |

 |

 |

 |

 |

 |
200
 |

 |

 |
|
3-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Салат овощной
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Мясо тушеное

с гарниром
 |

 |

 |
69
 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Сырники

со сметаной
 |
70
 |
0,25

шт.
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Фрукты
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
130
 |

 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |
200
 |

 |

 |
|
Хлеб, чай
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
4-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Салат капустный
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
7,5
 |
|
Запеченная рыба с картофелем
 |

 |

 |

 |
120
 |

 |
50
 |

 |

 |
|
Яйцо в смятку
 |

 |
1 шт.
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Фрукты
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
130
 |

 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |
200
 |

 |

 |
|
Хлеб, чай
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Свекла маринованная

с зеленым горошком
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Печень по строгановски
 |

 |

 |

 |

 |
81
 |

 |

 |

 |
|
Творог с молоком
 |
80
 |

 |

 |

 |

 |
135
 |

 |

 |
|
Фрукты
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
 130
 |

 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |
200
 |

 |

 |
|
Хлеб,чай
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
6-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Винегрет
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Тефтели

с вермишелью
 |

 |

 |
97
 |

 |

 |
25
 |

 |

 |
|
Яичная каша

с сыром
 |

 |
1,5

шт.
 |

 |

 |

 |
60
 |

 |

 |
|
Фрукты
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
130
 |

 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |
200
 |

 |

 |
|
Хлеб, чай
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Итого за 6 дней
 |
240
 |
4,5

шт.
 |
430
 |
120
 |
180
 |
1620
 |
780
 |
30
 |
|
Округлено

за 1 день
 |
40
 |
0,75

шт.
 |
70
 |
20
 |
30
 |
270
 |
130
 |
5
 |

**Примерное шестидневное меню-раскладка**

**горячих завтраков лечебно-профилактического**

**питания по рациону N 2**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|
Меню
 |
Рас-

клад-

ка N
 |
Продукты в граммах
 |
|
Хлеб

ржа-

ной
 |
Хлеб

пше-

нич-

ный
 |
Мука

пше-

нич-

ная и

кар-

то-

фель-

ная
 |
Крупа и

мака-

роны
 |
Кар-

то-

фель
 |
Ка-

пус-

та
 |
Мор-

ковь
 |
|
1-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Сыр, хлеб
 |

 |
100
 |
100
 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Салат овощной
 |
43
 |

 |

 |

 |

 |
110
 |

 |
25
 |
|
Говядина тушеная

с макаронами
 |
626
 |

 |

 |
5
 |
50
 |

 |

 |
10
 |
|
Чай с сахаром
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
2-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Сыр, хлеб
 |

 |
100
 |
100
 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Салат из капусты
 |
51
 |

 |

 |

 |

 |

 |
229
 |

 |
|
Антекрот с

яйцом и рисом
 |
662
 |

 |

 |

 |
50
 |

 |

 |

 |
|
Чай с сахаром
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Хлеб, чай
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
3-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Сыр, хлеб
 |

 |
100
 |
100
 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Винегрет
 |
76/2
 |

 |

 |

 |

 |
55
 |
86
 |
25
 |
|
Шницель с

гречневой кашей
 |
721/1
 |

 |

 |

 |
50
 |

 |

 |

 |
|
Чай с сахаром
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
4-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Сыр, хлеб
 |

 |
100
 |
100
 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Рыба в маринаде
 |
123
 |

 |

 |
 5
 |

 |

 |

 |
63
 |
|
Печень с вермишелью
 |
688
 |

 |

 |
 8
 |
50
 |

 |

 |

 |
|
Чай с сахаром
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
5-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Сыр, хлеб
 |

 |
100
 |
100
 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Картофель тушеный

с овощами
 |
368/3
 |

 |

 |

 |

 |
307
 |

 |
13
 |
|
Мясо с макаронами
 |
698
 |

 |

 |

 |
50
 |

 |

 |

 |
|
Чай с сахаром
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
6-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Сыр, хлеб
 |

 |
100
 |
100
 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Рагу овощное
 |
370
 |

 |

 |

 |

 |
110
 |
38
 |
63
 |
|
Блинчики с мясом
 |
708
 |

 |

 |
75
 |

 |

 |

 |

 |
|
Чай с сахаром
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Итого за 6 дней
 |

 |
600
 |
600
 |
 93
 |
250
 |
582
 |

 |
859
 |
|
Округлено

за 1 день
 |

 |
100
 |
100
 |
 15
 |
40
 |
100
 |

 |
150
 |

(продолжение таблицы 2)

|  |  |
| --- | --- |
|
Меню
 |
Продукты в граммах
 |
|
Свек

-

ла
 |
Лук
 |
То-

мат-

пюре
 |
Са-

хар
 |
Масло

рас-

ти-

тель-

ное
 |
Масло

жи-

вот-

ное
 |
Сме-

тана
 |
Сыр
 |
|
1-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Сыр, хлеб
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
25
 |
|
Салат овощной
 |

 |
25
 |

 |

 |
10
 |

 |

 |

 |
|
Говядина тушеная
 |

 |
7
 |
5
 |

 |

 |
15
 |

 |

 |
|
Чай с сахаром
 |

 |

 |

 |
15
 |

 |

 |

 |

 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
2-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Сыр, хлеб
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
25
 |
|
Салат из капусты
 |

 |
24
 |

 |
10
 |
10
 |

 |

 |

 |
|
Антекрот с

яйцом и рисом
 |

 |

 |

 |

 |

 |
10
 |

 |

 |
|
Чай с сахаром
 |

 |

 |

 |
15
 |

 |

 |

 |

 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |
15
 |

 |

 |

 |

 |
|
Хлеб, чай
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
3-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Сыр, хлеб
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
25
 |
|
Винегрет
 |
38
 |
37
 |

 |
5
 |
10
 |

 |

 |

 |
|
Шницель с

гречневой кашей
 |

 |

 |

 |

 |

 |
15
 |

 |

 |
|
Чай с сахаром
 |

 |

 |

 |
15
 |

 |

 |

 |

 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |
15
 |

 |

 |

 |

 |
|
4-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Сыр, хлеб
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
25
 |
|
Рыба в маринаде
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Печень с

вермишелью
 |

 |
38
 |
5
 |
3
 |
 15
 |
15
 |

 |

 |
|
Чай с сахаром
 |

 |

 |

 |
15
 |

 |

 |

 |

 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
5-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Сыр, хлеб
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
25
 |
|
Картофель тушеный

с овощами
 |

 |
12
 |

 |

 |
15
 |
15
 |

 |

 |
|
Мясо с макаронами
 |

 |
29
 |

 |

 |

 |
15
 |

 |

 |
|
Чай с сахаром
 |

 |

 |

 |
15
 |

 |

 |

 |

 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
6-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Сыр, хлеб
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
25
 |
|
Рагу овощное
 |

 |
36
 |

 |

 |
10
 |

 |

 |

 |
|
Блинчики с мясом
 |

 |

 |

 |
5
 |
5
 |
15
 |

 |

 |
|
Чай с сахаром
 |

 |

 |

 |
15
 |

 |

 |

 |

 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |
15
 |

 |

 |

 |

 |
|
Итого за 6 дней
 |

 |

 |
10
 |
203
 |
75
 |
90
 |

 |
125
 |
|
Округлено

за 1 день
 |

 |

 |
2
 |
35
 |
13
 |
15
 |

 |
25
 |

(продолжение таблицы 2)

|  |  |
| --- | --- |
|
Меню
 |
Продукты в граммах
 |
|
Яйцо
 |
Го-

вя-

дина
 |
Ры-

ба
 |
Пе-

чень
 |
Огур-

цы
 |
Горо-

шек
 |
Чай
 |
Ке-

фир
 |
|
1-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Сыр, хлеб
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Салат овощной
 |

 |

 |

 |

 |
63
 |

 |

 |

 |
|
Говядина тушеная
 |

 |
169
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Чай с сахаром
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
0,5
 |

 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
200
 |
|
2-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Сыр, хлеб
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Салат из капусты
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Антекрот с

яйцом и рисом
 |
1
 |
161
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Чай с сахаром
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
0,5
 |

 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
200
 |
|
Хлеб, чай
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
3-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Сыр, хлеб
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Винегрет
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Шницель с

гречневой кашей
 |

 |
151
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Чай с сахаром
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
0,5
 |

 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
200
 |
|
4-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Сыр, хлеб
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Рыба в маринаде
 |

 |

 |
156
 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Печень с вермишелью
 |

 |

 |

 |
133
 |

 |

 |

 |

 |
|
Чай с сахаром
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
0,5
 |

 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
200
 |
|
5-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Сыр, хлеб
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Картофель тушеный

с овощами
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Мясо с макаронами
 |
0,25

шт.
 |
161
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|

Чай с сахаром
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
0,5
 |

 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
200
 |
|
6-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Сыр, хлеб
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Рагу овощное
 |

 |

 |

 |

 |

 |
53
 |

 |

 |
|
Блинчики с мясом
 |
0,25

шт.
 |
164
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Чай с сахаром
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
0,5
 |

 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
200
 |
|
Итого за 6 дней
 |
1,75
 |
806
 |
156
 |
133
 |
63
 |
53
 |
3
 |
1200
 |
|
Округлено

за 1 день
 |
0,25
 |
150
 |
25
 |
25
 |
10
 |
10
 |
0,5
 |
200
 |

**Примерное шестидневное меню-раскладка**

**горячих завтраков лечебно-профилактического**

**питания по рациону N 3**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|
Меню
 |
Р

а

с

к

л

а

д

к

а

N
 |
Продукты в граммах
 |
|
Хлеб

ржа-

ной
 |
Хлеб

пше-

нич-

ный
 |
Пе-

че-

нье
 |
Мука

пше-

нич-

ная
 |
Кру-

па,

ма-

ка-

ро-

ны
 |
Л

у

к
 |
То-

мат-

пю-

ре
 |
М

о

р

к

о

в

ь
 |
|
1-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Хлеб, масло,

консервы
 |

 |
100
 |
100
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Отварная говяди-

на с макаронами
 |
611
 |

 |

 |

 |
5
 |
60
 |
8
 |

 |
14
 |
|
Чай с сахаром 2

стакана, печенье
 |

 |

 |

 |
50
 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
2-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Хлеб, масло,

консервы
 |

 |
100
 |
100
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Печень с гречне-

вой кашей
 |
687
 |

 |

 |

 |
6
 |
46
 |

 |

 |

 |
|
Чай с сахаром 2

стакана, печенье
 |

 |

 |

 |
50
 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
3-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Хлеб, масло,

консервы
 |

 |
100
 |
100
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Тефтели с рисом
 |
726
 |

 |

 |

 |
12
 |
60
 |
40
 |
5
 |
10
 |
|
Чай с сахаром 2

стакана, печенье
 |

 |

 |

 |
50
 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
4-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Хлеб, масло,

консервы
 |

 |
100
 |
100
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Мясо жареное с

горошком
 |
644
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Чай с сахаром 2

стакана, печенье
 |

 |

 |

 |
50
 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
5-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Хлеб, масло,

консервы
 |

 |
100
 |
100
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Поджарка с

пшенной кашей
 |
665
 |

 |

 |

 |

 |
60
 |
36
 |
5
 |

 |
|
Чай с сахаром 2

стакана, печенье
 |

 |

 |

 |
50
 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
6-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Хлеб, масло,

консервы
 |

 |
100
 |
100
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Котлеты с

гречневой кашей
 |
718
 |

 |

 |

 |

 |
46
 |

 |

 |

 |
|
Чай с сахаром 2

стакана, печенье
 |

 |

 |

 |
50
 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Итого за 6 дней
 |

 |
600
 |
600
 |
300
 |
23
 |
272
 |
84
 |
10
 |
24
 |
|
Округлено за

один день
 |

 |
100
 |
100
 |
50
 |
4
 |
45
 |
15
 |
2
 |
6
 |

(продолжение таблицы 3)

|  |  |
| --- | --- |
|
Меню
 |
Продукты в граммах
 |
|
Го-

ро-

шек
 |
Са-

хар
 |
Масло

жи-

вот-

ное
 |
Го-

вя-

ди-

на
 |
Пе-

че-

нь
 |
Рыб-

ные

кон-

сер-

вы
 |
Чай
 |
|
1-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Хлеб, масло,

консервы
 |

 |

 |
10
 |

 |

 |
53
 |

 |
|
Отварная говяди-

на с макаронами
 |

 |
2,5
 |
15
 |
164
 |

 |

 |

 |
|
Чай с сахаром 2

стакана, печенье
 |

 |
30
 |

 |

 |

 |

 |
1,5
 |
|
2-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Хлеб, масло,

консервы
 |

 |

 |
10
 |

 |

 |
53
 |

 |
|
Печень с гречне-

вой кашей
 |

 |

 |
15
 |

 |
133
 |

 |

 |
|
Чай с сахаром 2

стакана,печенье
 |

 |
30
 |

 |

 |

 |

 |
1,5
 |
|
3-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Хлеб, масло,

консервы
 |

 |

 |
10
 |

 |

 |
53
 |

 |
|
Тефтели с рисом
 |

 |
2,5
 |
15
 |
154
 |

 |

 |

 |
|
Чай с сахаром 2

стакана, печенье
 |

 |
30
 |

 |

 |

 |

 |
1,5
 |
|
4-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Хлеб, масло,

консервы
 |

 |

 |
10
 |

 |

 |
53
 |

 |
|
Мясо жареное с

горошком
 |
200
 |

 |
15
 |
155
 |

 |

 |

 |
|
Чай с сахаром 2

стакана, печенье
 |

 |
30
 |

 |

 |

 |

 |
1,5
 |
|
5-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Хлеб, масло,

консервы
 |

 |

 |
10
 |

 |

 |
53
 |

 |
|
Поджарка с

пшенной кашей
 |

 |

 |
15
 |
161
 |

 |

 |

 |
|
Чай с сахаром 2,

стакана, печенье
 |

 |
30
 |

 |

 |

 |

 |
1,5
 |
|
6-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Хлеб, масло,

консервы
 |

 |

 |
10
 |

 |

 |
53
 |

 |
|
Котлеты с гречневой кашей
 |

 |

 |
15
 |
100
 |

 |

 |

 |
|
Чай с сахаром 2,

стакана, печенье
 |

 |
30
 |

 |

 |

 |

 |
1,5
 |
|
Итого за 6 дней
 |
200
 |
185
 |
150
 |
734
 |
133
 |
318
 |
9
 |
|
Округлено за

один день
 |
35
 |
32
 |
25
 |
130
 |
25
 |
130
 |
1,5
 |

**Примерное шестидневное меню-раскладка**

**горячих завтраков**

**лечебно-профилактического питания по рациону N 4**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|
Меню
 |
Р

а

с

к

л

а

д

к

а

N
 |
Продукты в граммах
 |
|
Хлеб

ржа-

ной
 |
Хлеб

пше-

нич-

ный
 |
Мука

пше-

нич-

ная
 |
Кру-

па, мака-

роны
 |
К

а

р

т

о

ф

е

л

ь
 |
К

а

п

у

с

т

а
 |
М

о

р

к

о

в

ь
 |
С

в

е

к

л

а
 |
Л

у

к
 |
Т

о

м

а

т

-

п

ю

р

е
 |
С

а

х

а

р
 |
|
1-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Творог со сметаной
 |
485/

1/2
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
7,5
 |
|
Мясо тушеное

с гречневой

кашей
 |
626/

767
 |

 |

 |
4
 |
46
 |

 |

 |
5
 |

 |
5
 |
12
 |

 |
|
Хлеб, масло

чай
 |

 |
100
 |
100
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
15
 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
15
 |
|
2-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Вареники с

творогом
 |
487
 |

 |

 |
50
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
12
 |
|
Картофельная

запеканка с отварным мя-

сом
 |
696
 |

 |

 |

 |

 |
300
 |

 |

 |

 |
21
 |

 |

 |
|
Хлеб, масло,

чай
 |

 |
100
 |
100
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
15
 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
3-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Пудинг из

творога

запеченный
 |
491
 |

 |

 |

 |
10
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
15
 |
|
Мясо отварное

с овощами
 |
661/773
 |

 |

 |

 |

 |
200
 |

 |
3
 |
3
 |

 |

 |

 |
|
Хлеб, масло,

чай
 |

 |
100
 |
100
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
15
 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
4-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Запеканка из

творога
 |
492
 |

 |

 |

 |
10
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
10
 |
|
Рыба отварная

или запечен-

ная с карто-

фелем
 |
576
 |

 |

 |

 |

 |
200
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Хлеб, масло,

чай
 |

 |
100
 |
100
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
15
 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
15
 |
|
5-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Творог со сметаной
 |
485/1/2
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
7,5
 |
|
Рулет с

макаронами
 |
725
 |

 |

 |

 |
30
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Хлеб, масло,

чай
 |

 |
100
 |
100
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
15
 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
15
 |
|
6-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Сырники
 |
493
 |

 |

 |
23
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
25
 |
|
Рыба жареная

с картофелем
 |
549
 |

 |

 |

 |

 |
200
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Хлеб, масло,

чай
 |

 |
100
 |
100
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
15
 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
15
 |
|
Итого за 6

дней
 |

 |
600
 |
600
 |
77
 |
96
 |
900
 |
-
 |
8
 |
-
 |
30
 |
12
 |
267
 |
|
Округлено за

1 день
 |

 |
100
 |
100
 |
15
 |
15
 |
150
 |
-
 |
1
 |
-
 |
6
 |
2
 |
45
 |

(продолжение таблицы 4)

|  |  |
| --- | --- |
|
Меню
 |
Продукты в граммах
 |
|
Масло

рас-

ти-

тель-

ное
 |
Масло

жи-

вот-

ное
 |
Сме-

тана
 |
Тво-

рог
 |
Яй-

цо
 |
Го-

вя-

ди-

на
 |
Ры-

ба
 |
Чай
 |
Ке-

фир
 |
|
1-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Творог со сметаной
 |

 |

 |
15
 |
101
 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Мясо тушеное

с гречневой

кашей
 |
 5
 |
5
 |

 |

 |

 |
112
 |

 |

 |

 |
|
Хлеб, масло

чай
 |

 |
10
 |

 |

 |

 |

 |

 |
0,5
 |

 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
200
 |
|
2-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Вареники с

творогом
 |

 |
5
 |
30
 |
96
 |
0,5

шт.
 |

 |

 |

 |

 |
|
Картофельная

запеканка с отварным мя-

сом
 |
 15
 |

 |

 |

 |

 |
161
 |

 |

 |

 |
|
Хлеб, масло,

чай
 |
 10
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
0,5
 |

 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
200
 |
|
3-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Пудинг из

творога

запеченный
 |

 |
10
 |

 |
91
 |
0,5

шт.
 |

 |

 |

 |

 |
|
Мясо отварное

с овощами
 |

 |
5
 |
30
 |

 |

 |
164
 |

 |

 |

 |
|
Хлеб, масло,

чай
 |

 |
10
 |

 |

 |

 |

 |

 |
0,5
 |

 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
200
 |
|
4-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Запеканка из

творога
 |
 5
 |

 |
30
 |
142
 |
1/5

шт.
 |

 |

 |

 |

 |
|
Рыба отварная

или запечен-

ная с карто-

фелем
 |
 8
 |
5
 |

 |

 |

 |

 |
151
 |

 |

 |
|
Хлеб, масло,

чай
 |

 |
10
 |

 |

 |

 |

 |

 |
0,5
 |

 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
200
 |
|
5-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Творог со сметаной
 |

 |

 |
15
 |
101
 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Рулет с

макаронами
 |
 3
 |

 |

 |

 |
1/5

шт.
 |
154
 |

 |

 |

 |
|
Хлеб, масло,

чай
 |

 |
10
 |

 |

 |

 |

 |

 |
0,5
 |

 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
200
 |
|
6-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Сырники
 |

 |
10
 |
15
 |
142
 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Рыба жареная

с картофелем
 |
 5
 |
 5
 |

 |

 |

 |

 |
151
 |

 |

 |
|
Хлеб, масло,

чай
 |

 |
 10
 |

 |

 |

 |

 |

 |
0,5
 |

 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
200
 |
|
Итого за 6

дней
 |
 51
 |
 85
 |
135
 |
673
 |
1,5

шт.
 |
591
 |
305
 |
3
 |
1200
 |
|
Округлено за

1 день
 |
 10
 |
 15
 |
20
 |
110
 |
0,25

шт.
 |
100
 |
50
 |
0,5
 |
200
 |

     Примечание: Вторые блюда вареные или запеченные. Ограничение экстрактивных веществ мяса и рыбы.

**Примерное шестидневное меню-раскладка**

**горячих завтраков лечебно-профилактического**

**питания по рациону N 5**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|
Меню
 |
Рас-

клад-

ка N
 |
Продукты в граммах
 |
|
Хлеб

ржа-

ной
 |
Хлеб

пше-

нич-

ный
 |
Мука

пше-

нич-

ная
 |
Кру-

па

и

ма-

ка-

ро-

ны
 |
К

а

р

т

о

ф

е

л

ь
 |
К

а

п

у

с

т

а
 |
М

о

р

к

о

в

ь
 |
С

в

е

к

л

а
 |
Л

у

к
 |
Т

о

м

а

т

-

п

ю

р

е
 |
С

а

х

а

р
 |
|
1-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Салат

летний

с яйцом
 |
43
 |

 |

 |

 |

 |
110
 |

 |
25
 |

 |
25
 |

 |

 |
|
Ромштекс с

гречневой

кашей
 |
640/

766
 |

 |

 |

 |
47
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Хлеб, чай
 |

 |
100
 |
100
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
15
 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
15
 |
|
2-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Пудинг из

творога с

яйцом
 |
490
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
20
 |
|
Гуляш с жа-

реным кар-

тофелем
 |
663
 |

 |

 |
5
 |

 |
300
 |

 |

 |

 |
25
 |
5
 |

 |
|
Хлеб, чай
 |

 |
100
 |
100
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
15
 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
15
 |
|
3-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Салат из

капусты
 |
48
 |

 |

 |

 |

 |

 |
175
 |

 |

 |
25
 |

 |
20
 |
|
Бифштекс

с яйцом

с рисом
 |
650
 |

 |

 |

 |
35
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Хлеб, чай
 |

 |
100
 |
100
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
15
 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
15
 |
|
4-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Творог со

сметаной
 |
485
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
20
 |
|
Яйцо вареное
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Рыба жареная

с карто-

фелем

жареным
 |
563
 |

 |

 |
6
 |

 |
200
 |

 |

 |

 |

 |
5
 |

 |
|
Хлеб, чай
 |

 |
100
 |
100
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
15
 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
15
 |
|
5-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Винегрет
 |
76
 |

 |

 |

 |

 |
86
 |
25
 |
38
 |
37
 |

 |

 |

 |
|
Рулет с яйцом и

картофелем
 |
725/

83
 |

 |

 |

 |

 |
150
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Хлеб, чай
 |

 |
100
 |
100
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
15
 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
15
 |
|
6-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Омлет с

луком
 |
525
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
15
 |

 |

 |
|
Печень с луком и макаронами
 |
690/1
 |

 |

 |
8
 |
40
 |

 |

 |

 |

 |
60
 |

 |

 |
|
Хлеб, чай
 |

 |
100
 |
100
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Итого за 6

дней
 |

 |
600
 |
600
 |
19
 |
122
 |
760
 |
261
 |
50
 |
38
 |
187
 |
10
 |
240
 |
|
Округлено за 1 день
 |

 |
100
 |
100
 |
 3
 |
20
 |
125
 |

 |

 |
100
 |

 |
3
 |
40
 |

(продолжение таблицы 5)

|  |  |
| --- | --- |
|
Меню
 |
Продукты в граммах
 |
|
Мас-

ло

рас-

ти-

те-

ль-

ное
 |
Мас-

ло

жи-

вот-

ное
 |
С

м

е

т

а

н

а
 |
Т

в

о

р

о

г
 |

Я

й

ц

о
 |
Г

о

в

я

д

и

н

а
 |
Р

ы

б

а
 |
П

е

ч

е

н

ь
 |

О

г

у

р

ц

ы
 |
Г

о

р

о

ш

е

к
 |
Ч

а

й
 |
К

е

ф

и

р
 |
|
1-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Салат

летний

с яйцом
 |
15
 |

 |

 |

 |
1

шт
 |

 |

 |

 |
63
 |

 |

 |

 |
|
Ромштекс с

гречневой

кашей
 |

 |
15
 |

 |

 |
0,

25

шт
 |
157
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Хлеб, чай
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
0,5
 |

 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
200
 |
|
2-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Пудинг из

творога с

яйцом
 |

 |
10
 |
20
 |
101
 |
0,

75

шт
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Гуляш с

жареным

картофелем
 |
7
 |

 |

 |

 |

 |
161
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Хлеб, чай
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
0,5
 |

 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
200
 |
|
3-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Салат из

капусты
 |
15
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Бифштекс

с яйцом

с рисом
 |

 |
10
 |

 |

 |
1

шт
 |
161
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Хлеб, чай
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
0,5
 |

 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
200
 |
|
4-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Творог со

сметаной
 |

 |

 |
25
 |
101
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Яйцо

вареное
 |

 |

 |

 |

 |
1

шт
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Рыба

жареная

с карто-

фелем

жареным
 |
15
 |
15
 |

 |

 |

 |

 |
216
 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Хлеб, чай
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
0,5
 |

 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
200
 |
|
5-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Винегрет
 |
15
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Рулет с

яйцом и

картофелем
 |

 |
15
 |

 |

 |
1

шт
 |
154
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Хлеб, чай
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
0,5
 |

 |
|
Кефир
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
200
 |
|
6-й день
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Омлет с

луком
 |

 |
10
 |

 |

 |
1

шт
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
|
Печень с

луком и

макаронами
 |
15
 |
15
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
133
 |

 |

 |

 |
|
Хлеб, чай
 |
15
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
0,5
 |

 |
|
Кефир
 |
15
 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |

 |
200
 |
|
Итого за 6

дней
 |
90
 |
107
 |
60
 |
202
 |
6

шт
 |
633
 |
216
 |
133
 |
63
 |
-
 |
3
 |
1200
 |
|
Округлено за 1 день
 |
15
 |
 17
 |
10
 |
35
 |
1

шт
 |
100
 |
35
 |
25
 |
10
 |
-
 |
0,3
 |
200
 |

 © 2012. РГП на ПХВ «Институт законодательства и правовой информации Республики Казахстан» Министерства юстиции Республики Казахстан