

**Об утверждении норм выдачи работникам молока или равноценных пищевых продуктов, и (или) специализированных продуктов для диетического (лечебного и профилактического) питания**

Приказ Министра здравоохранения и социального развития Республики Казахстан от 28 декабря 2015 года № 1056. Зарегистрирован в Министерстве юстиции Республики Казахстан 31 декабря 2015 года № 12709.

      Сноска. Заголовок - в редакции приказа Министра труда и социальной защиты населения РК от 28.08.2020 № 346 (вводится в действие по истечении десяти календарных дней после дня его первого официального опубликования).  
      Примечание РЦПИ!  
      Настоящий приказ вводится в действие с 01.01.2016 г.

      В соответствии с подпунктом 34) статьи 16 Трудового кодекса Республики Казахстан от 23 ноября 2015 года **ПРИКАЗЫВАЮ:**

      1. Утвердить:

      1) Нормы выдачи работникам молока или равноценных пищевых продуктов, согласно приложению 1 к настоящему приказу;

      2) Нормы выдачи специализированных продуктов для диетического (лечебного и профилактического) питания, согласно приложению 2 к настоящему приказу.

      Сноска. Пункт 1 - в редакции приказа Министра труда и социальной защиты населения РК от 28.08.2020 № 346 (вводится в действие по истечении десяти календарных дней после дня его первого официального опубликования).

      2. Департаменту труда и социального партнерства Министерства здравоохранения и социального развития Республики Казахстан в установленном законодательством порядке обеспечить:

      1) государственную регистрацию настоящего приказа в Министерстве юстиции Республики Казахстан;

      2) в течение десяти календарных дней после государственной регистрации настоящего приказа в Министерстве юстиции Республики Казахстан направление на официальное опубликование в периодических печатных изданиях и информационно-правовой системе "Әділет";

      3) размещение настоящего приказа на интернет-ресурсе Министерства здравоохранения и социального развития Республики Казахстан;

      4) в течение десяти рабочих дней после государственной регистрации настоящего приказа в Министерстве юстиции Республики Казахстан представление в Департамент юридической службы Министерства здравоохранения и социального развития Республики Казахстан сведений об исполнении мероприятий, предусмотренных подпунктами 1), 2) и 3) настоящего пункта.

      3. Контроль за исполнением настоящего приказа возложить на вице-министра здравоохранения и социального развития Республики Казахстан Нурымбетова Б.Б.

      4. Настоящий приказ вводится в действие с 1 января 2016 года и подлежит официальному опубликованию.

|  |  |
| --- | --- |
| Министр здравоохранения |  |
| и социального развития |  |
| Республики Казахстан | Т. Дуйсенова |

      СОГЛАСОВАН

      Министр финансов

      Республики Казахстан

      \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Б. Султанов

      "\_\_\_" \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_ года

|  |  |
| --- | --- |
|  | Приложение 1 к приказу Министра здравоохранения и социального развития Республики Казахстан от 28 декабря 2015 года № 1056 |

      Сноска. Норма выдачи в редакции приказа Министра труда и социальной защиты населения РК от 30.06.2017 № 186 (вводится в действие по истечении десяти календарных дней после дня его первого официального опубликования).

**Нормы выдачи работникам молока**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Норма выдачи питьевого молока за смену** | **Наименование химических веществ:**  **при работе, которой выдается питьевое молоко до 3,2 % жирности по 0,5 литра за смену независимо от ее продолжительности в дни фактической занятости работника на работах, связанных с производством или применением их:** |
| 1. | 0,5 литр | Алифатические и алициклические углеводороды (насыщенные и ненасыщенные):  1) углеводороды ряда метана: бутан, изобутан, пентан, изопентан, гексан, октан, изооктан, нонан;  2) углеводороды ряда этилена: бутилены, амилены, изобутилен;  3) циклические непредельные углеводороды: циклопентадиен, цициклопентадиен, циклопентадие-нилтрикарбонил марганца;  4) ароматические углеводороды одно-многоядерные: бензол, ксилол, толуол, этилбензол, кумол (диизопропиленбензол), ксилолы, стиролы, дефенил, нафталин и их производные. |
| 2. | 0,5 литр | Галогенопроизводные углеводороды жирного ряда:  1) фторпроизводные: фторэтилен, дифторэтилен, трифторэтилен, тетрафторэтилен, трифторпропилен, дифторэтан, декафторбутан;  2) 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;  3) бромпроизводные: бромистый метилен, бромистый метил, бромистый этил, дибромэтан, тетрабромэтан, дибромпропан, бромоформ и остальные;  4) йодопроизводные: йодистый метил, йодоформ, йодистый этил;  5) смешанные галогенопроизводные: дифторхлор-метан, фтордихлорметан. |
| 3. | 0,5 литр | Галогенопроизводные углеводородов ароматического ряда: хлорбензол, дихлорбензол, трихлорбензол, тетрахлорбензол, гексахлорбензол, хлористый бензил, бензотрихлорид, хлорстирол, бромбензол, бромистый бензил и остальные галогенопроизводные этого ряда. |
| 4. | 0,5 литр | Хлорпроизводные одноциклических многоядерных углеводородов: хлорированные дифенилы, хлорокись дифенила, хлориндан, хлорнафталины, гептахлор, ДДТ, гексахлорциклогексан, полихлорпинен, полихлоркамфен, хлортен, симазин, артазин. |
| 5. | 0,5 литр | Спирты:   1) спирты и гликоли жирного ряда предельные и непредельные: спирт метиловый, аллиловый, кротониловый;  2) галогенопроизводные спиртов жирного ряда: спирт октафторамиловый, тетрафторпропиловый;  3) спирты алициклического и ароматического ряда: бензиловый спирт, циклогексанол. |
| 6. | 0,5 литр | Фенолы: фенол, хлорфенолы, пентахлорфенол, крезолы, гидрохинон, пентахлорфенолят натрия. |
| 7. | 0,5 литр | Эфиры алициклического и алифатического ряда и их галогенопроизводные: диметиловый, диэтиловый, диизопропиловый, дибутиловый, винилбутиловый, дивиниловый, монохлордиметиловый, дихлорди-этиловый, тетрахлордиэтиловый, эфиры этиленгликоля, пропиленгликоля, глицерина, полигликолевые эфиры. |
| 8. | 0,5 литр | Эфиры фенолов: гваякол, монобензиловый эфир гидрохинона, динил и остальные этого ряда. |
| 9. | 0,5 литр | Органические окиси и перекиси: окись этилена, пропилена, эпихлоргидрина, гидроперекись изопропилбензола, перекись бензоила, перекись метилэтилкетона, циклогексанона и остальные представители соединений данной группы. |
| 10. | 0,5 литр | Тиоспирты, тиофенолы и тиоэфиры: метил-и этил-меркаптаны, трихлортиофенол и пентахлортиофенол; соли трихлорфеноксиуксусной кислоты. |
| 11. | 0,5 литр | Альдегиды и кетоны замещенные и незамещенные: ацетальдегид, формальдегид, бекзальдегид, акролеин, ацетон, бромацетон, хлорацетон, пентахлорацетон, гексахлорацетон, хлорацетофенон и остальные этого ряда. |
| 12. | 0,5 литр | 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. | 0,5 литр | Сложные эфиры: эфиры азотистой, азотной, серной, хлорсульфоновой, муравьиной, уксусной, пропионовой, акриловой, милакриловой кислот и их галогено-производные. |
| 14. | 0,5 литр | Сложные эфиры и амиды кислот фосфора: трикрезилфосфат, тиофос, метафос, метилэтилтиофос, меркаптофос, метилмеркаптофос, карбофос, фосфамид, хлорофос, табун, зоман, зарин, октаметил, диэтилхлормонофосфат, метилдихлортифосфат, диметил-хлортнофосфат и остальные фосфорорганические ядохимикаты. |
| 15. | 0,5 литр | 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. | 0,5 литр | 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. | 0,5 литр | Бензохиноны, нафтахинон, антрахинон, бензатрен, парабензохинон и дихлорнафтахинон. |
| 18. | 0,5 литр | Органические красители: антрахиноновые, нитро и нитрозокрасители, азокрасители, азиновые, 2-метилфуран (силван). |
| 19. | 0,5 литр | Гетероциклические соединения: фуран, тетрагидрофуран, фурфурол, тиофен, индол, пиридин, пиразалан, пурин, пиридиновые и пуриновые основания, пиколины, никотиновая кислота, диоксаны, пиперидин, морфолин, гексоген, барбатураты, их полупродукты. |
| 20. | 0,5 литр | 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. | 0,5 литр | Бороводороды. |
| 22. | 0,5 литр | 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. | 0,5 литр | Соединения серы: сероводород, сероуглерод, хлороульфоновая кислота, хлорангидриды серы, сернистый и серный ангидриды. |
| 24. | 0,5 литр | Селен и его соединения: селенистый ангидрид, селенистая кислота, селеновая кислота, их соли, хлорокись селена, органические соединения селена. |
| 25. | 0,5 литр | Теллур и его соединения. |
| 26. | 0,5 литр | Соединения азота: гидразин и его производные, окислы азота, азотная кислота, азид натрия, аммиак, нитрит натрия, хлористый азот, хлористый нитрозил, гидроксиламин. |
| 27. | 0,5 литр | Желтый (белый) фосфор и его соединения: фосфорный ангидрид, фосфорная кислота и ее соли. |
| 28. | 0,5 литр | Мышьяк и его соединения: мышьяковистый и мышьяковый ангидриды, арсенит кальция, арсенат кальция, арсенит натрия, парижская зелень, осароол, иприт. |
| 29. | 0,5 литр | Сурьма и ее соединения: сурьмянистый и сурьмяный ангидриды, сурьмянистый водород, хлориды сурьмы. |
| 30. | 0,5 литр | Цианиды: цианистый водород, цианиды натрия и калия, дициан, хлорциан, бромциан, цианамид кальция, цианурхлорид, цианистый бензил. |
| 31. | 0,5 литр | Нитролы: ацетонитрил, ацетонциангидрин, акрилонитрил, этиленциангидрин, берзонитрил. |
| 32. | 0,5 литр | Изоцианаты, фенилизоцианат, гексаметилендиизоцианат, толуилендиизоцианат. |
| 33. | 0,5 литр | Соединения кремния в виде аэрозоля с содержанием свободной кристаллической двуокиси кремния свыше 10 %. |
| 34. | 0,5 литр | 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. | 0,5 литр | Марганец и его соединения: окислы марганца, сульфат, хлорид марганца, аэрозоли остальных его соединений. |
| 36. | 0,5 литр | Бериллий и его соединения: окись бериллия, гидрат окиси бериллия, карбид бериллия, сульфат бериллия, хлорид бериллия, фторокись бериллия и аэрозоли остальных соединений бериллия. |
| 37. | 0,5 литр | Таллий и его соединения: хлорид таллия, сульфат таллия, ацетат таллия, нитрат таллия, карбонат таллия. |
| 38. | 0,5 литр | Титан и его соединения. |
| 39. | 0,5 литр | Ванадий и его соединения: пятиокись, трехокись ванадия, ванадаты аммония, натрия и кальция, хлориды ванадия. |
| 40. | 0,5 литр | Хром и его соединения: трехокись хрома, окись хрома, хромовые кварцы, бихромат натрия и остальные. |
| 41. | 0,5 литр | Молибден и его соединения: трехокись молибдена, молибден аммония. |
| 42. | 0,5 литр | Никель и его соединения: закись никеля, окись никеля, гидрат закиси никеля. |
| 43. | 0,5 литр | Метанол. |
| 44. | 0,5 литр | Оловоорганические, борорганические и кремнийорга-нические соединения. |
| 45. | 0,5 литр | Свинец и его соединения. |
| 46. | 0,5 литр | Карбонилы металлов: никеля, кобальта, марганца. |
| 47. | 0,5 литр | Литий, цезий, рубидий, остальные щелочноземельные элементы и их соединения. |
| 48. | 0,5 литр | Редкоземельные элементы (лантаниды) и их соединения. |
| 49. | 0,5 литр | Кадмия оксиды и другие его соединения. |
| 50. | 0,5 литр | Антибиотики: биомицин, тетрациклин, синтомицин, левомицетин. |
| 51. | 0,5 литр | Компоненты микробиологического происхождения: бактериальные токсины, микотоксины, токсины одноклеточных водорослей. |
| 52. | 0,5 литр | Аэрозоли сильнодействующих ядовитых веществ при их производстве. |
| 53. | 0,5 литр | Производство всех видов сажи. |
| 54. | 0,5 литр | Пестициды. |
| 55. | 0,5 литр | Производство: железной руды и ее обогащении, кокса, углекислоты, извести и ее обжиге, коксовании и полукоксовании. |
| 56. | 0,5 литр | Диметил сульфид, моноэтаноламин насышенный, N-метиланилин, дихлорэтан, метил трибутиловый эфир (МТБЭ), агидол-1, класс нефть и продукты нефтепереработки. |

      Примечание: Питьевое молоко – молоко цельное, обезжиренное, нормализованное, обогащенное – молочный продукт с массовой долей молочного жира менее 10%, подвергнутый термической обработке, как минимум пастеризации, без добавления сухих молочных продуктов и воды, расфасованный в потребительскую тару.

**Нормы выдачи работникам равноценных пищевых продуктов**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Норма выдачи за смену** | **Наименование пищевого продукта** |
| 1. | 500 грамм | Кисломолочные жидкие продукты, в том числе обогащенные, с содержанием жира до 3,5 % (кефир разных сортов, простокваша, ацидофилин, ряженка), йогурты с содержанием жира до 2,5 % |
| 2. | 100 грамм | Творог не более 9 % жирности |
| 3. | 60 грамм | Сыр не более 24 % жирности |

      Примечание: В соответствии с требованиями технического регламента Таможенного союза "О безопасности молока и молочной продукции" (ТР ТС 033/2013, принят решением Совета Евразийской экономической комиссии от 9 октября 2013 года № 67) в настоящих Нормах выдачи работникам равноценных пищевых продуктов установлены следующие понятия и их определения:

      1) ацидофилин – кисломолочный продукт, произведенный с использованием в равных соотношениях заквасочных микроорганизмов (ацидофильной молочнокислой палочки, лактококков и закваски, приготовленной на кефирных грибках);

      2) йогурт – кисломолочный продукт с повышенным содержанием сухих обезжиренных веществ молока, произведенный с использованием заквасочных микроорганизмов (термофильных молочнокислых стрептококков и болгарской молочнокислой палочки);

      3) простокваша – кисломолочный продукт, произведенный с использованием заквасочных микроорганизмов (лактококков и (или) термофильных молочнокислых стрептококков);

      4) ряженка – кисломолочный продукт, произведенный путем сквашивания топленого молока с добавлением или без добавления молочных продуктов с использованием заквасочных микроорганизмов (термофильных молочнокислых стрептококков) с добавлением или без добавления болгарской молочнокислой палочки;

      5) творог – кисломолочный продукт, произведенный с использованием заквасочных микроорганизмов (лактококков или смеси лактококков и термофильных молочнокислых стрептококков) и методов кислотной или кислотно-сычужной коагуляции молочного белка с последующим удалением сыворотки путем самопрессования, и (или) прессования, и (или) сепарирования (центрифугирования), и (или) ультрафильтрации с добавлением или без добавления составных частей молока (до или после сквашивания) в целях нормализации молочных продуктов;

      6) кефир – кисломолочный продукт, произведенный путем смешанного (молочнокислого и спиртового) брожения с использованием закваски, приготовленной на кефирных грибках, без добавления чистых культур молочнокислых микроорганизмов и дрожжей;

      7) сыр – молочный продукт или молочный составной продукт, произведенный из молока, молочных продуктов и (или) побочных продуктов переработки молока с использованием или без использования специальных заквасок, технологий, обеспечивающих коагуляцию молочного белка с помощью молокосвертывающих ферментов, или кислотным, или термокислотным способом с последующим отделением сырной массы от сыворотки, ее формованием, прессованием, с посолкой или без посолки, созреванием или без созревания с добавлением или без добавления немолочных компонентов, вводимых не в целях замены составных частей молока.

|  |  |
| --- | --- |
|  | Приложение 2 к приказу Министра здравоохранения и социального развития Республики Казахстан от 28 декабря 2015 года № 1056 |

**Нормы выдачи специализированных продуктов для диетического (лечебного и профилактического) питания**

      Сноска. Заголовок - в редакции приказа Министра труда и социальной защиты населения РК от 28.08.2020 № 346 (вводится в действие по истечении десяти календарных дней после дня его первого официального опубликования).

      1. Специализированные продукты для диетического (лечебного и профилактического) питания (далее - ЛПП) выдается работникам в связи с вредными условиями труда, в виде горячих завтраков перед началом работы и в обеденный перерыв в соответствии с пяти рационами ЛПП:

      Рацион № 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 (в готовом виде) | 70 | Овощи | 90 |
| Рыба (в готовом виде) | 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 миллиграммов (далее - мг.) аскорбиновой кислоты.

      Примечание: ЛПП (рацион № 1) выдается рабочим и мастерам, занятым полный рабочий день в основном технологическом процессе, на ремонте и обслуживании оборудования следующих производств:

      1) производство радиоактивных солей урана и тория (уранил азотнокислый, уксуснокислый, сернокислый, хлористый и углекислый, ураниламмоний азотнокислый, урана окиси, торий азотнокислый, уксуснокислый хлористый, углекислый, щавелевокислый, сернокислый и другие);

      2) производство лопаритового концентрата на горнообогатительных комбинатах:

      подземные работы;

      поверхностные работы;

      обогащение руд;

      3) переработка лопаритового концентрата (в лаборатории);

      4) работы с радиоактивными веществами и источниками ионизирующих излучений:

      работники, непосредственно занятые на добыче и переработке (включая погрузочные работы и хранение) урановых и ториевых руд и концентратов; производстве и переработке урана, тория, трития, радия, тория-228, радия-228, актиния-228, полония, трансурановых элементов и их солей и соединений, продуктов деления урана и тория на предприятиях и опытных производствах и установках;

      работники, непосредственно занятые на промышленных, энергетических, транспортных и опытно-промышленных ядерных реакторах, установках генерирующих рентгеновское излучение мощностью более 0,5 кВт;

      работники, непосредственно занятые приготовлением нейтроновых источников (радий-бериллиевые, полоний-бериллиевые и другие нейтронные источники на основе радиоактивных веществ особо высокой радиотоксичности), при активности на рабочем месте свыше 1 милликюри;

      работники, непосредственно занятые в производстве радиоактивных светосоставов постоянного действия с применением радия, тория-228, радия-228, актиния-228, полония в открытом виде;

      работники, непосредственно занятые получением эманации радия при активности источника на рабочем месте свыше 1 милликюри;

      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.

      Рацион № 2 (дневная норма в граммах):

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Хлеб пшеничный | 150 | Рыба (в готовом виде) | 25 |
| Хлеб ржаной | - | Печень (в готовом виде) | 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 | 1 г. |
| Масло растительное | 13 | Мясо (в готовом виде) | 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.

      Рацион № 2а (дневная норма в граммах):

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Хлеб пшеничный (мука II сорта) | 100 | Молоко, кефир, 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 (в готовом виде) | 81 |
| Фрукты свежие и соки | 73 | Печень, сердце (в готовом виде) | 40 |
| Сухофрукты | 7 | Сметана (30 % жирность) | 32 |
| Творог (11 % жирность) | 70 | Соль | 4 |

      Химический состав и калорийность: белки - 52 г., в том числе 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.

      Примечание: ЛПП (рацион № 2, 2а) выдается рабочим и мастерам, занятым полный рабочий день в основном технологическом процессе, на ремонте и обслуживании оборудования следующих производств:

      1) производство серной кислоты;

      2) производство жидкого хлора;

      3) производство хлорной извести;

      4) производство хлорного железа;

      5) производство хлористого алюминия;

      6) производство фосгена;

      7) производство бертолетовой соли;

      8) производство фтористого натрия;

      9) производство фтористого водорода и его водных растворов;

      10) производство тетрафторбората калия;

      11) производство сернистого натрия из хромосодержащего сырья;

      12) производство монокристаллов с применениями таллия;

      13) производство хлорпикрина;

      14) производство уксусного ангидрида через фосген;

      15) производство уксусного ангидрида через кетен;

      16) добыча и переработка хромосодержащих руд;

      17) производство фторсодержащих солей и солей-реактивов (алюминий кремнефтористо-водородный, алюминий фтористый безводный, калий кремнефтористоводородный, титан-аммоний, фтористый, калий титано-фтористоводородный, магний-аммоний фтористый, натрий кремнефтористоводородный, калий тантало-фтористо-водородный, кремнефтористоводородная кислота, фтористый литий, фтористый натрий, фтористый калий);

      18) производство солей хрома и солей - реактивов (хром азотнокислый, гидрат окиси, сернокислый, хлористый, уксуснокислый);

      19) производство теобромина, фенилацетамида, цианистого бензила;

      20) производство бериллия (в том числе выдается работникам, непосредственно занятым на работах в производстве гидроокиси бериллия, окиси бериллия, металлического бериллия и изделий из них);

      21) производство железоникелевых и кадмиевоникелевых (щелочных) аккумуляторов;

      22) производство металлического хрома и хромосодержащих сплавов алюминотермическим способом.

      Рацион № 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 продукты | 200 | Масло растительное | 5 |
| Жир животный | 5 |
| Творог (18 % жирность) | 80 | Мясо (в готовом виде) | 100 |
| Яйцо | 1/3 шт. | Рыба (в готовом виде) | 25 |
| Печень (в готовом виде) | 20 | Соль | 5 |
| Чай | 0,5 | Овощи | 160 |

      Овощи (не подвергнутых термической обработке) выдаются в виде салатов, винегретов и так далее.

      Химический состав и калорийность: 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.

      Примечание: ЛПП (рацион № 3) выдается рабочим и мастерам, занятые полный рабочий день в основном технологическом процессе, на ремонте и обслуживании оборудования производства керамических красителей.

      ЛПП (рацион № 3 и № 2, 2а чередовать понедельно) выдается рабочим и мастерам, занятым полный рабочий день в основном технологическом процессе, на ремонте и обслуживании оборудования следующих производств:

      1) производство свинцового глета и сурика;

      2) производство свинцовых кронов;

      3) производство свинцовых белил;

      4) производство ветерильных цинковых белил;

      5) производство солей свинца и солей - 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);

      6) производство свинца и олова:

      плавка свинцовых и оловянных руд, концентратов (агломерата), рафинирование свинца, олова и свинецсодержащих сплавов;

      обогащение свинцово-оловянных руд;

      7) плавка и переработка медных руд, концентратов (агломерата) и других материалов, содержащих свинец;

      8) производство свинцовых (кислотных) аккумуляторов.

      Рацион № 4 (дневная норма в граммах):

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Хлеб пшеничный | 100 | Мясо (в готовом виде) | 100 |
| Хлеб ржаной | 100 | Рыба (в готовом виде) | 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 | 1/4 шт. |
| Сахар | 45 | Соль | 5 |
| Масло растительное | 10 | Чай | 0,5 |

      Химический состав и калорийность: 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.

      Рацион № 4а (дневная норма в граммах):

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Хлеб пшеничный | 210 | Фрукты, ягоды, соки: |  |
| Мука пшеничная | 5 | Яблочный | 108 |
| Сухари | 3 | Абрикосовый | 34 |
| Крупы: |  | Сахар | 8 |
| Перловая | 7 | Масло растительное | 12 |
| Рис | 10 | Мясо (в готовом виде) | 110 |
| 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-паст | 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.

      Рацион № 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 (в готовом виде) | 74 |
| Овощи: |  | Куры (в готовом виде) | 37 |
| Капуста | 100 | Печень (в готовом виде) | 20 |
| Морковь | 82 |  |  |
| Свекла | 19 | Рыба (в готовом виде) | 40 |
| Зелень | 20 |  |  |
| Редис, редька | 12 | Молоко | 142 |
| Огурцы | 10 | Сметана | 28 |
| Лук репчатый | 27 | Творог | 40 |
| Яйцо | 10 | Томат-пюре | 8 |
| Лимон | 1 | Чай | 0,1 |

      Химический состав и калорийность: белки - 56 г., в том числе животные - 32 г., жиры - 56 г., в том числе растительные - 16 г., углеводы - 164 г., в том числе 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.

      ЛПП (рацион № 4, 4а, 4б) выдается рабочим и мастерам, занятым полный рабочий день в основном технологическом процессе, на ремонте и обслуживании оборудования следующих производств:

      1) производство фосфорной кислоты;

      2) производство фосфористого кальция;

      3) производство фосфорного ангидрида;

      4) производство желтого и красного фосфора;

      5) производство строительных изделий из расплавленного фосфорного шлака (щебня, пемзы, ваты и др.);

      6) производство пятисернистого фосфора;

      7) производство фосфидов металла (цинка, меди и др.);

      8) производство суперфосфата, обесфторенных фосфатов, сложно-смешанных и сложных удобрений;

      9) производство аммофоса;

      10) производство треххлористого фосфора и хлорокиси фосфора;

      11) производство двуокиси хлора;

      12) производство карбида кальция;

      13) производство теллура;

      14) производство селена - обогащение селеносодержащих шламов;

      15) производство катализатора на основе пятиокиси ванадия;

      16) производство аэросил;

      17) производство белой сажи;

      18) производство асбестовых технических изделий (текстильные цехи);

      19) неорганические продукты. Производство монохромата натрия, хромового ангидрида, хромового дубителя, хромпика калиевого и натриевого, окиси хрома, очистка подземных вод от хрома;

      20) производство хлорбензола, дихлорбензола, трихлорбензола, тетрахлорбензола, гексахлорбензола;

      21) производство эпирхлоргидрина;

      22) производство гербицида диносеба;

      23) производство фенола из бензола, хлорбензола и других производных бензола;

      24) производство фталевого ангидрида на чистой пятиокиси ванадия (на концентрированном катализаторе);

      25) производство четыреххлористого углерода;

      26) производство дихлорэтана;

      27) производство трихлорэтана;

      28) производство гексахлорэтана;

      29) производство фенилэтилового спирта;

      30) производство гербицидов;

      31) производство этилбензола только при расположении производства в закрытом помещении;

      32) производство комбинированных протравителей;

      33) производство этиловой жидкости;

      34) производство хлорпарапина;

      35) производство пенопоропластов;

      36) производство стирола, альфаметилстирола, дивинилстирольных каучуков и латексов, дивинилметилстирольного, хлорпренового каучука; ацетилена (из природного газа);

      37) производство бутилкаучука (в среде хлористого метила);

      38) производство хлорвинила, сополимеров на его основе, полихлорвиниловых смол;

      39) производство волокнистых и асбестовых прессматериалов;

      40) производство технического бензилового спирта;

      41) производство стеклопластиков методом контактного формования и механизированным способом;

      42) добыча и переработка апатито-нефелиновых руд;

      43) производство фосфорсодержащих солей и солей-реактивов (аммоний фосфорноватистокислый, барий фосфорнокислый двухзамещенный, фосфор пятихлористый);

      44) производство аэрофлотов (ксиленонового, крезолового, калиевобутилового);

      45) 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, диметиламино-бензальдегид-пара, диметилпарафенилендиамин солянокислый, диметиланилин солянокислый, дипикриламин, диэтиланилин, 2,6-дихлорфено-линдифенолин, диэтиламин и его соли, нитродифениламин, пиламин, сульфаниловая кислота, стильбазо, толуидин тионалид, триптофан, фенилгидразин основание, фенилгидразин солянокислый, фенилендиа- мин-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);

      46) производство промедола, фенацетина, аминазина, пропазина;

      47) производство нитрохлоракридина, аминохинола, трихомонацида, азидина, димеколина и фепранона фосфакола, армина и растворов миотических средств;

      48) производство оксиметильного соединения;

      49) производство наганина, карбахолина, прозерина;

      50) производство хлорэтила медицинского в ампулах;

      51) производство кутизона;

      52) производство ртути;

      53) 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;

      54) добыча и переработка руд с содержанием двуокиси кремния более 10 процентов на рудниках и шахтах свинцовоцинковой и медной отрасли экономики:

      подземные горные работы;

      переработка руд;

      55) производство газоразрядных приборов, наполняемых ртутью и ртутных выпрямителей;

      56) производство специальных химических источников тока (на работах, связанных с применением ртути, свинца и их соединений);

      57) производство фенолоформальдегидных, анилиноформальдегидных, полиэфирноэпоксидных, полиэфиримидоэпоксидных лаков, смол и компаундов;

      58) производство слоистых пластиков, намоточных изделий и профильных стеклопластиков;

      59) производство миканитов, слюдопластов, слюдинитов и пленкостеклотканей на кремнийорганических, полиэфирноэпоксидных и полиэфиримидоэпоксидных связующих;

      60) работы в условиях повышенного атмосферного давления:

      все рабочие, инженерно-технические работники и служащие, непосредственно занятые на работах в кессонах;

      водолазы, занятые на подводно-технических, строительно-монтажных и ремонтных работах, кроме водолазов легкого снаряжения спасательных служб;

      водолазы, занятые на добыче морепродуктов (трепанг, мидия водоросли и др.);

      врачи, средний медицинский персонал и инженерно-технические работники, непосредственно работающие в лечебных барокамерах;

      61) сталеплавильное и ферросплавное производства.

      ЛПП (рацион № 3 и № 4 чередовать понедельно) выдается рабочим и мастерам, занятые полный рабочий день в основном технологическом процессе, на ремонте и обслуживании оборудования производства электроугольных изделий.

      Рацион № 5 (дневная норма в граммах):

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Хлеб пшеничный | 100 | Мясо (в готовом виде) | 100 |
| Хлеб ржаной | 100 | Рыба (в готовом виде) | 35 |
| Мука пшеничная | 3 | Печень (в готовом виде) | 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.

      Примечание: ЛПП (рацион № 5) выдается рабочим и мастерам, занятым полный рабочий день в основном технологическом процессе, на ремонте и обслуживании оборудования следующих производств:

      1) производство хлористого бария;

      2) производство катализаторов на основе хрома и марганца;

      3) производство искусственной двуокиси марганца;

      4) производство оловоорганических соединений;

      5) производство экстралина;

      6) производство пиролиза керосина, разделения и очистки пирогаза;

      7) производство хлористого этила, трихлорэтилена и изопропилового спирта;

      8) производство окиси этилена и ее производных этилцеллозольва, хлорекса, этиленгликоля;

      9) производство ацетальдегида;

      10) производство синтетических, дивинилнитрильных, полиизо-пренового и полибутадиенового каучуков (СКБ, СКН, СКИ-3, СКД);

      11) производство полиизобутилена;

      12) производство волокон химических;

      13) производство бериллийсодержащих солей солей-реактивов (бериллий азотнокислый, бериллий окись, бериллий гидроокись, бериллий сернокислый, бериллий углекислый, бериллий уксуснокислый, бериллий хлористый, бериллий фтористый, бериллат аммония фтористый);

      14) производство солей марганца и солей - реактивов (углекислый марганец, перекись, двуокись, азотнокислый, сернокислый);

      15) производство трехфтористого бора и продуктов на его основе;

      16) производство альванических элементов и батарей, обработка марганцевой руды и изготовление агломератов.

      Сноска. Пункт 1 с изменением, внесенным приказом Министра труда и социальной защиты населения РК от 28.08.2020 № 346 (вводится в действие по истечении десяти календарных дней после дня его первого официального опубликования).

      2. Одни пищевые продукты заменяются другими в пределах норм взаимозаменяемости продуктов согласно приложению 1 к настоящим Нормам выдачи лечебно-профилактического питания работникам (далее - Нормы).

      3. Меню-раскладка горячих завтраков ЛПП осуществляется в соответствии с Примерной шестидневной меню-раскладкой горячих завтраков ЛПП по рационам согласно приложению 2 к настоящим Нормам.

      4. Выдача витаминов в зависимости от характера производства осуществляется отдельным категориям работников по схеме обогащения рациона питания витаминами согласно приложению 3 к настоящим Нормам.

      Витамины А, В1, В2 выдаются рабочим, занятым в основном технологическом процессе производства черной и цветной металлургии (доменное производство, прокатное и трубное производство).

      Витамины В и С выдаются рабочим и специалистам (табачно-махорочное производство), занятым в производстве табака, папирос, сигарет, сигар, курительной и нюхательной махорки и на ферментации табаков.

      Витамины С и РР выдаются рабочим хлебопекарного производства (машинист ошпарочного агрегата, пекарь).

|  |  |
| --- | --- |
|  | Приложение 1 к нормам выдачи  специализированных продуктов  для диетического (лечебного и профилактического) питания |

      Сноска. Правый верхний угол - в редакции приказа Министра труда и социальной защиты населения РК от 28.08.2020 № 346 (вводится в действие по истечении десяти календарных дней после дня его первого официального опубликования).

**Нормы взаимозаменяемости продуктов при изготовлении завтраков специализированных продуктов для диетического (лечебного и профилактического) питания**

      Сноска. Заголовок - в редакции приказа Министра труда и социальной защиты населения РК от 28.08.2020 № 346 (вводится в действие по истечении десяти календарных дней после дня его первого официального опубликования).

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование заменяемых  продуктов | Вес в килограммах (брутто) | Наименование заменяющих  продуктов | Эквивалентный вес в килограммах (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 пастеризованное 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 производится.

|  |  |
| --- | --- |
|  | Приложение 2 к нормам выдачи  специализированных продуктов  для диетического (лечебного и профилактического) питания |

      Сноска. Правый верхний угол - в редакции приказа Министра труда и социальной защиты населения РК от 28.08.2020 № 346 (вводится в действие по истечении десяти календарных дней после дня его первого официального опубликования).

**Шестидневная меню-раскладки горячих завтраков специализированных продуктов для диетического (лечебного и профилактического) питания по рациону № 1**

      Сноска. Заголовок - в редакции приказа Министра труда и социальной защиты населения РК от 28.08.2020 № 346 (вводится в действие по истечении десяти календарных дней после дня его первого официального опубликования).

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Меню | | | Раскладка № | | Продукты в граммах | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Хлеб  ржаной | | Хлеб пшеничный | | | Мука пшеничная и картофельная | | Мука, макароны и бобовые | | | Карофель | | Капуста | Морковь | | Свекла | | Лук | Томат-пюре |
| 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 | | 40 | | 30 |  |
| 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 | | 45 | | 18 |  |
| Мясо тушенное с гарниром | | | 626 | |  | |  | | | 10 | |  | | |  | | 240 |  | |  | | 27 | 15 |
| 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 | |  |  | |  | | 36 |  |
| Яйцо в смятку | | |  | |  | |  | | |  | |  | | |  | |  |  | |  | |  |  |
| Фрукты | | |  | |  | |  | | |  | |  | | |  | |  |  | |  | |  |  |
| Кефир | | |  | |  | |  | | |  | |  | | |  | |  |  | |  | |  |  |
| Хлеб, чай | | |  | | 100 | |  | | |  | |  | | |  | |  |  | |  | |  |  |
| 5-й день | | |  | |  | |  | | |  | |  | | |  | |  |  | |  | |  |  |
| Свекла маринованная с зеленым горошком | | | 82 | |  | |  | | |  | | 50 | | |  | |  |  | | 92 | |  |  |
| Печень по  строгановски | | | 690 | |  | |  | | | 5 | |  | | | 260 | |  |  | |  | | 15 | 10 |
| Творог с молоком | | | 485 | |  | |  | | |  | |  | | |  | |  |  | |  | |  |  |
| Фрукты | | |  | |  | |  | | |  | |  | | |  | |  |  | |  | |  |  |
| Кефир | | |  | |  | |  | | |  | |  | | |  | |  |  | |  | |  |  |
| Хлеб, чай | | |  | | 100 | |  | | |  | |  | | |  | |  |  | |  | |  |  |
| 6-й день | | |  | |  | |  | | |  | |  | | |  | |  |  | |  | |  |  |
| Винегрет | | | 76 | |  | |  | | |  | |  | | | 60 | | 30 | 25 | | 40 | |  |  |
| Тефтели с  вермишелью | | | 726 | |  | |  | | | 13 | | 70 | | |  | |  |  | |  | | 29 | 17 |
| Яичная каша с  сыром | | | 506 | |  | |  | | |  | |  | | |  | |  |  | |  | |  |  |
| Фрукты | | |  | |  | |  | | |  | |  | | |  | |  |  | |  | |  |  |
| Кефир | | |  | |  | |  | | |  | |  | | |  | |  |  | |  | |  |  |
| Хлеб, чай | | |  | | 100 | |  | | |  | |  | | |  | |  |  | |  | |  |  |
| Итого за 6 дней | | |  | | 600 | |  | | | 60/6 | | 150/60 | | | 960 | | 900 | - | | 475 | | - | 72 |
| Округлено за 1 день | | |  | | 100 | |  | | | 10/1 | | 25/10 | | | 160 | | 150 | - | | 90 | | - | 12 |
| Продукты в граммах | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Сахар | Масло растительное | Масло животное | | Сметана | | Сыр | | Творог | Яйцо | | Говядина | | Рыба | Печень | | Молоко | | | Фрукты | | Клюква | | |
|  |  |  | |  | |  | |  |  | |  | |  |  | |  | | |  | |  | | |
| 3 | 11 |  | |  | |  | |  |  | |  | |  |  | |  | | |  | | 7,5 | | |
|  |  | 15 | | 15 | |  | |  |  | |  | |  | 99 | |  | | |  | |  | | |
| 20 |  | 10 | | 5 | |  | | 90 | 0,25 шт | |  | |  |  | |  | | |  | | 15 | | |
|  |  |  | |  | |  | |  |  | |  | |  |  | |  | | | 130 | |  | | |
|  |  |  | |  | |  | |  |  | |  | |  |  | | 200 | | |  | |  | | |
| 10 |  |  | |  | |  | |  |  | |  | |  |  | |  | | |  | |  | | |
|  |  |  | |  | |  | |  |  | |  | |  |  | |  | | |  | |  | | |
|  | 5 |  | |  | |  | |  |  | |  | |  |  | |  | | |  | |  | | |
|  |  | 20 | |  | |  | |  |  | | 164 | |  |  | | 100 | | |  | |  | | |
|  |  |  | |  | |  | |  | 1,5 шт | |  | |  |  | | 50 | | |  | |  | | |
|  |  |  | |  | |  | |  |  | |  | |  |  | |  | | | 130 | |  | | |
|  |  |  | |  | |  | |  |  | |  | |  |  | |  | | |  | |  | | |
| 10 |  |  | |  | |  | |  |  | |  | |  |  | | 200 | | |  | |  | | |
|  |  |  | |  | |  | |  |  | |  | |  |  | |  | | |  | |  | | |
|  |  |  | | 15 | |  | |  |  | |  | |  |  | |  | | |  | |  | | |
|  |  | 20 | |  | |  | |  |  | | 69 | |  |  | |  | | |  | |  | | |
| 5 |  | 5 | | 15 | |  | | 70 | 0,25 шт | |  | |  |  | |  | | |  | |  | | |
|  |  |  | |  | |  | |  |  | |  | |  |  | |  | | | 130 | |  | | |
|  |  |  | |  | |  | |  |  | |  | |  |  | | 200 | | |  | |  | | |
| 10 |  |  | |  | |  | |  |  | |  | |  |  | |  | | |  | |  | | |
|  |  |  | |  | |  | |  |  | |  | |  |  | |  | | |  | |  | | |
| 3 | 11 |  | |  | |  | |  |  | |  | |  |  | |  | | |  | | 7,5 | | |
|  | 10 | 5 | |  | |  | |  |  | |  | | 120 |  | | 50 | | |  | |  | | |
|  |  |  | |  | |  | |  | 1 шт | |  | |  |  | |  | | |  | |  | | |
|  |  |  | |  | |  | |  |  | |  | |  |  | |  | | | 130 | |  | | |
|  |  |  | |  | |  | |  |  | |  | |  |  | | 200 | | |  | |  | | |
| 10 |  |  | |  | |  | |  |  | |  | |  |  | |  | | |  | |  | | |
|  |  |  | |  | |  | |  |  | |  | |  |  | |  | | |  | |  | | |
| 3 | 5 |  | |  | |  | |  |  | |  | |  |  | |  | | |  | |  | | |
|  |  |  | |  | |  | |  |  | |  | |  | 81 | |  | | |  | |  | | |
| 10 |  |  | |  | |  | | 80 |  | |  | |  |  | | 135 | | |  | |  | | |
|  |  |  | |  | |  | |  |  | |  | |  |  | |  | | | 130 | |  | | |
|  |  |  | |  | |  | |  |  | |  | |  |  | | 200 | | |  | |  | | |
| 10 |  |  | |  | |  | |  |  | |  | |  |  | |  | | |  | |  | | |
|  |  |  | |  | |  | |  |  | |  | |  |  | |  | | |  | |  | | |
|  |  |  | | 10 | |  | |  |  | |  | |  |  | |  | | |  | |  | | |
|  |  | 15 | |  | |  | |  |  | | 97 | |  |  | | 25 | | |  | |  | | |
|  |  | 5 | |  | | 60 | |  | 1,5 шт | |  | |  |  | | 60 | | |  | |  | | |
|  |  |  | |  | |  | |  |  | |  | |  |  | |  | | |  | |  | | |
|  |  |  | |  | |  | |  |  | |  | |  |  | | 200 | | |  | |  | | |
| 10 |  |  | |  | |  | |  |  | |  | |  |  | |  | | |  | |  | | |
| 104 | 42 | 120 | | 70 | | 60 | | 240 | 4,5 шт | | 430 | | 120 | 180 | | 1620 | | | 780 | | 30 | | |
| 17 | 7 | 20 | | 10 | | 10 | | 40 | 0,75 шт | | 70 | | 20 | 30 | | 270 | | | 130 | | 5 | | |

**Шестидневное меню-раскладка горячих завтраков специализированных продуктов для диетического (лечебного и профилактического) питания по рациону № 2**

      Сноска. Заголовок - в редакции приказа Министра труда и социальной защиты населения РК от 28.08.2020 № 346 (вводится в действие по истечении десяти календарных дней после дня его первого официального опубликования).

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Меню | | | Раскладка № | | Продукты в граммах | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Хлеб  ржаной | | Хлеб пшеничный | | Мука пшеничная и картофельная | | | Крупа  и макароны | | Картофель | | Капуста | | Морковь | | Свекла | | | Лук |
| 1-й день | | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | | |  |
| Сыр, хлеб | | |  | | 100 | | 100 | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | | |  |
| Салат овощной | | | 43 | |  | |  | |  | | |  | | 110 | |  | | 25 | |  | | | 25 |
| Говядина  тушенная с  макаронами | | | 626 | |  | |  | | 5 | | | 50 | |  | |  | | 10 | |  | | | 7 |
| Чай с  сахаром | | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | | |  |
| Кефир | | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | | |  |
| 2-й день | | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | | |  |
| Сыр, хлеб | | |  | | 100 | | 100 | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | | |  |
| Салат из  капусты | | | 51 | |  | |  | |  | | |  | |  | | 229 | |  | |  | | | 24 |
| Антрекот с  яйцом и  рисом | | | 662 | |  | |  | |  | | | 50 | |  | |  | |  | |  | | |  |
| Чай с  сахаром | | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | | |  |
| Кефир | | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | | |  |
| 3-й день | | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | | |  |
| Сыр, хлеб | | |  | | 100 | | 100 | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | | |  |
| Винегрет | | | 76/2 | |  | |  | |  | | |  | | 55 | | 86 | | 25 | | 38 | | | 37 |
| Шницель с  гречневой  кашей | | | 721/1 | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | | |  |
| Чай с  сахаром | | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | | |  |
| Кефир | | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | | |  |
| 4-й день | | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | | |  |
| Сыр, хлеб | | |  | | 100 | | 100 | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | | |  |
| Рыба в  маринаде | | | 123 | |  | |  | | 5 | | |  | |  | |  | | 63 | |  | | |  |
| Печень с  вермишелью | | | 688 | |  | |  | | 8 | | | 50 | |  | |  | |  | |  | | | 38 |
| Чай с сахаром | | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | | |  |
| Кефир | | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | | |  |
| 5-й день | | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | | |  |
| Сыр, хлеб | | |  | | 100 | | 100 | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | | |  |
| Картофель  тушенный с  овощами | | | 368/3 | |  | |  | |  | | |  | | 307 | |  | | 13 | |  | | | 12 |
| Мясо с  макаронами | | | 698 | |  | |  | |  | | | 50 | |  | |  | |  | |  | | | 29 |
| Чай с  сахаром | | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | | |  |
| Кефир | | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | | |  |
| 6-й день | | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | | |  |
| Сыр, хлеб | | |  | | 100 | | 100 | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | | |  |
| Рагу овощное | | | 370 | |  | |  | |  | | |  | | 110 | | 38 | | 63 | |  | | | 36 |
| 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 | |  | | |  |
| Продукты в граммах | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Томат пюре | Сахар | Маслорастительное | | Масло животное | | Сметана | | Сыр | | Яйцо | Говядина | | Рыба | | Печень | | Огурцы | | Горошек | | Чай | Кефир | |
|  |  |  | |  | |  | | 25 | |  |  | |  | |  | |  | |  | |  |  | |
|  |  | 10 | |  | |  | |  | |  |  | |  | |  | | 63 | |  | |  |  | |
| 5 |  |  | | 15 | |  | |  | |  | 169 | |  | |  | |  | |  | |  |  | |
|  | 15 |  | |  | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | | 0,5 |  | |
|  |  |  | |  | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |  | 200 | |
|  |  |  | |  | |  | | 25 | |  |  | |  | |  | |  | |  | |  |  | |
|  | 10 | 10 | |  | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |  |  | |
|  |  |  | | 10 | |  | |  | | 1 | 161 | |  | |  | |  | |  | |  |  | |
|  | 15 |  | |  | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | | 0,5 |  | |
|  | 15 |  | |  | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |  | 200 | |
|  |  |  | |  | |  | | 25 | |  |  | |  | |  | |  | |  | |  |  | |
|  | 5 | 10 | |  | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |  |  | |
|  |  |  | |  | |  | |  | |  | 151 | |  | |  | |  | |  | |  |  | |
|  | 15 |  | |  | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | | 0,5 |  | |
|  | 15 |  | |  | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |  | 200 | |
|  |  |  | |  | |  | | 25 | |  |  | |  | |  | |  | |  | |  |  | |
|  |  |  | |  | |  | |  | |  |  | | 156 | |  | |  | |  | |  |  | |
| 5 | 3 | 15 | | 15 | |  | |  | |  |  | |  | | 133 | |  | |  | |  |  | |
|  | 15 |  | |  | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | | 0,5 |  | |
|  |  |  | |  | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |  | 200 | |
|  |  |  | |  | |  | | 25 | |  |  | |  | |  | |  | |  | |  |  | |
|  |  | 15 | | 15 | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |  |  | |
|  |  |  | | 25 | |  | |  | | 0,25 шт | 161 | |  | |  | |  | |  | |  |  | |
|  | 15 |  | |  | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | | 0,5 |  | |
|  |  |  | |  | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |  | 200 | |
|  |  |  | |  | |  | | 25 | |  |  | |  | |  | |  | |  | |  |  | |
|  |  | 10 | |  | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | | 53 | |  |  | |
|  | 5 | 5 | | 15 | |  | |  | | 0,25 шт | 164 | |  | |  | |  | |  | |  |  | |
|  | 15 |  | |  | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | | 0,5 |  | |
|  | 15 |  | |  | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |  | 200 | |
| 10 | 203 | 75 | | 90 | |  | | 125 | | 1,75 | 806 | | 156 | | 133 | | 63 | | 53 | | 3 | 1200 | |
| 2 | 35 | 13 | | 15 | |  | | 25 | | 0,25 | 150 | | 25 | | 25 | | 10 | | 10 | | 0,5 | 200 | |

**Шестидневное меню-раскладка горячих завтраков специализированных продуктов для диетического (лечебного и профилактического) питания по рациону № 3**

      Сноска. Заголовок - в редакции приказа Министра труда и социальной защиты населения РК от 28.08.2020 № 346 (вводится в действие по истечении десяти календарных дней после дня его первого официального опубликования).

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Меню | Раскладка № | Продукты в граммах | | | | | | | | | | | | | | |
| Хлеб ржаной | Хлебпшеничный | Печенье | Мука пшеничная | Крупа, макароны | Лук | Томат-пюре | Морковь | Горошек | Сахар | Масло животное | Говядина | Печень | Рыбные консервы | Чай |
| 1-й день |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Хлеб,  масло,  консервы |  | 100 | 100 |  |  |  |  |  |  |  |  | 10 |  |  | 53 |  |
| Отварная  говядина  с макаронами | 611 |  |  |  | 5 | 60 | 8 |  | 14 |  | 2,5 | 15 | 164 |  |  |  |
| Чай ссахаром, 2 стакана,печенье |  |  |  | 50 |  |  |  |  |  |  | 30 |  |  |  |  | 1,5 |
| 2-й день |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Хлеб,  масло,  консервы |  | 100 | 100 |  |  |  |  |  |  |  |  | 10 |  |  | 53 |  |
| Печень с  гречневой  кашей | 687 |  |  |  | 6 | 46 |  |  |  |  |  | 15 |  | 133 |  |  |
| Чай с  сахаром,  2 стакана,  печенье |  |  |  | 50 |  |  |  |  |  |  | 30 |  |  |  |  | 1,5 |
| 3-й день |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Хлеб,  масло,  консервы |  | 100 | 100 |  |  |  |  |  |  |  |  | 10 |  |  | 53 |  |
| Тефтели с  рисом | 726 |  |  |  | 12 | 60 | 40 | 5 | 10 |  | 2,5 | 15 | 154 |  |  |  |
| Чай с  сахаром  2 стакана,  печенье |  |  |  | 50 |  |  |  |  |  |  | 30 |  |  |  |  | 1,5 |
| 4-й день |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Хлеб,  масло,  консервы |  | 100 | 100 |  |  |  |  |  |  |  |  | 10 |  |  | 53 |  |
| Мясо  жаренное  с горошком | 644 |  |  |  |  |  |  |  |  | 200 |  | 15 | 155 |  |  |  |
| Чай с  сахаром  2 стакана,  печенье |  |  |  | 50 |  |  |  |  |  |  | 30 |  |  |  |  | 1,5 |
| 5-й день |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Хлеб,  масло,  консервы |  | 100 | 100 |  |  |  |  |  |  |  |  | 10 |  |  | 53 |  |
| Поджарка  с пшенной  кашей | 665 |  |  |  |  | 60 | 36 | 5 |  |  |  | 15 | 161 |  |  |  |
| Чай с  сахаром  2 стакана,  печенье |  |  |  | 50 |  |  |  |  |  |  | 30 |  |  |  |  | 1,5 |
| 6-й день |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Хлеб,  масло,  консервы |  | 100 | 100 |  |  |  |  |  |  |  |  | 10 |  |  | 53 |  |
| Котлеты с  гречневой  кашей | 718 |  |  |  |  | 46 |  |  |  |  |  | 15 | 100 |  |  |  |
| Чай с  сахаром  2 стакана,  печенье |  |  |  | 50 |  |  |  |  |  |  | 30 |  |  |  |  | 1,5 |
| Итого за  6 дней |  | 600 | 600 | 300 | 23 | 272 | 84 | 10 | 24 | 200 | 185 | 150 | 734 | 133 | 318 | 9 |
| Округлено  за 1 день |  | 100 | 100 | 50 | 4 | 45 | 15 | 2 | 6 | 35 | 32 | 25 | 130 | 25 | 130 | 1,5 |

**Шестидневное меню-раскладка горячих завтраков специализированных продуктов для диетического (лечебного и профилактического) питания по рациону № 4**

      Сноска. Заголовок - в редакции приказа Министра труда и социальной защиты населения РК от 28.08.2020 № 346 (вводится в действие по истечении десяти календарных дней после дня его первого официального опубликования).

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Меню | | | Раскладка № | | Продукты в граммах | | | | | | | | | | | | | | |
| Хлеб  ржаной | | Хлеб пшеничный | | Мука пшеничная | | Крупа, макароны | | Картофель | | Капуста | | Морковь | | Свекла |
| 1-й день | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |
| Творог со  сметаной | | | 485/1/2 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |
| Мясо  тушенное с  гречневой  кашей | | | 626/767 | |  | |  | | 4 | | 46 | |  | |  | | 5 | |  |
| Хлеб, масло,  чай | | |  | | 100 | | 100 | |  | |  | |  | |  | |  | |  |
| Кефир | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |
| 2-й день | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |
| Вареники с  творогом | | | 487 | |  | |  | | 50 | |  | |  | |  | |  | |  |
| Картофельная  запеканка с  отварным  мясом | | | 696 | |  | |  | |  | |  | | 300 | |  | |  | |  |
| Хлеб, масло,  чай | | |  | | 100 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |
| Кефир | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |
| 3-й день | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |
| Пудинг из  творога  запеченный | | | 491 | |  | |  | |  | | 10 | |  | |  | |  | |  |
| Мясо  отварное с  овощами | | | 661/773 | |  | |  | |  | |  | | 200 | |  | | 3 | | 3 |
| Хлеб, масло,  чай | | |  | | 100 | | 100 | |  | |  | |  | |  | |  | |  |
| Кефир | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |
| 4-й день | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |
| Запеканка из  творога | | | 492 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |
| Рыба  отварная или  запеченная с  картофелем | | | 576 | |  | |  | |  | |  | | 200 | |  | |  | |  |
| Хлеб, масло,  чай | | |  | | 100 | | 100 | |  | |  | |  | |  | |  | |  |
| Кефир | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |
| 5-й день | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |
| Творог со  сметаной | | | 485/1/2 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |
| Рулет с  макаронами | | | 725 | |  | |  | |  | | 30 | |  | |  | |  | |  |
| Хлеб, масло,  чай | | |  | | 100 | | 100 | |  | |  | |  | |  | |  | |  |
| Кефир | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |
| 6-й день | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |
| Сырники | | | 493 | |  | |  | | 23 | |  | |  | |  | |  | |  |
| Рыба  жаренная с  картофелем | | | 549 | |  | |  | |  | |  | | 200 | |  | |  | |  |
| Хлеб, масло,  чай | | |  | | 100 | | 100 | |  | |  | |  | |  | |  | |  |
| Кефир | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |
| Итого за  6 дней | | |  | | 600 | | 600 | | 77 | | 96 | | 900 | | - | | 8 | | - |
| Округлено за  1 день | | |  | | 100 | | 100 | | 15 | | 15 | | 15 | | - | | 1 | | - |
| Продукты в граммах | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Лук | Томатпюре | Сахар | | Маслорастительное | | Масложивотное | | Сметана | | Творог | | Яйцо | | Говядина | | Рыба | | Чай | Кефир |
|  |  | 7,5 | |  | |  | | 15 | | 101 | |  | |  | |  | |  |  |
| 5 | 12 |  | | 5 | | 5 | |  | |  | |  | | 112 | |  | |  |  |
|  |  | 15 | |  | | 10 | |  | |  | |  | |  | |  | | 0,5 |  |
|  |  | 15 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | 200 |
|  |  |  | |  | | 5 | | 30 | | 96 | | 0,5 шт | |  | |  | |  |  |
| 21 |  |  | | 15 | |  | |  | |  | |  | | 161 | |  | |  |  |
|  |  | 15 | | 10 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 0,5 |  |
|  |  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | 200 |
|  |  | 15 | |  | | 10 | |  | | 91 | | 0,5 шт | |  | |  | |  |  |
|  |  |  | |  | | 5 | | 30 | |  | |  | | 164 | |  | |  |  |
|  |  | 15 | |  | | 10 | |  | |  | |  | |  | |  | | 0,5 |  |
|  |  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | 200 |
|  |  | 10 | | 5 | |  | | 30 | | 142 | | 1/5 шт | |  | |  | |  |  |
|  |  |  | | 8 | | 5 | |  | |  | |  | |  | | 151 | |  |  |
|  |  |  | |  | | 10 | |  | |  | |  | |  | |  | | 0,5 |  |
|  |  | 15 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | 200 |
|  |  | 7,5 | |  | |  | | 15 | | 101 | |  | |  | |  | |  |  |
|  |  |  | | 3 | |  | |  | |  | | 1/5 шт | | 154 | |  | |  |  |
|  |  | 15 | |  | | 10 | |  | |  | |  | |  | |  | | 0,5 |  |
|  |  | 15 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | 200 |
|  |  | 25 | |  | | 10 | | 15 | | 142 | |  | |  | |  | |  |  |
|  |  |  | | 5 | | 5 | |  | |  | |  | |  | | 151 | |  |  |
|  |  | 15 | |  | | 10 | |  | |  | |  | |  | |  | | 0,5 |  |
|  |  | 15 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | 200 |
| 30 | 12 | 267 | | 51 | | 85 | | 135 | | 673 | | 1,5 шт | | 591 | | 305 | | 3 | 1200 |
| 6 | 2 | 45 | | 10 | | 15 | | 20 | | 110 | | 0,25 шт | | 100 | | 50 | | 0,5 | 200 |

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

**Шестидневное меню-раскладка горячих завтраков специализированных продуктов для диетического (лечебного и профилактического) питания по рациону № 5**

      Сноска. Заголовок - в редакции приказа Министра труда и социальной защиты населения РК от 28.08.2020 № 346 (вводится в действие по истечении десяти календарных дней после дня его первого официального опубликования).

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Меню | | Раскладка № | | Продукты в граммах | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Хлебржаной | | Хлебпшеничный | | Мукапшеничная | | Крупаи макароны | | Картофель | | Капуста | | Морковь | | Свекла | Лук | | Томатпюре | | Сахар |
| 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 жаренным картофелем | | 663 | |  | |  | | 5 | |  | | 300 | |  | |  | |  | 25 | | 5 | |  |
| Хлеб, чай | |  | | 100 | | 100 | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  | |  | | 15 |
| Кефир | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  | |  | | 15 |
| 3-й день | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  | |  | |  |
| Салат из капусты | | 43 | |  | |  | |  | |  | |  | | 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 картофелем | | 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 | |  | |  | |  | | 40 | |  | |  | |  | |  | 60 | |  | |  |
| Хлеб, чай | |  | | 100 | | 100 | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  | |  | |  |
| Кефир | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  | |  | | 15 |
| 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 |
| Продукты в граммах | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Масло растительное | Масло животное | | Сметана | | Творог | | Яйцо | | Говядина | | Рыба | | Печень | | Огурцы | | Горошек | | | Чай | | Кефир | |
| 15 |  | |  | |  | | 1 шт | |  | |  | |  | | 63 | |  | | |  | |  | |
|  | 15 | |  | |  | | 0,25 шт | | 157 | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |
|  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | | 0,5 | |  | |
|  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | | 200 | |
|  | 10 | | 20 | | 101 | | 0,75 шт | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |
| 7 |  | |  | |  | |  | | 161 | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |
|  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | | 0,5 | |  | |
|  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | | 200 | |
| 15 |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |
|  | 10 | |  | |  | | 1 шт | | 161 | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |
|  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | | 0,5 | |  | |
|  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | | 200 | |
|  |  | | 25 | | 101 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |
|  |  | |  | |  | | 1 шт | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |
| 15 | 15 | |  | |  | |  | |  | | 216 | |  | |  | |  | | |  | |  | |
|  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | | 0,5 | |  | |
|  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | | 200 | |
| 15 |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |
|  | 15 | |  | |  | | 1 шт | | 154 | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |
|  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | | 0,5 | |  | |
|  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | | 200 | |
|  | 10 | |  | |  | | 1 шт | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |
| 15 | 15 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |
|  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | | 0,5 | |  | |
|  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | | 200 | |
| 90 | 107 | | 60 | |  | | 6 шт | | 633 | | 216 | | 133 | | 63 | | - | | | 3 | | 1200 | |
| 15 | 17 | | 10 | |  | | 1 шт | | 100 | | 35 | | 25 | | 10 | | - | | | 0,3 | | 200 | |

|  |  |
| --- | --- |
|  | Приложение 3 к нормам выдачи  специализированных продуктов  для диетического (лечебного и профилактического) питания |

      Сноска. Правый верхний угол приложения 3 - в редакции приказа Министра труда и социальной защиты населения РК от 28.08.2020 № 346 (вводится в действие по истечении десяти календарных дней после дня его первого официального опубликования).

**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 и цветной металлургии, а также в производствах пищевой промышленности - хлебопекарном, табачно-махорочном, согласно настоящим нормам, 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, литейном производстве цветных и редких металлов, горячепрокатном и горячем трубопрокатном производствах организаций черной и цветной 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 содержались необходимая доза.

      Водные растворы витаминов хранению не подлежат.

      Для облегчения приготовления раствора витаминов пользуются следующей таблицей:

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Количество людей | Количество воды в мл | Витамин С при дозе | | 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 |

      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 закладывают в кипящий суп, борщ и тому подобное. 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 МЕ (международных единиц).

      Обычный масляный концентрат витамина А содержит 100000 МЕ (международных единиц) 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:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Количество людей | Количество 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 |

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