

Об утверждении норм выдачи работникам молока или равноценных пищевых продуктов, и (или) пищевой продукции диетического лечебного и диетического профилактического питания

Приказ Министерства 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 Министерства труда и социальной защиты населения РК от 15.06.2026 №243 (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 пищевой продукции диетического лечебного и диетического профилактического питания, согласно приложению 2 к настоящему приказу.

Сноска. Пункт 1 - в редакции приказа Министерства 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); с изменением, внесенным приказом Министерства труда и социальной защиты населения РК от 15.06.2026 №243 (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 "Эділет";

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); с изменением, внесенным приказом Министра труда и социальной защиты населения РК от 15.06.2026 №243 (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:
		Алифатические и алициклические углеводороды (насыщенные и ненасыщенные):

1.	0,5 литр	1) углеводороды ряда метана: бутан, изобутан, пентан, изопентан, гексан, октан, изооктан, нонан; 2) углеводороды ряда этилена: бутилены, амилены, изобутилен; 3) циклические непредельные углеводороды: цикlopентадиен, циклопентадиен, цикlopентадиен-нитрикарбонил 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, бромформ и остальные; 4) йодпроизводные: йодистый метил, йодоформ, йодистый этил; 5) смешанные галогенопроизводные: дифторхлор-метан, фтордихлорметан.
		Галогенопроизводные углеводородов ароматического ряда: хлорбензол, дихлорбензол, трихлорбензол, тетрахлорбензол,

3.	0,5 литр	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, моноклордиметиловый, дихлорди-этиловый, тетраклордиэтиловый, эфиры этиленгликоля, пропиленгликоля, глицерина, полиглицоловые 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.
		Нитро - и аминсоединения жирного полиметиленового ряда и их производные: нитроолефины,

15.	0,5 литр	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 аминсоединения ароматического ряда и их производные: нитробензолы, нитротолуолы, нитроксилы, динок, диносеб, нитронафталины, нитрохлорбензолы, нитрофенола, нитро- и аминанизоанилин, 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, пикколины, никотиновая кислота, диоксаны, пиперидин, морфолин, гексоген, барбатураты, их полупродукты.
20.	0,5 литр	Алкалоид атропин, кокаин, опий, морфин, кокаин, стрихнин, сальсолин, омнокот, 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.
		Галогены и галогенопроизводные: фтор, хлор, бром, йод, хлористый,

22.	0,5 литр	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	Нитрильная группа: 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 кремнийорганические 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, уголекислоты, извести и ее обжиге, коксовании и полукоксовании.
56.	0,5 литр	Диметил сульфид, моноэтаноламин насыщенный, N-метиланилин, дихлорэтан, метил трибутиловый эфир (МТБЭ), агидол-1, класс нефть и продукты нефтепереработки.

Примечание: Питательное 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.

Нормы выдачи пищевой продукции диетического лечебного и диетического профилактического питания

Сноска. Заголовок – в редакции приказа Министра труда и социальной защиты населения РК от 15.06.2026 №243 (вводится в действие по истечении десяти календарных дней после дня его первого официального опубликования).

1. Пищевая продукция диетического лечебного и диетического профилактического питания выдается работникам в связи с вредными условиями труда, в виде горячих завтраков перед началом работы и в обеденный перерыв в соответствии с пятью рационами пищевой продукции диетического лечебного и диетического профилактического питания:

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.).

Профилактическая направленность рациона № 1 обеспечивается за счет липотропных веществ (метионин, цистин, лецитин), стимулирующих жировой обмен в печени и повышающих ее антиоксидескую функцию.

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

Выдается в составе пищевой продукции диетического лечебного и диетического профилактического питания в виде третьих блюд (напитки, содержащие антиоксиданты, витамины и обладающие детоксикационными свойствами).

Примечание: Пищевая продукция диетического лечебного и диетического профилактического питания (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	С п е ц и и п о 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.

Профилактическая направленность рациона №2 обеспечивается включением источников витаминов и минеральных веществ, полноценного животного белка, полиненасыщенных жирных кислот, кальция, препятствующих накоплению в организме химических соединений различной природы.

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, фенилаланин+тирозин - 3,5, гистидин - 1,2. Калорийность - 1370 ккал.

Профилактическая направленность рациона №2а обеспечивается ограниченным использованием продуктов, усиливающих аллергическое действие вредных производственных факторов.

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

Выдается в составе пищевой продукции диетического лечебного и диетического профилактического питания в виде третьих блюд (напитки, содержащие антиоксиданты, витамины и обладающие детоксикационными свойствами).

Примечание: Пищевая продукция диетического лечебного и диетического профилактического питания (рацион № 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	С п е ц и и п о 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.

Профилактическая направленность рациона № 3 обеспечивается содержанием пектина, необходимого для связывания свинца в желудочно-кишечном тракте, его быстрого выведения из организма естественным путем и снижения концентрации свинца в крови.

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

Выдается в составе пищевой продукции диетического лечебного и диетического профилактического питания в виде третьих блюд (напитки, содержащие антиоксиданты, витамины и обладающие высокой детоксикационными свойствами).

Примечание: Пищевая продукция диетического лечебного и диетического профилактического питания (рацион № 3) выдается рабочим и мастерам, занятым полный рабочий день в основном технологическом процессе, на ремонте и обслуживании оборудования производства керамических красителей.

Пищевая продукция диетического лечебного и диетического профилактического питания (рацион № 3 и № 2, 2а чередовать по 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.

Профилактическая направленность рациона № 4 обеспечивается ограничением жиров, особенно тугоплавких (животного происхождения), так как они способствуют всасыванию фосфора в желудочно-кишечном тракте.

Дополнительно к рациону выдается: 150 мг. аскорбиновой кислоты; работающим с соединениями мышьяка, фосфора, ртути и теллуром - 4 мг. тиамин (для предупреждения нарушений деятельности нервной системы).

Выдается в составе пищевой продукции диетического лечебного и диетического профилактического питания в виде третьих блюд (напитки, содержащие антиоксиданты, витамины и обладающие детоксикационными свойствами).

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.

Профилактическая направленность рациона №4а обеспечивается ограниченным использованием ряда продуктов с избыточным содержанием фосфора в них.

Дополнительно к рациону выдается 100 мг. аскорбиновой кислоты и 2 мг. тиамин (для предупреждения нарушений деятельности нервной системы).

Выдается в составе пищевой продукции диетического лечебного и диетического профилактического питания в виде третьих блюд (напитки, содержащие антиоксиданты, витамины и обладающие детоксикационными свойствами).

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.

Профилактическая направленность рациона 4б обеспечивается снижением интоксикации amino-и нитросоединениями бензола за счет ускорения процессов восстановления метгемоглобина, ускорения процессов выведения метаболитов из организма, повышения антитоксической функции печени.

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.

Выдается в составе пищевой продукции диетического лечебного и диетического профилактического питания в виде третьих блюд (напитки, содержащие антиоксиданты, витамины и обладающие детоксикационными свойствами).

Пищевая продукция диетического лечебного и диетического профилактического питания (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 пентасернистого 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 монокромата 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 эфирхлоргидрина;

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 (ксиленового, крезолового, калиевобутилового);

45) производство аминопродуктов - реактивов (п-аминоацетофенон, аминоазобензол-пара, амидол, аминофенол-пара основание, аминофенол-мета и орто,

анизидин-пара, анилин солянокислый, антразо, аниlid 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, 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);

46) производство промедола, фенацетина, аминазина, пропазина;

47) производство нитрохлоракидина, 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, полиэфиримидозпоксидных 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.

Пищевая продукция диетического лечебного и диетического профилактического питания (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.

Профилактическая направленность рациона №5 обеспечивается включением продуктов для защиты нервной системы и печени.

Дополнительно к рациону выдается 150 мг аскорбиновой кислоты и 4 мг. тиамин (для предупреждения нарушений деятельности нервной системы).

Выдается в составе пищевой продукции диетического лечебного и диетического профилактического питания в виде третьих блюд (напитки, содержащие антиоксиданты, витамины и обладающие детоксикационными свойствами).

Примечание: Пищевая продукция диетического лечебного и диетического профилактического питания (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 – в редакции приказа Министра труда и социальной защиты населения РК от 15.06.2026 №243 (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 пищевой продукции диетического лечебного и диетического профилактического питания осуществляется в соответствии с Примерной шестидневной меню-раскладкой горячих завтраков пищевой продукции диетического лечебного и диетического профилактического питания по рационам согласно приложению 2 к настоящим Нормам.

Сноска. Пункт 3 – в редакции приказа Министра труда и социальной защиты населения РК от 15.06.2026 №243 (вводится в действие по истечении десяти календарных дней после дня его первого официального опубликования).

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
пищевой продукции диетического
лечебного и диетического
профилактического питания

Сноска. Правый верхний угол - в редакции приказа Министра труда и социальной защиты населения РК от 15.06.2026 №243 (вводится в действие по истечении десяти календарных дней после дня его первого официального опубликования).

Нормы взаимозаменяемости продуктов при изготовлении завтраков пищевой продукции диетического лечебного и диетического профилактического питания

Сноска. Заголовок - в редакции приказа Министра труда и социальной защиты населения РК от 15.06.2026 №243 (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
пищевой продукции диетического
лечебного и диетического
профилактического питания

Сноска. Правый верхний угол - в редакции приказа Министра труда и социальной защиты населения РК от 15.06.2026 №243 (вводится в действие по истечении десяти календарных дней после дня его первого официального опубликования).

Шестидневная меню-раскладка горячих завтраков пищевой продукции диетического лечебного и диетического профилактического питания по рациону № 1

Сноска. Заголовок - в редакции приказа Министра труда и социальной защиты населения РК от 15.06.2026 №243 (вводится в действие по истечении десяти календарных дней после дня его первого официального опубликования).

Меню	Расклад ка №	Продукты в граммах									
		Хлеб ржаной	Х л е б пшеничный	Мука пшенич ная и картоф ельная	Мука, макарон ы и бобовые	Карофе ль	Ка пус та	Морков ь	Свекла	Лу к	То мат - пю ре
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 маринованн ая с зеленым горошком	82				50				92		
Печень по строгановск и	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

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

консервы											10				
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	

6 дней			600	600	77	96	900	-	8	-	
Округлено за 1 день			100	100	15	15	15	-	1	-	
Продукты в граммах											
Лук	Том атп юре	Сахар	Маслорас тительно е	Масложи вотное	Сметана	Творог	Яйцо	Говядина	Рыба	Чай	Кеф ир
		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.

Шестидневная меню-раскладка горячих завтраков пищевой продукции диетического лечебного и диетического профилактического питания по рациону № 5

[illegible]

Ма сло рас тит ель ное	Масло животн ое	Сметан а	Творог	Яйцо	Говяди на	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
пищевой продукции диетического
лечебного и диетического
профилактического питания

Сноска. Правый верхний угол приложения 3 - в редакции приказа Министра труда и социальной защиты населения РК от 15.06.2026 №243 (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