

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор КГУ «Центр
социальных услуг «Сенім»

Управления занятости и социальных
программ города Алматы

М.М.Алиев

«12» февраля 2025 год

Техническая спецификация на оказание услуг по обеспечению питанием для 150 получателей услуг в КГУ «Центр социальных услуг «Сенім»

Управления занятости и социальных программ города Алматы
в период с 01 марта по 31 декабря 2025 года

ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ

- Обеспечение 5-разовым горячим питанием и дополнительным питанием (в качестве второго ужина кефир, молоко, кисломолочные продукты) высокого качества с соблюдением всех установленных санитарно-гигиенических норм и правил, требований к обеспечению питания в медико-социальных учреждениях, реабилитационных центрах, учебных заведений для детей-инвалидов, территориальных центрах социального обслуживания, отделений дневного пребывания, центрах социальных программах социального обслуживания, центрах социального пребывания, центрах социальной адаптации. Питание должно быть организовано в соответствии со следующими нормативно-правовыми актами:
- Приказ и.о. Министра здравоохранения и социального развития Республики Казахстан от 27 ноября 2015 года № 896 «Об утверждении натуральных норм питания для лиц, обслуживающихся в медико-социальных учреждениях, реабилитационных центрах, учебных заведений для детей-инвалидов, территориальных центрах социального обслуживания, отделений дневного пребывания, центрах социальной адаптации»;
- Кодекс Республики Казахстан от 18 сентября 2009 года № 193-V «О здоровье народа и системе здравоохранения»;
- Закон Республики Казахстан от 21 июля 2007 года № 301 «О безопасности пищевой продукции»;
- Приказ Министра здравоохранения Республики Казахстан от 23 апреля 2018 года № 186 Санитарные правила "Санитарно-эпидемиологические требования к объектам общественного питания";
- Стандарт оказания специальных социальных услуг в области социальной защиты населения в условиях стационара (приложение 1 к приказу Заместителя Премьер-Министра - Министра труда и социальной защиты населения Республики Казахстан от 29 июня 2023 года № 263);
- и иными действующими нормативно-правовыми актами РК, прямо или косвенно регулирующими деятельность в сфере лечебно-диетического питания.

1. ТЕХНИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

- обеспечить ежедневным 5-разовым горячим питанием и дополнительным питанием (в качестве второго ужина кефир, молоко, кисломолочные продукты) для получателей услуг, проживающих в КГУ «Центр социальных услуг «Сенім» Управления занятости и социальных

программ города Алматы (далее – Заказчик), согласно Приложению 1 технической спецификации (Приказ и.о. Министра здравоохранения и социального развития Республики Казахстан от 27 ноября 2015 года № 896);

- ежедневно проводить бракераж готовой пищи;
- проводить инструктаж по охране труда и технике безопасности персонала.
- предоставлять услуги по обеспечению питанием, согласно 4-х недельного сезонного меню «Зима - Осень», «Весна - Лето», утвержденного Заказчиком.
- составлять праздничное меню к предстоящим праздникам по согласованию с Заказчиком в рамках выделенного бюджета.
- составлять посезонное меню фруктов и салатов и вносить на утверждение Заказчику.
- *разработать перспективное меню с учетом внутри ионного статуса получателей услуг, возраста, веса, аллергических реакций, сопутствующего заболевания, режима питания, диетическим предпочтениям и запланированного лечения по согласованию с Заказчиком.
- заказчик имеет право вносить изменения в меню в течение года по согласованию с Поставщиком, без права самостоятельного внесения изменений в меню.
- обеспечить раздачу питания получателям услуг в столовой и по группам строго по графику, утвержденного Заказчиком.
- *предоставить список сотрудников, которые будут на объекте Заказчика заниматься обеспечением питания.
- возместить расходы за коммунальные услуги (отопление, холодная и горячая вода, канализация) и потребленную электроэнергию на основании выставленных счетов-фактур эксплуатирующими организациями, а также выполнение прочих услуг (вывоз мусора, чистка канализационных систем, уборка прилегающей территории и т.д.), в случае аварий в здании ремонт производится за счет собственных средств поставщика-арендатора.
- *Предоставить копии документов, подтверждающих соответствие потенциального поставщика вышеперечисленным техническим и иным требованиям, приложить к конкурсной заявке потенциального поставщика.

Заказчик имеет право при необходимости привлекать экспертов (врачей-диетологов) при согласовании меню.

2. ТРЕБОВАНИЯ ПРЕДЪЯВЛЯЕМЫЕ К ПОСТАВЩИКУ

- Обеспечить на основе изучения спроса разнообразие ассортимента блюд, кулинарных изделий;
- Контролировать качество сырья, поступающего в производство. Поставщик должен подтверждать качество продуктов питания, применяемых для приготовления питания сертификатами качества (копии сертификатов качества поставщик должен сдавать ответственному лицу бракеражной комиссии);
- При выгрузке продуктов питания на складские помещения необходимо присутствие представителя со стороны Заказчика.
- Строго соблюдать технологии приготовления пищи, норм закладки сырья и санитарных правил;
- Осуществлять правильную организацию производственного процесса, обеспечение правильного применения производственного контроля. Порядок и периодичность лабораторных исследований устанавливается Заказчиком по согласованию с органами и учреждениями госсанэпидслужбы;
- Ежедневно выдавать Заказчику распечатанное меню на текущий день с указанием выхода готовых блюд (не менее установленной нормы согласно Приказу № 896);
- Составлять ежедневное меню – раскладки, согласно количеству получателей услуг, соответствующему диетическому столу;
- Обеспечить разнообразие питания за счет ассортимента блюд и правильного сочетания продуктов и блюд в каждом приеме пищи, исходя из натуральных норм на питание по определенной диете;

- Производить приготовление и выдачу готовых блюд в отделения, согласно соответствующему диетическому столу;
- Обеспечивать потребность при наличии потребности получателей услуг в дополнительном, индивидуальном, энтеральном питании;
- Соблюдать полное обеспечение получателей услуг белками, жирами, углеводами, а также незаменимыми факторами питания (незаменимые аминокислоты, полиненасыщенные жирные кислоты, витамины, микроэлементы) в разных соотношениях; Поставщик должен вести учетно-отчетную документацию в соответствии с нормативно-правовыми актами РК;
- Не осуществлять хранение продуктов с исторченными/просроченными сроками продуктов;
- При выявлении фактов нарушений, поставщик обязан, в течении 1 (одного) календарного дня произвести замену продуктов за счет собственных средств;
- в случае выявления факта некачественно приготовленной пищи, поставщик обязан, в течении 1 (одного) календарного дня произвести замену блюд за счет собственных средств;
- Если в процессе оказания услуг поставщик нанесет ущерб имуществу Заказчика, то он за свой счет произведет восстановление, либо компенсирует причиненный ущерб в полном объеме (ремонт и обслуживание за счет собственных средств поставщика);
- Соблюдать принцип «товарного соседства» при перевозке и хранении пищевой продукции;
- Обеспечить содержание передаваемых ему помещений и оборудованием санитарном и техническом состоянии, в соответствии с действующими санитарными правилами и нормами для предприятий общественного питания;
- В целях избежание нарушений графика предоставления услуг, в случае возникновения непредвиденных обстоятельств, не позволяющих оказать запрашиваемые услуги в помещении кухонной столовой должен иметь в наличии производственные мощности, материальные ресурсы и минимальные ресурсы, отвечающие всем санитарно-эпидемиологическим требованиям, позволяющие бесперебойно обеспечить услугу для получателей услуг Заказчика 5-разовым и дополнительным питанием (в качестве второго ужина кефир, молоко, кисломолочные продукты) не менее, чем на две недели;
- Обеспечить наличие и ведение журналов согласно нормативно-правовым актам РК и Приказу Министра здравоохранения Республики Казахстан от 23 апреля 2018 года № 186 Санитарные правила "Санитарно-эпидемиологические требования к объектам общественного питания, а также «Журнал по контролю за качеством готовой продукции «Бракеражный».
- Гарантировать заключение договоров на вывоз мусора, жирно утилизацию, дезинсекцию, дератизацию (копии предоставить Заказчику);
- Гарантировать заключение договора по проведению бактериологических и санитарно-гигиенических исследований (вода, смывы, готовая продукция, дезинфицирующие средства) (копии предоставить Заказчику);
- Обеспечить соблюдение установленных санитарно-эпидемиологических правил и норм сроков хранения;
- Обеспечить наличие кварцевых ламп в пекарный цех, в овощной цех, в мясной цех, в рыбный цех и в зал для раздачи.
- Обеспечить наличие гигрометров в склад сухих сыпучих продуктов и склад гастрономии.
- Обеспечить наличие на пищеблоке аптечки для оказания первой медицинской помощи;
- Обеспечить инструкцией по технике безопасности каждое электрооборудование;
- Проводить санитарно-просветительную работу с персоналом пищеблока и должен предоставить план санитарно-просветительной работы с персоналом;
- С поставщиком услуг по обеспечению питания заключается договор аренды помещения (общая площадь – 353,5 м²) и оборудования с Управлением государственных активов города Алматы.
- При выявлении нарушений обнаруженных в ходе проверок со стороны контролирующих органов, ответственность несет Поставщик.
- Получить санитарно-эпидемиологическое заключение на объект питания от органов государственного санитарно-эпидемиологического надзора.

- При замене сотрудника уведомить Заказчика с предоставлением соответствующих документов согласно технической спецификации.
- Поставщик обязан в период ограничительных мер соблюдать требования главного санитарного врача.
- Сумма питания в день на 1 услуга получателя исходит из: сумма определенной поставщиком проведенная по итогам закупок (СП), деленное на количество дней в году 306 дней (Д) и деленное на количество получателей услуг (ПУ). СП/306/ПУ. Оплата производится за фактически предоставленные услуги с момента регистрации договора в органах Казначейства.

Требования к поставщику по режиму питания:

- Для получателей услуг Заказчика должно быть организовано 5-разовое горячее питание и дополнительное питание (в качестве второго ужина кефир, молоко, кисломолочные продукты).
- Питание получателей услуг должно быть разнообразным и соответствовать лечебным показаниям по химическому составу, пищевой ценности, набору продуктов, способам приготовления и режиму питания, **согласно утвержденному меню Центра**.
- По праздничным датам не позднее семи календарных дней предоставить праздничное меню, для согласования с Заказчиком;
- При приготовлении блюд не использовать кулинарные жиры и любые другие жиры в соответствии нормативно-правовыми актами РК;
- Заказчик оставляет за собой право ежедневно контролировать исполнение меню, бракеража комиссии Заказчика проводит контроль за исполнением всех приказов и договоров;
- Обеспечить доступ в помещение пищеблока Заказчику или уполномоченному лицу.
- Контроль за доброкачественностью и безопасностью приготовленной пищи осуществляется путем отбора суточной пробы от каждой партии приготовленных блюд. Отбор суточной пробы осуществляет медработник (или под его руководством повар) в специальные стерильные и промаркированные стеклянные емкости с плотно закрывающимися крышками – отдельно каждое блюдо. Суточные пробы хранятся не менее 24 часов с момента окончания срока реализации блюд в специально отведенном в холодильнике месте при температуре $+2+6^{\circ}\text{C}$. Температура готовой пищи должна быть не ниже 85°C , холодных блюд и напитков от 7 до 14°C . Выдачу готовой пищи раздатчицам в халатах (предоставить санитарные книжки) с маркировкой «Для получения пищи» в течение 2 часов со времени ее приготовления, но не более.
- В целях предупреждения возникновения инфекционных заболеваний и отравлений среди получателей услуг Заказчика, Поставщику не допускается принимать на склад: пищевые продукты без документов, подтверждающих их происхождение, качество и безопасность, с истекшими сроками годности, признаками порчи и загрязнения; крупу, муку, сухофрукты, продукты, зараженные амбарными вредителями, загрязненные механическими примесями; овощи и фрукты с наличием плесени и признаками размягчения и гнили; мясо и субпродукты сельскохозяйственных животных без клейма и ветеринарного свидетельства; мясо и яйца водоплавающей птицы (утки, гуси); непотрошеную птицу; кровяные и ливерные колбасы; яйца с загрязненной скорлупой, из хозяйств, неблагополучных по сальмонеллезу, птичьему гриппу; консервы с нарушением герметичности банок, бомбажные, банки со ржавчиной, деформированные, без этикеток и наличия сроков реализации; фляжное, бочковое не пастеризованное молоко, фляжные творог и сметану – без тепловой обработки (кипячения); прокисшее молоко «самоквас», консервированные продукты домашнего приготовления.

Требования к поставщику по продуктам питания:

- при обнаружении недостатков продуктов питания (качество, ассортимент, внешний вид) в ходе приема, Заказчик уведомляет об этом Поставщика и составляет Акт о замене продукта;
- поставщик осуществляет замену некачественного продуктов питания в течение суток;
- поставщик при замене продуктов питания (ассортимента), письменно уведомляет заказчика с указанием причины изменения и с согласия Заказчика должен осуществить замену;

- на продукты питания (мясо, рыба, колбасные изделия, молока, кефир, яйцо, творог, сметана, сыр, масло сливочное и подсолнечное, сахар, соль, хлеба, соки, чай, томатная паста, макаронные изделия, рис, гречка, геркулес, горох, манка, пшено, перловка, печенье, вафли, какао, кисель, повидло) должны быть сертификаты соответствия (качества) либо таможенных деклараций о соответствии, ветеринарные справки, согласно требованиям СанПиНа;
 - поставляемые продукты должны быть свежими, неиспорченными и не генномодифицированными;
 - упаковка, в которой отгружаются продукты питания, должна соответствовать установленным в Республике Казахстан стандартам и техническим условиям и при условии надлежащего обращения с грузом обеспечивать его сохранность во время транспортировки, перегрузов и хранения;
 - в ценовое предложение включаются все расходы по обеспечению питания, связанные с поставкой продуктов питания, по оплате коммунальных услуг и др. затраты;
 - для транспортировки готовой пищи в отделения использовать специальные тележки для транспортировки;
 - поставщик должен обеспечить техническое обслуживание и ремонт электрического, холодильного и технологического оборудования Заказчика. В случае возникновения неисправности или поломки оборудования поставщик обеспечивает ремонт оборудования за свой счет. Обслуживание и ремонт оборудования должны производиться специализированной организацией. Обслуживание и ремонт оборудования должны производиться в соответствии с установленными правилами, стандартами и нормами в Республике Казахстан.
 - поставщик должен гарантировать, что в случае необходимости осуществит доукомплектование, дооснащение оборудования и инвентаря пищеблока за свой счет.
 - в целях обеспечения полноценного процесса приготовления пищи, поставщик имеет право пополнять парк технологического оборудования за собственный счет.
 - согласно требованиям санитарно-эпидемиологических и гигиенических норм и правил, поставщик представляет заключенные договора о проведении дезинфекции, дезинсекции и дератизации. Для обеспечения безопасности выпускаемой продукции обеспечивать по средствам производственного контроля, включая инструментальные и (или) лабораторные исследования поставщик должен утвердить главным врачом и эпидемиологом план производственного контроля и предоставить его после заключения договора с Заказчиком.
 - при поставке продуктов питания на склад на этапе приемки товара должен присутствовать представитель Заказчика.
- документация, предоставленная для участия в конкурсе, должна соответствовать требованиям в соответствии с приказом Министра образования и науки Республики Казахстан от 30 июня 2016 года № 412 «Об утверждении Правил приобретения товаров и услуг организаций, осуществляющих функции по защите прав ребенка».

3. ОБОРУДОВАНИЕ ПИЩЕБЛОКА

Оборудование пищеблока Заказчика состоит из механического, теплового и холодильного оборудования.

1. Механическое оборудование применяется для первичной обработки продуктов, к нему относятся:

Машины для обработки мяса (топор для распила мясных туш);

Мармит электрический кухонный 2 шт

Мойка 3 – секц ВМП 6-3-5 РЧ 1 шт

Стелаж СК 5-4 2 шт

Тележка ТУ-3 2 шт

Шкаф жарочный 1 шт

Шкаф сухожаровый ШС-80 1 шт
 Шкаф сушильный ШС 80 Гродторгмаш РУП-Бел 1 шт
 Хлеборезка масса не более 50 кг 1 шт
 Котломойка ВМП-9-1 1 шт
 Котел пищеварочный электрический КПЭМ-100/9Т 1 шт
 Котел пищеварочный электрический КПЭМ-250/9Т 1 шт
 Плита электрическая с жарочным шкафом ЭП-4ЖШ 3 шт
 Электрическая сковорода СЭСМ-0,5 Ч 1 шт
 Тестомес HS-30 1 шт
 Шкаф жарочный электрический ПЖЭ-3 2 шт
 Шкаф холодильный ШХ 1 шт
 Шкаф сухожаровой 1 шт
 Бытовой холодильник 3 шт
 Холодильный шкаф 1
 Холодильник двухкамерный POZIS Мир 149-5 5 шт
 Холодильник двухкамерный POZIS RK-124w 1шт
 Холодильный шкаф 2 шт
 Шкаф холодильный Carbotra F1400 1шт
 Морозильный шкаф 18С 1шт
 Мясорубка электрическая М75 1 шт
 Мясорубка МИМ 600М 1 шт
 Овощерезка для сырых и вар овощ 1 шт
 Машина протирочно-резальная Чусеница НГЩ 911 1шт
 Холодильник бытовой 1 шт
 Картофелечистка МОК 300 1 шт
 Машина очистки корнеплодов МОК-300У 1шт
 Шкаф холодильный Carbotra R1400 1шт
 Стелаж 3 шт
 Весы товарные 1 шт
 Колода КР-500-800 1 шт
 Шкаф холодильный 2 шт
 Мультиварка 1 шт
 Электрическая плита ПЭМ 814 Ш01 1 шт

САНИТАРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИЙ РЕЖИМ ПИЩЕБЛОКА

1. Поставщику категорически запрещается в помещениях пищеблока проводить мытье столовой посуды из группы Заказчика. Для мытья

столовой посуды использовать дезинфицирующие средства.

2. Поставщику задачу готовой пищи производить не позднее 2-х часов, прошедших после ее изготовления, включая и время доставки пищи в отделения. Категорически запрещается оставлять остатки пищи после ее раздачи, а также смешивать пищевые остатки со свежими блюдами.
3. Раздачу пищи получателям услуг производят буфетчицы. Получение пищи с пищеблока буфетчицами надлежит осуществлять только в халате с маркировкой «для получения пищи».
4. Технический персонал Поставщика, занятый уборкой помещений к раздаче пищи, не допускается.
5. Поставщик после каждой раздачи пищи производит тщательную уборку помещений с применением растворов дезинфицирующих средств.
6. Персонал поставщика обязан соблюдать правила личной гигиены, перед посещением туалета обязаны снять халат, после посещения обеззараживать руки антисептическим раствором.
7. Ответственность за правильностью использования и санитарно-гигиеническим состоянием оборудования пищеблока в Центре несет поставщик.
8. Ответственными за соблюдение санитарных требований при приготовлении и отпуске готовой пищи является старший повар и диетсестра/диетврач поставщика.
9. Поставщику запрещается изготавливать в пищеблоке Заказчика питание другим учреждениям, а также вывозить готовую продукцию за пределы территории Заказчика.

ПОРЯДОК КОНТРОЛЯ ЗА КАЧЕСТВОМ ГОТОВОЙ ПИЩИ

1. Проверка готовой пищи перед отправкой производится бракеражной комиссией Центра медицинской сестрой, а в выходные и праздничные дни ответственными медицинскими работниками Центра.
2. Проверка готовой пищи на кухне перед ее отпуском производится в следующем порядке:
 - а) непосредственно из котла, в соответствии с перечнем блюд, указанных в меню-раскладке;
 - б) путем пробы оформленных блюд одной из наиболее массовых диет.
3. Результаты пробы записываются по каждому блюду в бракеражном журнале, а общая оценка - в журнале готовой пищи.
4. Отбор готовых блюд для лабораторного анализа в целях установления химического состава и калорийности осуществляется санитарно-эпидемиологической службой города Алматы в плановом порядке и должен производиться в пищеблоке в присутствии медицинской сестры по диетическому питанию Заказчика. Отбору не подлежат блюда, приготовленные из промышленных изделий, как, например, колбаса, сыр, сосиски и т.д. На исследования посылаются отдельные блюда по разным диетам или полный обед (завтрак, ужин) той или иной диеты, причем, для этих целей отбираются средние по весу порции.
5. Поставщик формирует меню, согласно порционного по диетическим столам, которые составляются ежедневно старшей медицинской сестрой Заказчика.

ТРЕБОВАНИЯ К ДИЕТАМ

Нулевые диеты

Показания к применению: после операций на органах пищеварения; полубессознательное состояние больного.

Целевое назначение. Обеспечение организма минимальным количеством пищевых веществ в случаях противопоказаний к приему твердой пищи; максимальная разгрузка органов пищеварения, предупреждение метеоризма (скопление газов) в кишках.

Диета № 0а. Энергетическая ценность - 3161-4271 кДж (755-1020 ккал). Химический состав: белков - 5-10 г, жиров - 15-20 г, углеводов - 150-200 г, натрия хлорида - 1-2 г, свободной жидкости - 1,8-2,2 л.

Кулинарная обработка, обеспечивающая жидкую и желеобразную пищу.

Режим питания. Пищу принимают дробными порциями 7-8 раз в сутки с температурой не выше 45°; на один прием не более 200-300 г.

Рекомендуются: слабый обезжиренный мясной бульон, слизистые отвары со сливками, фруктово-ягодный кисель, фруктово-ягодные соки, желе фруктовое, отвар шиповника с сахаром.

Исключаются: цельное молоко, плотные и паровые блюда, газированные напитки.

Диета № 0б (1 а-хирургическая). Энергетическая ценность - 6364-6908 кДж (1520-1650 ккал). Химический состав: белков - 40-50 г, жиров - 40-50 г, углеводов - 250 г, натрия хлорида - 4-5 г; свободной жидкости - до 2 л.

Режим питания. Разрешается на прием до 350-400 г в теплом виде 6 раз в сутки; назначается после диеты 0а.

Рекомендуются: в дополнение к продуктам и блюдам диеты № 0а слизистые крупяные супы на овощном отваре, жидкие протертые каши из круп (гречневой, риса, геркулеса), паровой белковый омлет, яйцо всмятку, паровое суфле или пюре из нежирного мяса и рыбы, муссы из нежирных ягод.

Диета № 0в (16 - хирургическая). Энергетическая ценность - 9211-10048 кДж (2200-2400 ккал). Химический состав: белков - 80-90 г, жиров - 65-70 г, углеводов - 320-350 г, натрия хлорида - 6-7 г, свободной жидкости - 1,5 л.

Режим питания. Прием пищи до 6 раз в день в теплом виде; назначается после диеты № 0б, как переходный этап к физиологически полноценному питанию.

Рекомендуются: супы-пюре, супы-кремы, паровые блюда из протертого отварного мяса и рыбы, паровые блюда из творога, творог протертый со сливками, кисломолочные напитки, печеные яблоки, протертое овощное и фруктовое пюре, до 75 г белых сухарей.

Диета № 1а

Показания к применению: язвенная болезнь в фазе обострения (в первые 8-12 дней); острые гастриты, обострения хронических гастритов и гастродуоденитов (в первые дни лечения); после операций на желудке (через 6-7 дней); ожог пищевода.

Целевое назначение. Путем максимального механического и химического щажения пищевого канала способствовать репарации слизистой оболочки и снижению рефлекторной возбудимости желудка, уменьшению исходящих из него интероцептивных раздражений.

Общая характеристика. Ограничение энергетической ценности в основном за счет углеводов и в незначительной степени - белков и жиров. Исключаются продукты, являющиеся сильными возбудителями желудочной секреции, раздражающие механически, химически и термически (очень горячие и холодные) слизистую оболочку желудка.

Энергетическая ценность 7746-8374 кДж (1850-2000 ккал).

Химический состав: белков - 80-90 г (65-70% животные), жиров - до 80-90 г (20 % растительные), углеводов - 200 г, натрия хлорида - 8 г; свободной жидкости - 1,3-1,5 л.

Кулинарная обработка. Пища в вареном или приготовленном на пару виде, жидкой и полужидкой консистенции.

Режим питания. Диета предусматривает соблюдение постельного режима. Пищу принимают через каждые 2-3 ч 6 раз в сутки дробными порциями в теплом виде (40-50 °С).

Рекомендуемые и исключаемые продукты и блюда

1. *Хлеб и мучные изделия* исключаются.
2. *Мясо и птица*. Рекомендуются: нежирные сорта говядины, телятины, кролика после удаления сухожилий, фасций и жира. Птицу очищают от кожи. Употребляют в виде пюре или парового суфле из вареного мяса 1 раз в день. Исключаются: другие блюда из мяса и птицы.
3. *Рыба*. Рекомендуются: паровое суфле из отварной рыбы нежирных сортов (судак и др.) 1 раз в день (вместо мяса). Исключаются: жирные виды и прочие блюда.
4. *Яйца*. Рекомендуются: всмятку или в виде парового омлета (до 3-4 штук в день). Исключаются: в другом виде.
5. *Молочные продукты*. Рекомендуются: молоко, сливки, творожное паровое суфле. Исключаются: сыр и молочнокислые продукты (кефир, простокваша, сметана, творог и др.).
6. *Жиры*. Рекомендуются: масло сливочное несоленое и оливковое масло, хорошо очищенное в натуральном виде, добавленные в блюда. Исключаются прочие разновидности.
7. *Крупы, макаронные изделия и бобовые*. Рекомендуются молочные жидкие каши из манной крупы, рисовой и гречневой муки детского питания, толокна. Исключаются макаронные изделия, бобовые и другие каши.
8. *Овощи*. Рекомендуются: гомогенизированные (детского питания). Исключаются: в другом виде.
9. *Супы*. Рекомендуются: слизистые отвары на молоке из риса, перловой и овсяной (геркулеса) круп. Исключаются: бульоны из мяса, курицы, рыбы, овощей, грибов.
10. *Фрукты, сладкие блюда и сладости*: рекомендуются: сахар, мед, молочный кисель; желе, кисель, мусс на желатине из нектарных ягод и фруктов; снежки и меренги. Исключаются: фрукты и ягоды в сыром виде.
11. *Соусы и пряности* исключаются.
12. *Напитки*. Рекомендуются: отвары шиповника, пшеничных отрубей, соки свежих нектарных фруктов и ягод, разведенные водой с сахаром, некрепкий чай с молоком или сливками. Исключаются: кофе, какао, квас, газированные напитки.

Диета № 1 (основная)

Показания к применению: язвенная болезнь и хронический гастрит с нормальной и повышенной желудочной секрецией в фазе затихающего обострения и ремиссии (в течение 3-5 мес.); хронический гастрит с секреторной недостаточностью в фазе обострения; острый гастрит в период выздоровления; после операций на желудке в фазе восстановления (после диет № 1а и 1б).

Целевое назначение. То же, что и в диете № 1б, но с меньшимощаждением желудка.

Общая характеристика. Диета с достаточной энергетической ценностью и нормальным соотношением основных пищевых веществ. Исключаются химические и термические пищевые раздражители, сильные стимуляторы желудочной секреции. Механическое щажение желудка менее строгое, чем в диете № 1б.

Энергетическая ценность - 12142-12979 кДж (2900-3100 ккал).

Химический состав: белков - 100 г (60 % животные), жиров - 100 г (20-30% растительные), углеводов - 400-450 г; натрия хлорида - 12 г; свободной жидкости - 1,5 л.

Кулинарная обработка. Пищу готовят на пару, варят и подают в протертом виде.

Режим питания. Пищу принимают 5-6 раз в сутки в теплом виде (40-50 °С).

Рекомендуемые и исключаемые продукты и блюда

1. *Хлеб и мучные изделия*. Рекомендуются: хлеб пшеничный из муки высшего и 1 сорта вчерашней выпечки или подсушенный; несдобные булочки (1-2 раз в неделю); сухой бисквит, несдобное печенье (типа «Мария»). Исключаются: хлеб ржаной, свежий, блины, пирожки, пироги,

сдоба, (диета № 1 - хирургическая - отличается от диеты № 1 включением некрепких мясных, рыбных и овощных бульонов и ограничением цельного молока).

2. *Мясо и птица.* Рекомендуются: нежирные сорта мяса (говядина, телятина, кролик) без сухожилий и фасций, кур и индейки без кожи в отварном или паровом виде, протертые (котлеты, кнели, фрикадели, пюре, суфле, рулет и др.), телятина, кролик, цыпята в отварном виде куском, бефстроганов из вареного мяса. Отварные и паровые язык и печень. Ветчина нежирная, не жилистая, несоленая; колбасы докторская и диетическая мелконарезанные; мясной сырок, паштет из печени. Исключаются: жирные и жилистые сорта мяса и птиц в жареном и тушеном виде, консервы.

3. *Рыба.* Рекомендуются: нежирные виды без кожи куском или в виде котлетной массы в отварном или паровом виде, заливная на овощном наваре. Малосоленая зернистая икра в небольшом количестве. Исключаются: жирные виды (осетрина, севрюга и др.), копченая, соленая, жареная, тушеная.

4. *Яйца.* Рекомендуются: всмятку, паровые омлет и яичница (2 яйца в день). Исключаются: сваренные вкрутую, жареные яичница и омлет, сырой яичный белок.

5. *Молочные продукты.* Рекомендуются: молоко цельное, сливки, однодневная простокваша, свежие не кислая сметана и творог в блюдах (ленивые вареники, запеканка, пудинги и др.); сыр неострый протертый. Исключаются, молочные продукты с высокой кислотностью, острые сыры.

6. *Жиры.* Рекомендуются: масло сливочное несоленое, рафинированное оливковое и подсолнечное в натуральном виде или добавленные в блюда. Исключаются другие жиры, пережаренное масло.

7. *Крупы, макаронные изделия и бобовые.* Рекомендуются: каши, сваренные на молоке или воде - манная, хорошо разваренная рисовая, протертые гречневая и геркулесовая. Паровые пудинги, суфле, котлеты из молотых круп. Отварные нарубленные макаронные изделия. Исключаются: пшено, перловая, ячневая, гречневая (ядрица), бобовые, цельные макароны.

8. *Овощи.* Рекомендуются: свекла, картофель, морковь, цветная капуста, зеленый горошек, сваренные в воде или на пару и протертые (пюре, суфле); паровые пудинги; кабачки и тыква, нарезанные кусочками, в отварном виде. Изредка спелые не кислые помидоры в небольшом количестве. Исключаются: другие овощи, соленые, квашеные, маринованные овощи и грибы, овощные консервы.

9. *Супы.* Рекомендуются: из протертых овощей, молочные, крупяные, протертые из вермишели или домашней лапши с добавлением разрешенных протертых овощей; супы-пюре молочные, из овощей, из заранее вываренных кур или мяса. Заправляются сливочным маслом, не кислой сметаной, яичным желтком. Исключаются: на мясном, курином, рыбном бульоне, грибном и крепких овощных наварях, борщ, щи, окрошка.

10. *Фрукты, сладкие блюда и сладости.* Рекомендуются: спелые сладкие фрукты и ягоды в виде пюре, киселей, желе, муссов, протертых компотов. Печеные яблоки (без кожицы). Сладкие блюда на взбитых белках (муссы, самбуки), взбитые сливки, кремы, молочный кисель. Сахар, мед, джемы и варенья из сладких ягод и фруктов, пастила, зефир. Исключаются: ягоды и фрукты в сыром виде, кислые и неспелые, шоколад, халва, непротертые сухофрукты.

11. *Соусы и пряности.* Рекомендуются: молочные, сметанные, яично-масляные соусы. Укроп мелконарезанный в супы; ванилин. Исключаются: прочие соусы и пряности.

12. *Напитки.* Рекомендуются: некрепкий чай с молоком или со сливками, слабое какао на молоке, сладкие фруктово-ягодные соки, отвар шиповника, пшеничных отрубей. Исключаются: квас, кофе, газированные напитки, соки кислых ягод и фруктов.

Диета № 3

Показания к применению: алиментарный, привычный запор и некоторые болезни прямой кишки (трещины, геморрой), при отсутствии других заболеваний органов пищеварения.

Целевое назначение. Стимуляция двигательной функции кишок путем включения в рацион механических, термических и химических раздражителей.

Общая характеристика. Полноценный по энергетической ценности и химическому составу рацион; включение продуктов, богатых грубой растительной клетчаткой и стимулирующих перистальтику кишок.

Энергетическая ценность - 12142-15072 кДж - (2900-3600 ккал).

Химический состав: белков - 100-120 г (50-60 % животные), жиров - 100-120 г (20-30% растительные), углеводов - 400- 500 г; натрия хлорида - 12-15 г; свободную жидкость не ограничивают.

Кулинарная обработка разнообразная без ограничений.

Режим питания. Прием пищи 4 раза в день.

Рекомендуемые и исключаемые продукты и блюда

1. *Хлеб и мучные изделия.* Рекомендуются: хлеб ржаной, пшеничный из муки грубого помола, «докторский», «Здоровье», «барвихинский».

2. *Мясо и птица.* Рекомендуются: различные, куском; птица с кожей; блюда из субпродуктов, студень, колбасы, сосиски, сардельки, ветчина.

3. *Рыба.* Рекомендуются: нежирная различного приготовления, сельдь, копченая, шпроты, сардины в масле, рыба икра.

4. *Яйца.* Рекомендуются: сваренные вкрутую, яичница.

5. *Молочные продукты.* Рекомендуются: однодневные молочнокислые напитки, сливки, сметана, творог, сыр.

6. *Жиры.* Рекомендуются: сливочное, топленое, растительные масла, сало.

7. Крупы, макаронные изделия и бобовые. Рекомендуются: перловая, гречневая (ядрица), пшено, ячневая в виде рассыпчатых каш, бобовые. Исключаются: рис, геркулес, манная, макаронные изделия, саго.

8. *Овощи.* Рекомендуются: любые, особенно свекла, капуста, редька, огурцы, морская капуста в виде икры, салатов, винегретов с растительным маслом, в консервированном виде.

9. *Супы.* Рекомендуются: овощные, фруктовые, из бобовых, свекольник, окрошка, борщ, щи, преимущественно в прохладном виде. Исключаются: слизистые супы.

10. *Плоды, сладкие блюда и сладости.* Рекомендуются: фрукты и ягоды в сыром виде (кроме исключаемых), сухофрукты (особенно чернослив), компоты, желе, яблоки печеные, мороженое, варенье, мед, сиропы. Исключаются: черника, айва, гранат, кизил, брусника, груши, кисели, шоколад.

11. *Соусы и пряности.* Различные.

12. *Напитки.* Рекомендуются: овощные и фруктовые соки (особенно свекольный, морковный, абрикосовый), квас, некрепкие чай и кофе, газированные напитки в холодном виде.

Диета № 4

Показания к применению: хронические колиты и энтероколиты в фазе обострения; острые гастроэнтероколиты в начале заболевания (после голодных дней); дизентерия, брюшной тиф, туберкулез кишок (в течение первых 5-7 дней).

Целевое назначение: максимальное механическое и термическое щажение кишок; создание условий для ликвидации воспалительного процесса и восстановления нарушенных функций; уменьшение бродильных и гнилостных процессов в кишках.

Общая характеристика. Снижение энергетической ценности в основном за счет углеводов и жиров; количество белков соответствует физиологической норме; сниженное содержание натрия хлорида. Исключаются механические, химические и термические раздражители;

продукты, способствующие бродильным и гнилостным процессам в кишках, трудноперевариваемая пища, сильные стимуляторы желчеотделения, секреторной функции желудка и поджелудочной железы, а также вещества, раздражающие печень.

Энергетическая ценность - 8583 кДж (2050 ккал).

Химический состав: белков - 100 г (60-70% животные), жиров - 70 г (40-50 г сливочного масла), углеводов - 250 г (30-50 г сахара); натрия хлорида - 8-10 г; свободной жидкости - 1,5 л.

Кулинарная обработка. Пищу варят, готовят на пару и используют в жидком, порированном и протертом виде.

Режим питания. Дробный прием пищи в теплом виде до 3-6 раз в сутки при соблюдении постельного режима.

Рекомендуемые и исключаемые продукты и блюда

1. *Хлеб и мучные изделия.* Рекомендуются: хлеб пшеничный из муки высшего сорта, выпечки предыдущего дня (ограниченно); сухари из пшеничного хлеба; несдобное печенье. Исключаются: ржаной и свежий хлеб; изделия из сдобного теста, блины, оладьи.

2. *Мясо и птица.* Рекомендуются: нежирные сорта говядины, телятины, кур, индеек, протертые и рубленые, сваренные в воде или на пару с добавленным в фарш риса вместо хлеба; фарш пропускают 2-3 раза через мясорубку с мелкой решеткой. Цыпленок отварной. Заливное из протертого мяса. Исключаются: жирные сорта: баранина, свинина, гусь, утка, тушеное и жареное куском, колбасы, ветчина, копчености, консервы.

3. *Рыба.* Рекомендуются - нежирная (судак, окунь и др.) куском, рубленая и протертая, сваренная на воде или на пару, заливная, икра зернистая малосольная. Исключаются: жирные виды, копченая, маринованная, консервы.

4. *Яйца.* Рекомендуются: всмятку, паровой омлет, в блюда (одно в день). Исключаются: сырые, жареные, вкрутую.

5. *Молочные продукты.* Рекомендуются: ацидофильное молоко и паста, творог кальцинированный протертый. Исключаются: цельное молоко, сливки, сметана, однодневный кефир, сыр.

6. *Жиры.* Рекомендуются: сливочное масло в натуральном виде и в готовые блюда. Исключаются: другие жиры.

7. *Крупы, макаронные изделия и бобовые.* Рекомендуются: рисовая, манная, геркулесовая, протертая гречневая в виде каш на воде или обезжиренном бульоне, паровых пудингов, вермишель отварная. Исключаются: перловая, пшено, ячневая, рассыпчатые каши, макаронные запеканки, бобовые.

8. *Овощи.* Рекомендуются: в виде отваров (добавляются в суп). Исключаются: все виды.

9. *Супы.* Рекомендуются: на нежирном некрепком мясном, курином или рыбном бульоне, с рисом, манной крупой, вермишелью, фрикадельками. Слизистые супы на тех же бульонах со сливочным маслом. Исключаются: на крепком и жирном бульоне, молочные, с овощами, бобовые, холодные.

10. *Фрукты, сладкие блюда и сладости.* Рекомендуются: яблочное пюре. Кисели и желе из соков неких ягод и фруктов, отваров из сушеных черной смородины, черники, кизила, айвы, черемухи. Сахар в ограниченном количестве. Исключаются: свежие фрукты и ягоды, сухофрукты, компоты, мед, варенье и другие сладости.

11. *Соусы и пряности.* Рекомендуются: сливочное масло, обезжиренный бульон. Исключаются: пряности.

12. *Напитки.* Рекомендуются: чай (особенно настой зеленого), кофе, какао на воде. Соки неких ягод и фруктов, разведенные водой. Отвары из сушеных черной смородины, черники, черемухи, кизила, айвы, шиповника. Исключаются: кофе и какао с молоком, квас, виноградный сок, газированные и холодные напитки.

Показания к применению: острые гепатиты и холециститы в фазе выздоровления, хронические гепатиты, циррозы печени, воспалительных поражений желчных путей (холециститы, холангиогепатит и т.д.) вне обострения; заболевания, сопровождающиеся нарушением функций печени и желчных путей. Во всех случаях без сопутствующих заболеваний желудка и кишок.

Целевое назначение. Способствовать нормализации нарушенных функций печени и желчных путей, регулированию холестеринового и жирового обмена, накоплению гликогена в печени, стимулировать желчеотделение и двигательную функцию кишок.

Общая характеристика. Полноценная по энергетической ценности диета с достаточным содержанием белков, жиров и углеводов, исключением продуктов, богатых пуринами, азотистыми экстрактивными веществами, холестерином, щавелевой кислотой, шавелевой кислотой, эфирными маслами, продуктов окисления жира (акролеины, альдегиды), образующихся в процессе жарения. Увеличено содержание липотропных веществ (холин, метионин, лецитин) и содержит значительное количество клетчатки и жидкости.

Энергетическая ценность - 10467-12142 кДж (2500-2900 ккал).

Химический состав: белков - 90-100 г (60 % животных), жиров - 80-100 г (30% растительные), углеводов - 350-400 г (70-90 г сахара), хлорида натрия - 10 г; свободной жидкости - 1,8-2,5 л.

Кулинарная обработка. Не разрешается жарение, не требуется измельчение пищи.

Режим питания. Пища принимается 5 раз в день в теплом виде.

Рекомендуемые и исключаемые продукты и блюда

1. *Хлеб и мучные изделия.* Рекомендуются: хлеб пшеничный и ржаной вчерашней выпечки или подсушенный. Несдобное печенье. Исключаются: свежий хлеб, изделия из сдобного теста, торты с кремом, в жареном виде.

2. *Мясо и птица.* Рекомендуются: нежирная, не жилистая говядина, кролик, индейка, курица (кожу удаляют) отварные, запеченные с предварительным отвариванием, куском или рубленные, нежирная ветчина, докторская и диетические колбасы. Исключаются: жирные сорта, гуся, утка, дичь, мозги, печень, почки, консервы, копчености, жареные блюда.

3. *Рыба.* Рекомендуются: нежирные виды, куском, отварная, запеченная с предварительным отвариванием, заливная (на овощном отваре), фаршированная. Исключаются: жирные виды, копченая, соленая, консервы, икра зернистая (осетровая, кеты, севрюжья).

4. *Яйца.* Рекомендуются: омлет белковый запеченный, не более 1 желтка в день в блюда. Исключаются: вкрутую, жареные.

5. *Молочные продукты.* Рекомендуются: молоко, кефир, простокваша, сметана как приправа к блюдам, некислый творог и блюда из него (пудинг, запеканка, ленивые вареники, неострый сыр). Исключаются: сливки, творог с повышенной кислотностью.

6. *Жиры.* Рекомендуются: масло сливочное в натуральном виде и масла растительные: подсолнечное, оливковое, кукурузное. Исключаются: топленое масло, пережаренные жиры, свиное, говяжье, баранье сало, маргарин, кулинарные жиры.

7. *Крупы, макаронные изделия и бобовые.* Рекомендуются: крупы в полном ассортименте (особенно овсяная и гречневая) в виде каш, запеченных пудингов с добавлением творога, моркови, сушеных фруктов, плова с овощами или фруктами. Вермишель и лапша отварные. Исключаются: бобовые.

8. *Овощи.* Рекомендуются: в сыром, отварном, тушеном и запеченном виде, лук после отваривания, некислая квашеная капуста. Исключаются: редис, редька, щавель, шпинат, репа, чеснок, грибы, маринованные овощи.

9. *Супы.* Рекомендуются: молочные, на овощном отваре с крупами, вермишелью, лапшой, фруктовые, борщ и вегетарианские щи. Муку и овощи для заправки не поджаривают. Исключаются: на мясном и рыбном бульоне, грибном наваре, зеленые щи, окрошка.

10. *Фрукты, сладкие блюда и сладости.* Рекомендуются: фрукты и ягоды некислых сортов, компоты, кисели, желе, муссы из них, снежки, меренги, сахар, мед, варенье, конфеты не шоколадные, мармелад, пастила. Исключаются: кислые сорта плодов, шоколад, мороженое, кремовые изделия.

11. Соусы и пряности. Рекомендуются: молочные, сметанные, овощные, фруктово-ягодные подливки. Муку для соуса не поджаривают. Петрушка, укроп, корица, ванилин. Исключаются: острые, на мясном и рыбном бульоне, грибном наваре, перце, горчица, хрен.

12. Напитки. Рекомендуются: чай с лимоном, кофе с молоком, овощные, фруктовые и ягодные соки, отвар шиповника. Исключаются: кофе, какао, холодные напитки.

Диета № 7

Показания к применению: хронический гломерулонефрит (в период затихания процесса), острый гломерулонефрит (на стадии выздоровления), нефропатия беременных, другие заболевания, при которых показана малосолевая диета.

Целевое назначение. Умеренное щажение функции почек, уменьшение артериального давления и отеков и улучшение выведения азотистых шлаков и недоокисленных продуктов обмена из организма.

Общая характеристика. Ограничиваются значительно белок, натрия хлорид, свободная жидкость, вещества, раздражающие почки, возбуждающие сердечно-сосудистую и центральную нервную системы, мясные, молочные и грибные бульоны, продукты, богатые эфирными маслами и шавелевой кислотой.

Энергетическая ценность - 11514-13188 кДж (2750-3150 ккал).

Химический состав: белков - 80 г (50% животные), жиров - 90 г (20-25% растительные), углеводов - 400-500 г (100 г сахара); натрия хлорида - 5-7 г (из них 3-5 г дают на руки больному, а остальное содержится в продуктах); свободной жидкости - 0,8-1 л.

Кулинарная обработка. Пища используется в вареном и измельченном виде; допускается обжаривание мяса и рыбы после предварительного отваривания.

Режим питания. Пища принимается 5 раз в день.

Рекомендуемые и исключаемые продукты и блюда

1. Хлеб и мучные изделия. Рекомендуются: хлеб бессолевой, оладьи и блинчики на дрожжах без соли. Исключаются: хлеб обычной выпечки, кондитерские изделия, мучные изделия с добавлением натрия гидрокарбоната (сода).

2. Мясо и птица: исключаются.

3. Рыба: исключается.

4. Яйца. Желтки ограничено в блюда.

5. Молочные продукты. Рекомендуются: молоко цельное, сливки, простокваша, сметана. Исключаются: творог, сыр.

6. Жиры. Рекомендуются: сливочное, топленое, растительные масла. Исключаются: свиной, бараний, говяжий, маргарин, кулинарные.

7. Крупы, макаронные изделия и бобовые. Рекомендуются: крупы и макаронные изделия без ограничения ассортимента и способов кулинарной обработки. Исключаются: бобовые.

8. Овощи. Рекомендуются: свежие, в виде различных блюд. Лук вываренный и обжаренный в блюде. Петрушка, укроп. Исключаются: квашенные, соленые, маринованные, шпинат, шавель, редис, редька, грибы.

9. Супы. Рекомендуются: крупяные, овощные, фруктовые, заправляются сметаной, пассированным луком, зеленью. Исключаются: молочные, из бобовых, мясные, рыбные и грибные бульоны.

10. Фрукты, сладкие блюда и сладости. Рекомендуются: любые фрукты и ягоды; сырые, печеные, сушеные, компоты, кисели, желе, сахар, мед, варенье, шоколадные конфеты. Исключаются: молочный крем, шоколад, мороженое.

11. Соусы и пряности. Рекомендуются: молочный и томатный соус, овощные и фруктовые подливки. Лимонная кислота, ванилин, корица. Исключаются: из мясных, рыбных и грибных отваров, перец, хрен, горчица.

12. *Напитки.* Рекомендуются: некрепкий чай, отвар шиповника, фруктовые, ягодные и томатный соки. Исключаются: кофе, какао, минеральные воды.

У больных с выраженной недостаточностью почек рекомендуется вариант этой диеты, в которой преобладает 75 % белка животного происхождения. В этом варианте диеты вместо хлеба обычной выпечки используется безбелковый хлеб из маисового крахмала и пшеничных отрубей, рекомендуются мясо и птица (нежирные говядина, телятина, кролик, курица, индейка куском или рубленые, обжаренные после предварительного отваривания), рыба (нежирные виды, куском или рубленая, вареная или обжаренная после предварительного отваривания), яйца (одно в день для приготовления блюд и в виде белкового омлета), творог, вместо обычных круп саго и специальные макаронные изделия из крахмала злаковых культур и набухающего амилопектинового крахмала.

Диета № 8

Показания к применению: ожирение (при отсутствии нарушений органов пищеварения).

Целевое назначение. Предупреждение и устранение избыточного накопления жировой ткани в организме.

Общая характеристика. Снижение энергетической ценности, главным образом за счет углеводов (особенно легкоусвояемых) и, в меньшей мере, жиров. Ограничение натрия хлорида, свободной жидкости. Умеренное содержание белков (особенно за счет животных) и клетчатки. Исключение экстрактивных веществ и вкусовых приправ.

Таблица 1. Химический состав и энергетическая ценность редуцированных диет для больных ожирением

Вариант диеты № 8	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, кДж (ккал)
8 (основная)	100-110	80-90	120-150	6699-7746 (1600-1850)
8а (умеренная редукция)	70-80	60-70	70-80	4605-5317 (1100-1270)
8о (максимальная редукция)	40-50	30-40	50-70	2638-3517 (630-840)

Энергетическая ценность и химический состав в соответствии с вариантом диеты: 8, 8а и 8о (табл. 1).

60 % белков должны быть животными, 25-30 % жиров - растительными. Разрешается натрия хлорида - до 5-8 г (5 г выдают на руки больному для подсаливания отдельных блюд, а остальное количество содержится в натуральных продуктах); свободной жидкости - до 1-1,2 л.

Кулинарная обработка. Пищу готовят в вареном, тушеном и запеченном виде. Вместо сахара используют его заменители (ксилит, сорбит и др.). Ограничивают жареные, рубленые и протертые изделия. Пищу готовят без специй и соли.

Режим питания. Дробный прием пищи до 6 раз в день.

Рекомендуемые и исключаемые продукты и блюда

1. *Хлеб и мучные изделия.* Рекомендуются: пшеничный из муки грубого помола и ржаной хлеб в ограниченном количестве, белково-пшеничный и белково-отрубный хлеб. Исключаются: изделия из пшеничной муки высшего сорта, сдобного и слоеного теста, печенье.

2. *Мясо и птица.* Рекомендуются: нежирное мясо (говядина, телятина, кролик) и кури в отварном, тушеном и обжаренном после предварительного отваривания виде. Заливное, говяжьих сардельки. Исключаются: жирные сорта, гусь, утка, мозги, ветчина, сосиски, колбасы вареные и копченые, консервы.

3. *Рыба*. Рекомендуются: нежирные виды в отварном, запеченном, фаршированном и заливном виде; продукты моря (паста «Океан», мидии и др.). Исключаются: жирные виды, копченая, соленая, рыбные консервы, в масле, икра.

4. *Яйца*. Рекомендуются: вареные и в виде омлета.

5. *Молочные продукты*. Рекомендуются: молоко (преимущественно белковое), кефир нежирный и таллинский, простокваша, сметана - ограниченно (в основном в блюдах), творог, сыр нежирный и несоленый. Исключаются: молоко топленое, сливки, ряженка, йогурт сладкий, творог жирный, сыр соленый и жирный.

6. *Жиры*. Рекомендуются: сливочное и растительные масла ограниченно. Исключаются: свиное сало, говяжий и бараний жир, кулинарные жиры.

7. *Крупы, макаронные изделия и бобовые*. Рекомендуются: в ограниченном количестве гречневая и перловая в виде рассыпчатых каш. Исключаются: другие крупы, макаронные изделия, бобовые.

8. *Овощи*. Рекомендуются: сырые и в любом приготовлении (картофель ограниченно). Квашеная капуста в отмытом виде. Исключаются: маринованные и соленые.

9. *Супы*. Рекомендуются: овощные с фрикадельками, борщ, щи, окрошка, свекольник. Исключаются: картофельные, с макаронами, крупами, бобовые, молочные.

10. *Фрукты, сладкие блюда и сладости*. Рекомендуются: фрукты и ягоды кисло-сладкие, желе, мусс на желатине, компоты, самбуки с использованием вместо сахара ксилита или сорбита. Исключаются: арбузы, виноград, изюм, инжир, финики, конфеты, мед, варенье, сахар, мороженое, кисели.

11. *Соусы и пряности*. Рекомендуются: томатный, белый, слабый грибной, уксус. Исключаются: острые и жирные соусы, майонез, все пряности.

12. *Напитки*. Рекомендуются: чай, кофе некрепкий, кофе с молоком без сахара. Соки ягодные, фруктовые, овощные. Исключаются: сладкие соки, какао, сладкий квас, лимонад на сахаре.

Диета № 9

Показания к применению. Назначается при сахарном диабете в качестве пробной диеты, с лечебной целью - больным с нормальной или слегка избыточной массой тела, не нуждающимся в инсулине или получающим его в небольшом количестве (до 20-30 ЕД) при легкой и средней степени тяжести диабета. Диета может использоваться при аллергических состояниях и заболеваниях (ревматизм, инфекционный неспецифический полиартрит, бронхиальная астма, отек Квинке, крапивница и др.).

Целевое назначение. Выяснение толерантности большого сахарным диабетом к дозированной пищевой нагрузке для подбора индивидуальной дозировки инсулина и других глюкозоснижающих препаратов, создание условий для нормализации углеводного обмена, частично жирового, водно-солевого и белкового обменов, десенсибилизации организма.

Общая характеристика. Умеренное ограничение энергетической ценности в основном за счет углеводов (особенно легкоусвояемых) и в меньшей степени жиров при нормальном количестве белков. Ограничение холестерины и экстрактивных веществ. Повышение содержания липотропных веществ и витаминов.

Энергетическая ценность - 9630 кДж (2300 ккал).

Химический состав: белков - 100 г (60 % животных), жиров - 80 г (25-30 % растительные), углеводов - 300 г, натрия хлорида - 12 г, свободной жидкости - 1,5 л.

Кулинарная обработка. Обычная. При изготовлении сладких блюд и напитков используются заменители сахара.

Режим питания. Пища употребляется до 5-6 раз в день с точным распределением углеводов (при использовании диеты в качестве пробной углеводы равномерно распределяются между приемами пищи, при применении инсулина - с учетом его дозы и времени введения).

Рекомендуемые и исключаемые продукты и блюда

1. *Хлеб и мучные изделия.* Рекомендуются: ржаной, белково-пшеничный, белково-отрубный, пшеничный 2-го сорта в пределах нормы углеводов. Исключаются: сдобные и сладкие мучные изделия.
2. *Мясо и птица.* Рекомендуются: нежирные говядина, телятина, баранина, обрезная и мясная свинина, кролик, куры рубленные и куском, отварные, тушеные и жаренные после отваривания, студень говяжий, курица заливная. Постная ветчина, докторская, диабетическая, говяжья колбасы, сосиски. Исключаются: жирные сорта, гусь, утка, жирная ветчина, колбасы копченые, консервы.
3. *Рыба.* Рекомендуются: нежирная в отварном, запеченном и изредка жареном виде; заливная. Вымоченная сельдь ограниченно; консервы в томатном соусе или собственном соку. Исключаются: жирные виды, соленая, икра.
4. *Яйца.* Рекомендуются: до 2 в вареном и жареном виде.
5. *Молочные продукты.* Рекомендуются: молоко, простокваша, кефир, творог нежирный или полужирный, сыр несоленый и нежирный, сметана ограниченно. Исключаются: сладкие творожные сырки, сливки.
6. *Жиры.* Рекомендуются: сливочное и растительные масла. Исключаются: мясные и кулинарные жиры.
7. *Крупы, макаронные изделия и бобовые.* Рекомендуются: каши из ячневой, гречневой, пшениной, перловой, овсяной круп, горох, ограниченно с учетом нормы углеводов. Исключаются: манная крупа, рис, макаронные изделия.
8. *Овощи.* Рекомендуются: капуста, салат, тыква, кабачки, огурцы, помидоры, баклажаны. С учетом нормы углеводов картофеля, морковь, свекла, зеленый горошек. Исключаются: маринованные и соленые.
9. *Супы.* Рекомендуются: на некрепком нежирном мясном, рыбном, грибном бульоне, с картофелем, овощами, фрикадельками, разрешенными крупами; борщ, щи, свекольник, окрошка (мясная и овощная). Исключаются: жирные бульоны, молочный с крупами и лапшой, из бобовых.
10. *Фрукты, сладкие блюда и сладости.* Рекомендуются: кисло-сладкие фрукты и ягоды в любом виде. Компоты, муссы, желе, конфеты, (ореховое печенье на сорбите, ксилите, сахарине).
Исключаются: виноград, изюм, финики, инжир, бананы, сахар, мед, варенье, конфеты, мороженое.
11. *Соусы и пряности.* Рекомендуются: соусы на овощном отваре, слабых и нежирных мясных, рыбных и грибных бульонах, хрен, перец, горчица (ограниченно). Исключаются: острые, соленые и жирные соусы.
12. *Напитки.* Рекомендуются: чай, кофе, какао с молоком без сахара, отвар шиповника, соки несладких свежих фруктов и ягод, томатный сок. Исключаются: сладкие фруктовые и ягодные соки (виноградный и другие), сладкий квас, лимонады на сахаре.

Диета № 10

Показания к применению: заболевания сердца в стадии компенсации или нерезко выраженной недостаточности кровообращения (I-II стадии), гипертоническая болезнь I-II стадии, хронический гломерулонефрит и пиелонефрит без нарушения азотовыделительной функции почек.

Целевое назначение. Облегчение деятельности сердечно-сосудистой системы при одновременном умеренном щажении органов пищеварения и почек; увеличение диуреза и разгрузка межпочечного обмена.

Общая характеристика. Значительное ограничение натрия хлорида и жидкости, растительной клетчатки и продуктов, богатых холестерином, способствующих метеоризму в кишках; веществ, возбуждающих сердечно-сосудистую и нервную системы, раздражающих печень и почки (экстрактивные и др.); обогащение рациона солями калия, кальция, липотропными веществами (лецитин, метионин); обеспечение достаточного поступления в организм витаминов.

Энергетическая ценность - 9839-10886 кДж (2350-2600 ккал).

Химический состав: белков - 80-90 г (60 % животные), жиров - 70 г (30 % растительные), углеводов - 350-400 г, натрия хлорида - 5-7 г (из них 3-5 выдают больному для подсаживания отдельных блюд по вкусу; остальное количество содержится в натуральных продуктах); свободной жидкости - 1,2 л.

Кулинарная обработка с умеренным механическим шажением; все блюда готовятся без соли.

Режим питания. Пища принимается 5 раз в день.

Рекомендуемые и исключаемые продукты и блюда

1. *Хлеб и мучные изделия.* Рекомендуются: ржаной и пшеничный вчерашней выпечки, несдобные печенья и бисквит. Исключаются: свежий хлеб, сдобное и слоеное тесто, блины.

2. *Мясо и птица.* Рекомендуются: нежирные сорта (говядина, телятина, мясная свинина, курица, индейка, кролик) в вареном виде с последующим запеканием или обжариванием, куском или рубленые. Исключаются: жирные сорта, утка, гусь, колбасные изделия, копчености, консервы.

3. *Рыба.* Рекомендуются: нежирная в вареном виде с последующим обжариванием, рубленая или куском. Исключаются: жирные виды (осетрина, белуга, кета и др.), копченая, соленая, рыба икра, консервы.

4. *Яйца.* Рекомендуются: одно в день без ограничений кулинарной обработки.

5. *Молочные продукты.* Рекомендуются: цельное молоко (если не вызывает метеоризма), сливки, молочнокислые напитки, сметана, творог, малосоленый сыр. Исключаются: соленые сыры.

6. *Жиры.* Рекомендуются: несоленое сливочное и растительные масла. Исключаются: мясные и кулинарные жиры.

7. *Крупы, макаронные изделия и бобовые.* Рекомендуются: любые крупы и макаронные изделия, приготовленные на воде или молоке (каши, пудинги, котлеты и т.д.). Исключаются: бобовые (горох, фасоль).

8. *Овощи.* Рекомендуются: картофель, свекла, морковь, белокочанная и цветная капуста в отварном и запеченном виде. Огурцы, помидоры, морковь, листья салата, зеленый лук, укроп, петрушка в сыром виде. Исключаются: квашенные, соленные, маринованные, редька, редис, шпинат, щавель, грибы.

9. *Супы.* Рекомендуются: вегетарианские с картофелем, овощами, крупами, молочные, фруктовые. Исключаются: мясные, рыбные и грибные бульоны; с бобовыми.

10. *Фрукты, сладкие блюда и сладости.* Рекомендуются: мягкие ягоды и фрукты в сыром виде, компоты, кисели, желе, муссы, самбуки, молочные кремы, варенье, мед, не шоколадные конфеты, зефир, пастила. Исключаются: плоды с грубой клетчаткой, ягоды с грубыми зернами, шоколад, пирожные.

11. *Соусы и пряности.* Рекомендуются: на овощном отваре, сметанный, молочный, томатный соусы: фруктовые подливки; ванилин, корица, гвоздика. Исключаются: на мясном, рыбном и грибном отварах, перец, хрен, горчица.

12. *Напитки.* Рекомендуются: некрепкий чай, кофе-суррогат, овощные и фруктовые соки (виноградный - ограниченно), отвар шиповника. Исключаются: крепкий чай, натуральный кофе, какао, газированные напитки.

Диета № 15

Показания к применению: реконвалесценты и больные, у которых отсутствуют показания к назначению специальной лечебной диеты (при нормальном состоянии пищевого канала).

Целевое назначение. Обеспечение полноценного рационального питания в условиях стационара.

Общая характеристика. Физиологически полноценная и разнообразная диета, рассчитанная на человека, не выполняющего физического труда. Содержание витаминов увеличено. Исключаются некоторые трудноусвояемые и острые пищевые продукты.

Энергетическая ценность - 11095-12979 кДж (2650-3100 ккал).

Химический состав: белков 80-100 г (55-60 % животных), жиров - 80-100 г (20-25 % растительные), углеводов - 400-450 г (сахар 70-100 г); натрия хлорида - 12-15 г, свободной жидкости - 1,5 л.

Кулинарная обработка. Разнообразная без ограничений.

Режим питания. Пища принимается 4-5 раз в день.

Разрешаются: разнообразные продукты, обеспечивающие правильное соотношение основных пищевых ингредиентов и повышенное поступление в организм витаминов. Рекомендуются включение в рацион овощей, фруктов, ягод и их соков, отвара шиповника, из отрубей, молока, кисломолочных продуктов, сливочного и растительных масел, ржаного хлеба и т.д.

Исключаются: трудно перевариваемые жирные пищевые продукты (свинина, говядина, баранина, гусь, утка, говяжий, свиной, бараний и кулинарные жиры). Ограничиваются: горчица и перец.

ТРЕБОВАНИЯ К КАЧЕСТВУ УСЛУГ

1. Потенциальный поставщик должен предоставить 2-х сезонное, 2-х недельное сбалансированное меню питания, содержащее следующую информацию: выход готового блюда, кулинарного изделия, напитка в отдельности, суточный расчет энергетической ценности и химического состава (по каждому дню в отдельности) в зависимости от требования диеты. Потенциальный поставщик должен предоставить карточки-раскладки соответствующие установленным нормам по каждому блюду (кулинарному изделию, напитку), согласно Приказ и.о. Министра здравоохранения и социального развития Республики Казахстан от 27 ноября 2015 года № 896 «Об утверждении натуральных норм питания для лиц, обслуживающихся в медико-социальных учреждениях, реабилитационных центрах, учебных заведениях для детей-инвалидов, территориальных центрах социального обслуживания, отделениях дневного пребывания, центрах социальной адаптации»

При составлении меню потенциальный поставщик должен учесть ежедневное лечебное 5-разовое питание для пациентов (Завтрак, Второй завтрак, Обед, Полдник, Ужин), с возможностью дробления порций в течение дня по заявке Заказчика в зависимости от режима питания диеты, без потери суточной нормы питания (энергетической ценности и химического состава) в зависимости от требования диеты.

Перечень проведения и график работ

Наименование работ		Исполнитель, Заказчик
1	Обеспечение ежедневным 5-разовым горячим питанием и дополнительным питанием (в качестве второго ужина кефир, молоко, кисломолочные продукты) для получателей услуг Заказчика	Поставщик
1.1.	Предоставление количества получателей услуг ежедневно на день вперед, в пятницу – на три дня вперед	Заказчик
1.2.	Составление и утверждение меню на последующие две недели	Поставщик -Заказчик
1.3.	Закуп продуктов	Поставщик

1.4.	Приготовление пищи	Поставщик
1.5.	Выдача горячего питания	Поставщик
1.6.	Раздача получателям услуг питания	Поставщик-Заказчик
1.7.	График очередности получения пищи	Заказчик
	Сопутствующие услуги	
2	Ежедневная влажная уборка по мере загрязнения с применением дезинфицирующих средств	Поставщик
2.1.	Еженедельная генеральная уборка с применением дезинфицирующих средств	Поставщик
3	График времени выдачи готовой продукции	
3.1	Завтрак	08.30 – 9.00
3.2	Второй завтрак	10.00 – 10.30
3.3	Обед	13.00 – 14.00
3.4	Полдник	16.00 – 16.30
3.5	Ужин	19.00 – 20.00
3.6	Второй ужин	20.00 – 20.30 (осень – зима) 21.30 – 22.00 (весна – лето)

 Главный бухгалтер

 Экономист

 Диет сестра

Приложение 4
к размерам, источникам и видам
предоставления социальной
помощи гражданам, которым
оказывается социальная помощь

Нормы питания для детей, воспитывающихся в организациях для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, и интернаты организаций, и детей, находящихся в центрах адаптации несовершеннолетних и поддержки детей, нуждающихся в специальных социальных услугах:

Сноска. Приложение 4 – в редакции постановлением Правительства РК от 19.03.2024 № 205 (вводится в действие после дня его первого официального опубликования).

Наименование	Норма на одного ребенка (граммов в день)	
	дошкольного возраста	школьного возраста
1	2	3
Продукты		
Хлеб ржаной	60	150
Хлеб пшеничный	100	200
Мука пшеничная	35	35
Мука картофельная	3	3
Крупа, бобовые, макаронные изделия	45	75
Картофель	250	350
Овощи и другая зелень	450	500
Фрукты свежие	260	250
Фрукты сухие, орехи	20	25
Соки	100	100

Кондитерские изделия	25	25
Сахар	35	50
Масло сливочное	35	50
Масло растительное	12	18
Яйцо (штук)	1	1
1	2	3
Молоко, молоко, обогащенное витаминами А, D3, Е	450	450
Кисломолочные продукты с живыми бактериями	50	50
Творог	50	70
Мясо	105	125
Птица	25	30
Рыба	60	110
Сметана	10	10
Сыр	10	12
Чай	0,2	0,2
Кофе	2	4
Какао	1	2
Соль	5	5
Специи	2	2
Дрожжи	1	1

Примечания:

1) в летний оздоровительный период (до 90 дней), воскресные, праздничные дни, дни каникул норма расходов на питание увеличивается на 10 процентов;

2) замену отдельных продуктов питания разрешается производить в соответствии с таблицей замены продуктов, утвержденной уполномоченным органом;

4) разрешается руководителям организаций образования для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, интернаты организаций всех видов выдавать детям-сиротам и детям, оставшимся без попечения родителей, на время пребывания их в семьях родственников или отдельных граждан в дни каникул, воскресные и праздничные дни, а также в период болезни продукты в соответствии с нормами питания или наличные деньги в пределах стоимости питания.

Диет сестра

Кендирбаева С.А.