

**Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека
Федеральное государственное бюджетное учреждение науки
Федеральный исследовательский центр питания, биотехнологии и безопасности пищи**

2.3 ГИГИЕНА ПИТАНИЯ

ОБ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ В МЕДИЦИНСКИХ ОРГАНИЗАЦИЯХ, ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ И ОРГАНИЗАЦИЯХ СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ВИТАМИННО-МИНЕРАЛЬНЫХ КОМПЛЕКСОВ

Методические рекомендации
МР 2.3.0144-19

Москва, 2019

**Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека
Федеральное государственное бюджетное учреждение науки
Федеральный исследовательский центр питания, биотехнологии и безопасности пищи**

2.3 ГИГИЕНА ПИТАНИЯ

ОБ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ В МЕДИЦИНСКИХ ОРГАНИЗАЦИЯХ, ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ И ОРГАНИЗАЦИЯХ СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ВИТАМИННО-МИНЕРАЛЬНЫХ КОМПЛЕКСОВ

Методические рекомендации
МР 2.3.0144-19

Москва, 2019

Об организации питания в медицинских организациях, образовательных организациях и организациях социального обслуживания населения с использованием витаминно-минеральных комплексов. МР 2.3.0144-19.

1. Разработаны: Федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, Федеральным государственным бюджетным учреждением науки Федеральный исследовательский центр питания, биотехнологии и безопасности пищи (В. А. Тутельян; Д. Б. Никитюк; А. К. Батурин; А. В. Погожева; Н. В. Жилинская)

2. Утверждены Руководителем Федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации А.Ю. Поповой «19» апреля 2019 г.

3. Введены в действие с момента утверждения.

4. Введены впервые.

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель Федеральной службы
по надзору в сфере защиты прав
потребителей и благополучия человека,
Главный государственный санитарный
врач Российской Федерации



А.Ю. Попова

«19» апреля 2019 г.

2.3 ГИГИЕНА ПИТАНИЯ

О ПРИМЕНЕНИИ ВИТАМИННО-МИНЕРАЛЬНЫХ КОМПЛЕКСОВ ПРИ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ В МЕДИЦИНСКИХ ОРГАНИЗАЦИЯХ, ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ И ОРГАНИЗАЦИЯХ СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ

Методические рекомендации

1. Область применения

1.1. Настоящие методические рекомендации разъясняют порядок применения витаминно-минеральных комплексов (далее - ВМК) при организации питания, в том числе профилактическом и лечебном, в медицинских организациях, санаторно-курортных организациях, образовательных организациях, стационарных организаций отдыха и оздоровления детей и организациях социального обслуживания населения.

1.2. Методические рекомендации предназначены для специалистов органов и организаций Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, а также могут быть использованы специалистами, занимающимися организацией питания в образовательных организациях, стационарных организациях отдыха и оздоровления детей, медицинских организациях (в том числе врачами-диетологами), санаторно-курортных организациях, организациях социального обслуживания, научными организациями и производителями (изготовителями) пищевой продукции, осуществляющими разработку и производство витаминно-минеральных комплексов, организациями общественного питания и другими организациями и учреждениями.

2. Нормативные ссылки

- 2.1. Федеральный закон 30.03.99 № 52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения».
- 2.2. Федеральный закон от 02.01.2000 № 29-ФЗ «О качестве и безопасности пищевых продуктов».
- 2.3. Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации».
- 2.4. Указ Президента Российской Федерации от 30.01.2010 № 210 «Об утверждении Доктрины продовольственной безопасности Российской Федерации».
- 2.5. Постановление Правительства Российской Федерации от 22.11.2000 года № 883 «Об организации и проведении мониторинга качества, безопасности пищевых продуктов и здоровья населения».
- 2.6. Постановление Правительства Российской Федерации от 21.12.2000 № 987 «О государственном надзоре и контроле в области обеспечения качества и безопасности пищевых продуктов».
- 2.7. Постановление Правительства Российской Федерации от 02.02.2006 года № 60 «Об утверждении Положения о проведении социально-гигиенического мониторинга».
- 2.8. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 25.10.2010 № 1873-р «Основы государственной политики Российской Федерации в области здорового питания населения на период до 2020 года».
- 2.9. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.06.2016 № 1364-р «Стратегия повышения качества пищевой продукции в Российской Федерации до 2030 года».
- 2.10. СанПиН 2.3.2.1078-01 «Гигиенические требования безопасности и пищевой ценности пищевых продуктов».
- 2.11. СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования».
- 2.12. СанПиН 2.1.3.2630-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям, осуществляющим медицинскую деятельность».
- 2.13. СанПиН 2.3.2.2843-11 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы детских санаториев».
- 2.14. СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций».
- 2.15. СанПиН 2.4.4.3155-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы стационарных организаций отдыха и оздоровления детей».
- 2.16. СП 2.1.2.33-58-16 «Санитарно-эпидемиологические требования к размещению, устройству, оборудованию, содержанию, санитарно-гигиеническому и противоэпидемиологическому режиму работы организаций социального обслуживания».
- 2.17. Технический регламент Таможенного союза ТР ТС 021/2011 «О безопасности пищевой продукции».
- 2.18. Технический регламент Таможенного союза ТР ТС 022/2011 «Пищевая продукция в части ее маркировки».
- 2.19. Технический регламент Таможенного союза ТР ТС 027/2012 «О безопасности отдельных видов специализированной пищевой продукции, в том числе диетического лечебного и диетического профилактического питания».
- 2.20. Технический регламент Таможенного союза ТР ТС 005/2011 «О безопасности упаковки».
- 2.21. Технический регламент Таможенного союза ТР ТС 029/2012 «Требования безопасности пищевых добавок, ароматизаторов и технологических вспомогательных средств».
- 2.22. «Единые санитарно-эпидемиологические и гигиенические требования к товарам, подлежащим санитарно-эпидемиологическому надзору (контролю)».
- 2.23. Методические рекомендации. Рациональное питание. Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации. МР 2.3.1.2432-08. М., 2008.

3. Общие сведения

3.1. Эпидемиологические исследования, проводимые в рамках мониторинга питания населения Российской Федерации, свидетельствуют о том, что фактическое питание населения России характеризуется недостаточным потреблением витаминов и микроэлементов. Дефицит обеспечения организма человека витаминами и минеральными веществами приводит к снижению неспецифической резистентности организма к физическим, химическим и биологическим факторам окружающей среды, снижению адаптационного потенциала, является фактором риска многих алиментарно-зависимых заболеваний.

В связи с этим улучшение структуры питания взрослого и детского населения, в том числе обеспеченности витаминами и минеральными веществами, как основного принципа здорового питания, является одним из важнейших национальных приоритетов, обозначенных в «Стратегии повышения качества пищевой продукции в Российской Федерации до 2030 года», «Основах государственной политики Российской Федерации в области здорового питания населения на период до 2020 года», а также является ключевым компонентом национального проекта «Демография».

Научно обоснованным и широко апробированным в многолетней отечественной практике способом коррекции имеющихся дефицитов и оптимизации обеспеченности детского и взрослого населения витаминами и минеральными веществами является использование витаминно-минеральных комплексов и обогащение пищевых продуктов, в том числе в организованных коллективах получающих питание в дошкольных и школьных образовательных учреждениях, медицинских организациях, санаторно-курортных учреждениях.

3.2. Настоящие методические рекомендации разъясняют:

- принципы применения специализированной пищевой продукции профилактического питания ВМК;
- принципы применения специализированной пищевой продукции лечебного питания ВМК.

4. Термины и определения

Витаминно-минеральные комплексы – специализированная пищевая продукция диетического лечебного или диетического профилактического питания, представляющие собой порошкообразные смеси, с содержанием витаминов и минеральных веществ от 50% до 100% от физиологической нормы потребления пищевых веществ.

Лечебное питание – питание, обеспечивающее удовлетворение физиологических потребностей организма человека в пищевых веществах и энергии с учетом механизмов развития заболевания, особенностей течения основного и сопутствующего заболеваний и выполняющее профилактические и лечебные задачи.

Пищевая продукция диетического лечебного питания – специализированная пищевая продукция с заданной пищевой и энергетической ценностью, физическими и органолептическими свойствами, и предназначенная для использования в составе лечебных диет.

Пищевая продукция диетического профилактического питания – специализированная пищевая продукция, предназначенная для коррекции углеводного, жирового, белкового, витаминного и других видов обмена веществ, в которой изменено содержание и (или) соотношение отдельных веществ относительно естественного их содержания, и (или) в состав которой включены не присутствующие изначально вещества или компоненты, а также пищевая продукция, предназначенная для снижения риска развития заболеваний.

¹ МР 2.3.1.2432-08 «Методические рекомендации. Рациональное питание. Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации».

5. Применение витаминно-минеральных комплексов в диетическом профилактическом и диетическом лечебном питании

5.1. Специализированные пищевые диетического профилактического питания витаминно-минеральные комплексы применяются в рационах питания организованных коллективов следующих организаций:

- дошкольные образовательные организации;
- общеобразовательные учреждения;
- организации начального и среднего профессионального образования³;
- стационарных организациях отдыха и оздоровления детей.

5.2. Специализированные пищевые диетического лечебного питания витаминно-минеральные комплексы применяются в рационах питания организованных коллективов следующих организаций:

- медицинские организации;
- санаторно-курортные организации;
- организации социального обслуживания.

5.3. Состав ВМК и дозы, включенных в него витаминов и минеральных веществ, должны обеспечивать физиологические потребности взрослых и детей различных возрастных групп, с учетом особенностей витаминного статуса населения данного субъекта Российской Федерации.

5.4. ВМК, используемые для обогащения блюд для диетического профилактического или диетического лечебного питания, должны соответствовать требованиям предъявляемым к специализированной пищевой продукции диетического профилактического питания в соответствии с Техническим регламентом Таможенного союза ТР ТС 021/2011 «О безопасности пищевой продукции» (далее ТР ТС 021/2011), Техническим регламентом Таможенного союза ТР ТС 022/2011 «Пищевая продукция в части ее маркировки» (далее ТР ТС 022/2011), Техническим регламентом Таможенного союза ТР ТС 027/2012 «О безопасности отдельных видов специализированной пищевой продукции, в том числе диетического лечебного и диетического профилактического питания» (далее ТР ТС 027/2012), Техническим регламентом Таможенного союза ТР ТС 005/2011 «О безопасности упаковки» (далее ТР ТС 005/2011), Техническим регламентом Таможенного союза ТР ТС 029/2012 «Требования безопасности пищевых добавок, ароматизаторов и технологических вспомогательных средств» (далее ТР ТС 029/2012).

При обогащении блюд диетического профилактического и диетического лечебного питания для детей:

- запрещается использовать ВМК, содержащие бензойную, сорбиновую кислоты их соли;
- с целью придания специфического аромата и вкуса допускается использовать только натуральные пищевые ароматизаторы (вкусоароматические вещества) и ванилин.

5.5. ВМК, используемые для обогащения блюд для диетического профилактического или диетического лечебного питания, могут использоваться только в виде порошка, т.к. являются компонентом готовых блюд и вводятся в них непосредственно в процессе приготовления. Добавление ВМК в блюдо производится в соответствии с инструкцией по применению производителя или нормативно-технической документацией, в соответствии с которой произведен ВМК.

² СанПин 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»

³ СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования»

⁴ СанПиН 2.4.4.3155-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы стационарных организаций отдыха и оздоровления детей»

⁵ СанПиН 2.1.3.2630-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям, осуществляющим медицинскую деятельность»

⁶ СанПиН 2.3.2.2843-11 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы детских санаториев»

⁷ СП 2.1.2.33-58-16 «Санитарно-эпидемиологические требования к размещению, устройству, оборудованию, содержанию, санитарно-гигиеническому и противоэпидемиологическому режиму работы организаций социального обслуживания»

В процессе приготовления необходимо обеспечить равномерное распределение ВМК по всей массе обогащаемого блюда.

При обогащении напитков предварительно растворить ВМК в небольшом количестве воды или используемого в соответствии с рецептурой жидкого компонента, а затем добавить к основному количеству напитка при перемешивании за 3-5 минут до готовности. Подача напитка производится при постоянном помешивании.

При обогащении первых блюд, гарниров и каш, в т.ч. на основе молока, ВМК предварительно растворить в десятикратном объеме кипяченой воды комнатной температуры или молока, а затем полученный раствор прилить в общую массу обогащаемого блюда при тщательном перемешивании за 3-4 минуты до готовности.

Пример добавления ВМК при приготовлении пищи указан в приложении 1 на основе приготовления блюд диетического (лечебного и профилактического) питания.

5.6. Обогащение блюд диетического профилактического и диетического лечебного питания ВМК проводится под контролем медицинского работника.

При организации дополнительного обогащения рациона диетического профилактического и диетического лечебного питания ВМК необходим строгий учет суммарного количества витаминов и минеральных веществ в журнале витаминизации блюд, который хранится один год (Приложение 2).

Замена витаминизации блюд выдачей ВМК (поливитаминных комплексов) в виде драже, таблеток, пастилок или других форм не допускается.

При отсутствии полного набора продуктов на пищеблоке, предусмотренного сводным семидневным меню рациона лечебного питания, возможна замена одного традиционного продукта другим традиционным или специализированным продуктом питания при сохранении химического состава и энергетической ценности используемых лечебных рационов, однако не допускается замена специализированного пищевого продукта диетического лечебного питания ВМК на «традиционный» пищевой продукт.

Витаминизация блюд диетического профилактического питания, входящих в рационы питания детских организованных коллективов, проводится при обязательном информировании родителей о проведении витаминизации.

5.7. Лицо, ответственное за приемку ВМК, при поставке его в организацию обязано проверить наличие полного комплекта разрешительной документации, подтверждающей качество и безопасность продукта, в том числе: свидетельство о государственной регистрации на специализированную пищевую продукцию диетического лечебного и/или диетического профилактического питания с разрешенной областью применения. Документы, удостоверяющие качество и безопасность ВМК, должны сохраняться до окончания реализации продукции. ВМК хранятся в соответствии с условиями хранения и сроками годности, установленными предприятием-изготовителем (производителем) в соответствии с нормативно технической документацией.

Свойства специализированного пищевого продукта диетического лечебного (и диетического профилактического) питания ВМК, разрешенного для обогащения блюд лечебного питания, изучаются при проведении клинических испытаний аккредитованными медицинскими центрами в установленном порядке.

Витаминно-минеральные премиксы или комплексы, реализуемые только по декларации соответствия, а так же витаминно-минеральные премиксы или комплексы, зарегистрированные в качестве специализированной пищевой продукции (диетического лечебного или диетического профилактического питания), биологически активных добавок к пище с разрешенной с областью применения «в пищевой промышленности при производстве обогащенных пищевых продуктов и/или специализированных пищевых продуктов в том числе биологически активных добавок к пище», а так же «компонент пищевой продукции для обогащения пищевых продуктов и блюд» для обогащения блюд диетического лечебного или диетического профилактического питания не допускается.

⁸ Картотека блюд диетического (лечебного и профилактического) питания оптимизированного состава. Практическое руководство. М., 2008. 448 с.

Примеры карточек-раскладок блюд лечебного питания с включением ВМК

КАРТОЧКА-РАСКЛАДКА № 1

Наименование блюда: **Отвар шиповника**

Наименование продукта	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	Калорийность, ккал
Шиповник сухой	20	20	-	-	-	
ВМК	1	1	-	-	-	
Вода	200	200	-	-	-	
Выход:	200		-	-	-	

Технология приготовления: сушеные плоды шиповника промыть холодной водой, измельчить, залить кипятком из расчета 20 г на 200 г воды. Кипятить 10 минут в нержавеющей посуде с плотно закрытой крышкой. За 3 минуты до готовности добавить ВМК и тщательно перемешать. Настоять 3-4 часа в прохладном месте, процедить. Перед розливом обязательно размешивать.

КАРТОЧКА-РАСКЛАДКА №2

Наименование блюда: **Компот из сухофруктов с сахаром**

Наименование продукта	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
Смесь сухофруктов	22	55*	0,61	-	25,54	
Сахар	10	10	-	-	9,98	
Лимонная кислота	0,2	0,2	-	-	-	
ВМК	1	1	-	-	-	
Вода	150	150	-	-	-	
Выход:	200		0,61	-	35,52	

Технология приготовления: сушеные плоды перебирают, удаляют посторонние примеси, промывают в теплой воде, сменяя ее несколько раз. Подготовленные плоды заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар, добавляют лимонную кислоту и варят при слабом кипении 10-20 мин. За 5 минут до окончания варки в компот добавить предварительно растворенный в воде ВМК. Компот тщательно перемешать. Готовый компот охлаждают до комнатной температуры под закрытой крышкой. Перед розливом обязательно размешивать.

Примеры карточек-раскладок блюд лечебного питания с включением ВМК

КАРТОЧКА-РАСКЛАДКА №1

Наименование блюда: **Отвар шиповника**

Наименование продукта	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
Шиповник сухой	20	20	-	-	-	
ВМК	1	1	-	-	-	
Вода	200	200	-	-	-	
Выход:	200		-	-	-	-

Технология приготовления: сушеные плоды шиповника промыть холодной водой, измельчить, залить кипятком из расчета 20 г на 200 г воды. Кипятить 10 минут в нержавеющей посуде с плотно закрытой крышкой. За 3 минуты до готовности добавить ВМК и тщательно перемешать. Настоять 3-4 часа в прохладном месте, процедить. Перед розливом обязательно размешивать.

КАРТОЧКА-РАСКЛАДКА № 2

Наименование блюда: **Компот из сухофруктов с сахаром**

Наименование продукта	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
Смесь сухофруктов	22	55*	0,61	-	25,54	
Сахар	10	10	-	-	9,98	
Лимонная кислота	0,2	0,2	-	-	-	
ВМК	1	1	-	-	-	
Вода	150	150	-	-	-	
Выход:	200		0,61	-	35,52	144,52

Технология приготовления: сушеные плоды перебирают, удаляют посторонние примеси, промывают в теплой воде, сменяя ее несколько раз. Подготовленные плоды заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар, добавляют лимонную кислоту и варят при слабом кипении 10-20 мин. За 5 минут до окончания варки в компот добавить предварительно растворенный в воде ВМК. Компот тщательно перемешать. Готовый компот охлаждают до комнатной температуры под закрытой крышкой. Перед розливом обязательно размешивать.

КАРТОЧКА-РАСКЛАДКА № 3Наименование блюда: **Компот из сухофруктов**

Наименование продукта	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
Смесь сухофруктов	22	57*	0,64	-	26,7	
Лимонная кислота	0,2	0,2	-	-	-	
ВМК	1	1	-	-	-	
Вода	150	150	-	-	-	
Выход:	200		0,64	-	26,7	109,4

Технология приготовления: сушеные плоды перебирают, удаляют посторонние примеси, промывают в теплой воде, сменяя ее несколько раз. Подготовленные плоды заливают горячей водой, нагревают до кипения, добавляют лимонную кислоту и варят при слабом кипении 10-20 мин. За 5 минут до окончания варки в компот добавляют предварительно растворенный в воде ВМК. Компот тщательно перемешивают. Готовый компот охлаждают до комнатной температуры под закрытой крышкой. Перед розливом обязательно размешивать.

КАРТОЧКА-РАСКЛАДКА № 4Наименование блюда: **Каша из крупы «Геркулес» вязкая со сливочным маслом**

Наименование продукта	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
Овсяные хлопья «Геркулес»	25	25	3,07	1,55	15,45	
Соль поваренная	0,5	0,5	-	-	-	
Масло сливочное крестьянское	5	5	0,04	3,62	0,06	
Смесь белковая композитная сухая	18	18	7,2	3,6	5,46	
ВМК	1	1	-	-	-	
Вода	200	200	-	-	-	
Выход:	200/5		10,31	8,77	20,97	204,05

Технология приготовления: «Геркулес» перебрать и соединить со смесью белковой композитной сухой. Подготовленную смесь засыпать в кипящую воду, добавить соль, довести до готовности. За 3 минуты до готовности добавить растворенный в воде ВМК, тщательно перемешать. При подаче кашу полить маслом.

КАРТОЧКА-РАСКЛАДКА № 5Наименование блюда: **Каша овсяная молочная со сливочным маслом**

Наименование продукта	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
Крупа овсяная («Геркулес»)	45	45	5,53	2,79	27,81	
Молоко 3,2% пастеризованное	100	100	2,9	3,2	4,7	
Масло сливочное крестьянское	5	5	0,04	3,62	0,06	
Сахар-песок	10	10	-	-	9,98	
Соль поваренная	1	1	-	-	-	
ВМК	1	1	-	-	-	
Вода	65	65	-	-	-	
Выход:	200/5		8,47	9,61	42,55	

Технология приготовления: «Геркулес» перебрать, смесь засыпать в кипящую воду с молоком, добавить сахар, соль, довести до готовности. За 3 минуты до готовности добавить растворенный в воде ВМК, тщательно перемешать. При подаче кашу полить маслом.

КАРТОЧКА-РАСКЛАДКА № 6Наименование блюда: **Щи из свежей капусты вегетарианские без соли, ½ порции**

Наименование продукта	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
Капуста белокочанная	50	40	0,72	0,04	1,88	
Картофель	20	15	0,3	0,06	2,44	
С 1.09 по 31.10	21,4	15				
С 1.11 по 31.12	23,1	15				
С 1.01 по 28.02	25	15				
С 1.03						
Морковь	25,2	20	0,26	0,02	1,38	
До 01.01	27,0	20				
С 01.01						
Лук репчатый	6	5	0,07	0,01	0,41	
Петрушка (зелень)	7	5	0,18	0,02	0,38	
Растительное масло	5	5	-	4,99	-	
Сметана 20%	10	10	0,25	2,0	0,34	
ВМК	1	1	-	-	-	
Овощной отвар	250	250	-	-	-	
Выход:	250/10		1,78	7,14	6,83	98,7

Технология приготовления: подготовленные овощи (морковь и репчатый лук) мелко нарезать, припустить в небольшом количестве воды с добавлением масла. Белокочанную капусту зачистить, промыть нарезать тонкими шашками, залить горячим овощным отваром и довести до кипения, добавить мелко нарезанный картофель, припущенные корни, варить до готовности. За 3 минуты до готовности добавить растворенный в воде ВМК тщательно перемешать. При подаче посыпать мелко нарубленной зеленью и заправить сметаной.

**Образец «Журнала проведения витаминизации первых,
вторых или третьих блюд»**

Дата	Наименование препарата	Наименование блюда	Количество питающихся	Общее количество внесенного витаминного препарата (г)	Время внесения препарата или приготовления витаминизированного блюда	Время приема блюда	Примечание

