Ҳукумати Ҷумҳурии Тоҷикистон
ҚАРОР
Дар бораи тасдиқ намудани Қоидаҳо ва меъёрҳои ба кормандон додани шир, хӯроки табобатию профилактикӣ, либоси махсус, пойафзоли махсус ва дигар воситаҳои ҳифозати фардӣ, таъмин намудани кормандон бо воситаҳои ҳифозати коллективӣ, биноҳои санитарию маишӣ ва дастгоҳу таҷҳизот аз ҳисоби маблағҳои корфармо

Мутобиқи моддаҳои 147, 148 ва 153 Кодекси меҳнати Ҷумҳурии Тоҷикистон Ҳукумати Ҷумҳурии Тоҷикистон қарор мекунад:

1. Қоидаҳо ва меъёрҳои ба кормандон додани шир, хӯроки табобатию профилактикӣ, либоси махсус, пойафзоли махсус ва дигар воситаҳои ҳифозати фардӣ, таъмин намудани кормандон бо воситаҳои ҳифозати коллективӣ, биноҳои санитарию маишӣ ва дастгоҳу таҷҳизот аз ҳисоби маблағҳои корфармо тасдиқ карда шаванд (замима мегарданд).

2. Вазорати меҳнат, муҳоҷират ва шуғли аҳолии Ҷумҳурии Тоҷикистон корҳои фаҳмондадиҳиро оид ба татбиқи Қоидаҳои мазкур ва назорати рафти иҷрои он таъмин намояд.

3. Вазорату идораҳои дахлдор, мақомоти иҷроияи маҳаллии ҳокимияти давлатии Вилояти Мухтори Кӯҳистони Бадахшон, вилоятҳо, шаҳри Душанбе ва шаҳру ноҳияҳои тобеи ҷумҳурӣ барои амалӣ намудани талаботи мазкур тадбирҳои зарурӣ андешанд.

Раиси Ҳукумати
Ҷумҳурии Тоҷикистон Эмомалӣ Раҳмон
аз 6 сентябри соли 2014 № 592
ш. Душанбе

Бо қарори Ҳукумати
Ҷумҳурии Тоҷикистон
аз 6 сентябри соли 2014, № 592
тасдиқ карда мешавад

Қоидаҳо ва меъёрҳои ба кормандон додани шир, хӯроки табобатию профилактикӣ, либоси махсус, пойафзоли махсус ва дигар воситаҳои ҳифозати фардӣ, таъмин намудани кормандон бо воситаҳои ҳифозати коллективӣ, биноҳои санитарию маишӣ ва дастгоҳу таҷҳизот аз ҳисоби маблағҳои корфармо

1. Шартҳои умумӣ

1. Қоидаҳои мазкури ба кормандон додани шир, хӯроки табобатию профилактикӣ, либоси махсус, пойафзоли махсус ва дигар воситаҳои ҳифозати фардӣ, таъмин намудани кормандон бо воситаҳои ҳифозати коллективӣ, биноҳои санитарию маишӣ ва дастгоҳу таҷҳизот аз ҳисоби маблағҳои корфармо (минбаъд - Қоидаҳо) мутобиқи моддаҳои 147,148,153 Кодекси меҳнати Ҷумҳурии Тоҷикистон таҳия гардидаанд ва тартиби ба кормандон додани шир, хӯроки табобатию профилактикӣ, либоси махсус, пойафзоли махсус ва дигар воситаҳои ҳифозати фардӣ,таъмин намудани кормандон бо воситаҳои ҳифозати коллективӣ, биноҳои санитарию маишӣ ва дастгоҳу таҷҳизот аз ҳисоби маблағҳои корфарморо муқаррар менамояд.

2. Амали Қоидаҳои мазкур корхонаҳоеро фаро мегирад, ки шароити меҳнаташон зарарнок (махсусан зарарнок) ва хатарнок мебошад.

3. Мафҳумҳои асосие, ки дар Қоидаҳои мазкур истифода шудаанд:

- воситаҳои ҳифозати фардӣ - воситаҳое, ки барои муҳофизати кормандон аз таъсири омилҳои зарарнок ва (ё худ) хатарноки истеҳсолӣ таъин гардидаанд, аз ҷумла либосҳои махсус;
- воситаҳои ҳифозати коллективӣ - воситаҳои техникие, ки барои муҳофизати ҳамзамони ду ва зиёда коргарон аз таъсири омилҳои зарарнок ва (ё худ) хатарноки истеҳсолӣ таъин гардидаанд.

2. Тартиби ба кормандон додани шир ва хӯроки табобатию профилактикӣ

4. Шир ва хӯроки табобатию профилактикӣ ба кормандон аз рӯи натиҷаҳои аттестатсияи шароити меҳнати объектҳои истеҳсолӣ, бо мақсади пешгирӣ намудани бемориҳои касбӣ ва заҳролудшавӣ, таҳкими саломатии коргарон дода мешавад.

5. Шир дар басти корӣ (дар танаффус) новобаста аз давомнокии он дар рӯзҳои воқеан ба корҳои вобаста ба истеҳсол ё истифодабарии моддаҳои кимиёвӣ машғул будани корманд, аз рӯи меъёрҳои муқарраршудаи Ҳукумати Ҷумҳурии Тоҷикистон дода мешавад.

6. Таъин намудан ва додани хӯроки табобатию профилактикӣ аз рӯи меъёрҳои муқарраршудаи Ҳукумати Ҷумҳурии Тоҷикистон сурат мегирад.

7. Хӯроки табобатию профилактикӣ дар шакли наҳории гарм пеш аз оғози кор дода мешавад. Дар ҳолатҳои алоҳида додани хӯроки табобатию

профилактикӣ вақти танаффуси нисфирӯзӣ дар мувофиқа бо қисми тиббию санитарии ташкилот ва дар ҳолати мавҷуд набудани он, бо хадамоти назорати санитарию эпидемологии ҳамон минтақа иҷозат дода мешавад. Ба кормандоне, ки таҳти фишори баланд (дар кессонҳо, барокамераҳо, корҳои гаввосӣ) кор мекунанд, хӯроки табобатию профилактикӣ баъди хориҷ шудан аз ҷойи кор дода мешавад.

8. Хӯроки табобатию профилактикӣ ҳамчунин ба кормандоне, ки рӯзи пурраи корӣ ба корҳои сохтмонӣ, сохтмону васлгарӣ, таъмиру сохтмон ва танзиму баисгифодадиҳӣ, тозакунӣ ва ба таъмиру консерватсия омода кардани таҷҳизот машғуланд, дода мешавад - дар истеҳсолоти амалкунандаи шароити меҳнаташ махсусан зарарнок, ки чӣ барои кормандони асосӣ ва чӣ барои ҳайати кормандони таъмиргар хӯроки табобатию профилактикӣ муайян карда шудааст.

9. Хӯроки табобатию профилактикӣ ва шир дар ҳолатҳои зерин дода намешавад:

- дар рӯзҳои ғайрикорӣ;
- дар рӯзҳои рухсатӣ;
- дар рӯзҳои сафарҳои хизматӣ;
- дар рӯзҳои таҳсили ҷудо аз истеҳсолот;
- дар рӯзҳои иҷрои кор дар дигар қитъаҳое, ки додани хӯроки табобатию профилактикӣ пешбинӣ нашудааст;
- дар давраи корношоямии муваққатӣ.

10. Додани хӯроки табобатию профилактикӣ барои рӯзҳои гузашта ё худ пешакӣ додан барои якчанд баст (смена), инчунин пардохти ҷубронпулии хӯроки табобатию профилактикии дар вақташ нагирифта, манъаст.

11. Иваз намудани хӯроки табобатию профилактикӣ бо дигар маҳсулоти хӯрока ба ҳадди меъёрҳои муайяншудаи маҳсулоти мубодилашавандаи хӯроки табобатию профилактикӣ иҷозат дода мешавад.

12. Тайёр намудан ва додани хӯроки табобатию профилактикӣ мутобиқи номгӯй-тақсимоти тахминан шашрӯзаи наҳорихои гарми хӯроки табобатию профилактикӣ аз рӯи воя, ки мувофиқи он рӯйхат тақсимот барои ҳар рӯз тартиб дода мешавад, сурат мегирад.

13. Номгӯи таомҳо аз тарафи мудири истеҳсолоти тайёркунандаи таом барои кормандон тартиб дода мешавад.

14. Меъёрҳои додани шир ба кормандон аз ҳисоби маблағи корфармо:

1) Шири равғаннокиаш то 3,2 фоиз ба миқдори 0,5 литр дар басти корӣ новобаста аз давомнокии он дар рӯзҳои ҳақиқатан ба кор машғул будани корманд, ки ба истеҳсол ё истифодабарии моддаҳои кимиёвии зерин вобастааст, дода мешавад:

- карбогидридҳои алифатикӣ ва алисиклӣ (маҳлули сер ва маҳлули нопурра):
- карбогидридҳои қатори метан: бутан, изобутан, пентан, изопентан, ексан, октан, изооктан, нонан;
- карбогидридҳои қатори этилен: бутеленҳо, амиленҳо, изобутилен;

- карбогидридҳои беҳади сиклӣ: сиклопентадиен, ситсиклопентадиен ва карбонили манган;

- карбогидридҳои хушбӯи якядром, бисёрядроӣ: бензол, ксилол, голуол, этилбензол, кумол (диизопропиленбензол), ксилолҳо, стиролҳо, дефенил, нафталин ва ҳосилаҳои онҳо;

2) карбогидридҳои қатори чарбӯии галогенҳосилаҳо:

- фторҳосилаҳо: фторэтилен, дифторэтилен, трифторэтилен, гетрафторэтилен, трифторпропилен, дифторэтан, декафторбутан;

- хлорҳосилаҳо: хлориди метил, хлориди метилен, хлороформ, тетрохлормеган, хлориди этил, дихлорэтан, трихлорэтан, тетрахлорэтап, трихлорпропан, тетрахлорпентан, хлориди винил, дихлорэтилен, трихлорэтилен, тетрахлорэтилен, гексахлорсиклопентадиен, аллодан, хлоропрен, хлориди аллил, хлориди бутилен, гексахлорбутадиен;

- бромҳосилаҳо: бромиди метилен, бромиди метил, бромиди этил, дибромэтан, тетрабромэтан, дибромпропан, бромоформ ва дигарҳо;

- ёдҳосилаҳо: йодиди метил, йодоформ, йодиди этил;

- галогенҳосилаҳои омехта: дифторхлорметан, фтордихлорметан :

3) галогенҳосилаҳои қатори карбогидридҳои хушбӯй: хлорбензол, дихлорбензол, трихлорбензол, тетрахлорбензол, гексахлорбензол, хлориди бензил, трихлорбензол, хлорстирол, бромбензол, бромиди бензил ва дигар галогенҳосилаҳои ҳамин қатор;

4) хлорҳосилаҳои карбогидридҳои моносиклӣ ва тарокумӣ: хлориди дифенил, хлороксиди дифенил, хлориндан, хлорнафталинҳо, гептахлор, гексахлорсиклогексан, полихлорпинен, полихлоркамфеп, хлортен, симазин, артазин;

5) спиртҳо: спиртҳо ва гликоли қатори равғани пурра ва нопурра: спирти метилӣ, спирти аллилӣ, кротонилӣ ва дигарҳо: спиртҳои галогенҳосилаҳои қатори равғанҳо: спирти октафторамилӣ, тетрафторпропилӣ ва дигарҳо: спиртҳои қатори алисиклӣ ва хушбӯй: спирти бензилӣ, сиклогексанол;

6) фенолҳо: хлориди фенол, пентахлорфенол, крезолҳо, гидрохинҳо, пентахлорфенолати натрий;

7) эфирҳои қатори алисиклӣ ва алифатикӣ ва галогенҳосилаҳои онҳо; эфирҳои диметилӣ, диэтилӣ, диизопропилӣ, дибутилӣ, винилбутилӣ, дивинилӣ, монохлордиметилӣ, дихлордиэтилӣ, тетрахлордиэтилӣ, эфирҳои этиленгликолӣ, пропиленгликолӣ, глитсерин, эфирҳои полигликолӣ;

10) тиоспиртҳо, тиофенол ва тиоэфирҳо: метил- ва этилмеркаптанҳо, трихлортиофенол ва пентахлортиофенол; 2,4-Д, намакҳои кислотаи трихлорфеноксиуксус;

11) алдегидҳо ва кетонҳои омехта ва ноомехта: атсеталдегидҳо формалдегид, бекзалдегидҳо, акролеин, атсетон, броматсетон, хлоратсетон, пентахлоратсетон, гексахлоратсетон, хлоратсетофенов;

12) кислотаҳои органикӣ, ангидридҳои онҳо, амидҳо ва галогеноангидридҳо: ангидриди малеинӣ, фталӣ; кислотаҳо: формиат, сирко, пропионӣ ва ангидридҳои онҳо, кислотаҳои нафтенӣ; хлориди бензоил, кислотаи хлорфеноксисирко, пайвастагиҳои кислотаҳои карбаминӣ,

кислотаҳои дитиокарбаминӣ, диметилформамид ва дигар гурӯҳҳои ин қатор, инчунин диазопайвастагиҳо, диазокетонҳо ва диазоэфирҳо;

13) эфирҳои мураккаб: нитроэфирҳо, кислотаи нитрат, хлорсулфонӣ, формиатӣ, сирко, пропионӣ, акрилӣ, метакрилӣ ва галогенҳосилаҳои онҳо;

14) эфирҳои мураккаб ва кислотаҳои амиди фосфорӣ: трикрезилфосфат, тиофос, метафос, метилэтилгиофос, меркаптофос, метилмеркаптофос, карбофос, доруҳои М-81, М-74, фосфамид, хлорофос, табун, зоман, зарин, октаметил, диэтилхлормонофосфат, метилдихлортифосфат, диметил - хлортнофосфат;

15) нитропайвастагиҳои қатори равғани полиметиленӣ ва ҳосилаҳои онҳо: нитроолефенҳо, нитрометан, нигроэтан, нитропропан, нитробутан, нитрофосфат, хлоропикрин, нитросиклогексан, метиламин, диметиламин, Гриметиламин, этиламин, диэтиламин, триэтиламин, этиленамин, лолиэтиленполиамин, гексамегилендиамин, этаноламин, сиклогексаиламин, дитсиклогексиламин;

16) нитрова аминопайвастагиҳои қатори хушбӯй ва ҳосилаҳои онҳо: нитробензолҳо, нитротолуолҳо, нитроксилолҳо, ДНОК - (динитро-о-крезол) диносеб, нитронафталинҳо, нитрохлорбензолҳо, нитрофенолҳо, нитро ва аминоанизоанилин, атсетонанилин, хлоранилин, фенилендиаминҳо, бензидин, парафитидин;

17) бензохинонҳо, нафтахинон, антрахинон, фенантрен, парабензохинон ва дихлорнафтахинон;

18) рангкунандаҳои органикӣ: антрахинонҳо, нитро ва нитрорангҳо, азорангҳо, азинҳо, 2 - метилфуран (силван);

19) пайвастагиҳои гетеросиклӣ: фуран, тетрагидрофуран, фурфурол, тиофен, индол, пиридин, пиразалин, пурин, асоси пиридинӣ ва пуринӣ, пиколинҳо, кислотаи никотин, диоксанҳо, липеридин, морфолин, гексоген, барбитуратҳо ва пиммаҳсулоти онҳо дигар пайвастагиҳо бо моддаҳои истеҳсолӣ;

20) алкоидҳо, атропин, кокаин, афюн, морфин, кокаин, стрихнин, салсолин, омнокок, никотии, анатазин ва дигарҳо барои истеҳсоли доруворӣ инчунин ашёи хом ва маҳсулоти тайёр, ки алколоидҳои номбаршударо дорост (тамоку ва махорка, сигор, истеҳсоли сигор, ферментатсияи тамоку)

21) боргидридҳо;

22) галогенҳо ва галогенҳосилаҳо: фтор, хлор, бром, йод, кислотаи хлорид, бромид, фторид, кислотаи кремнефториди гидрогенӣ ва плавикӣ, оксиди оксиди фтор, окис ва диокси хлор, хлориди фтор, хлориди йод, хлорокиси карбон (фосген);

23) пайвастагиҳои сулфур: сулфури карбон, кислотаи хлорсулфонӣ, хлорангидриди кислотаи хлорсуфонӣ, ангидридҳои сулфур;

24) селен ва пайвастагиҳои он: ангидриди селен, кислотаҳои селен. намакҳои он, хлорокиси селен, пайвастагиҳои органикии селен;

25) теллӯр ва пайвастатиҳои он;

26) пайвастагиҳои нитроген: гидразин ва ҳосилаҳои он, оксидҳои нигроген, азиди натрий, аммиак, нитрити натрий, хлориди нитроген, хлориди нитрозил, гидроксиламин;

27) фосфори зард (сафед) ва пайвастагиҳои он: ангидриди фосфор, кислотаи фосфор ва намакҳои он;

28) арсен ва пайвастагиҳои он: ангидридҳои арсен, арсенати калсий, арсенити калсий, арсенити натрий, сабзаи парижӣ, осароол, иприт;

29) сурма ва пайвастагиҳои он: сурма ва ангидридҳои сурма, гидрогени сурма, хлоридҳои сурма;

30) сианидҳо: сианиди гидроген, сианиди натрий ва калий, дитсиан, хлорсиан, бромсиан, сианамиди калсий, сианурхлорид, сианиди бензил;

31) нитрилҳо: атсетонитрил, атсетонсиангидрин, акрилонитрил, этиленсиаигидрин, берзонитрил;

32) изосианатҳо, фенилизосианат, гексаметилендиизосианат, толуилендиизосианат;

33) пайвастагиҳои силитсий дар намуди аэрозол бо таркиби озоди кристаллҳои дуоксиди силитсий болотар аз 10% ;

34) симоб ва пайвастагиҳои ғайриорганикӣ ва органикии он: симоби металлӣ, симоби сианид, симоби нитрат, симоби тарканда, диметилсимоб, этилмеркурхлорид, этилмеркуфосфат, диэтилсимоб, хлор фенолсимоб, меркурасетат, меркуран ва дигар пайвастагиҳои симоб;

35) манган ва пайвасгагиҳои он: оксиди манган, сулфат, хлориди манган, аэрозолҳои дигари пайвастагиҳои он;

36) бериллий ва пайвастагиҳои он: оксиди бериллий, гидрати оксиди бериллий, карбиди бериллий, сулфати бериллий, хлориди бериллий, фтороксиди бериллий ва аэрозоли дигар пайвастагиҳои бериллий;

37) таллий ва пайвастагиҳои он: хлоридди таллий, сулфати таллий. агсетати таллий, нитрати таллий, карбонати таллий ва дигарҳо; 38) титан ва пайвастагиҳои он;

39) ванадий ва пайвастагиҳои он: панҷокис, сеокиси ванадий, ванадати аммоний, нагрий ва калсий, хлоридҳои ванадий;

40) хром ва пайвастагиҳои он: сеоксиди хром, оксиди хром, замчи хромӣ, бихромати натрий;

41) молибден ва пайвастагиҳои он: сеоксиди молибден, молибдени аммоний;

42) никел ва пайвастагиҳои он: закиси никел, окиси никел, гидраги закиси никел;

43) метанол;

44) арзизи органикӣ, бори органикӣ ва силитсии органикӣ;

45) сурб ва пайвастагиҳои он;

46) металлҳои карбонилӣ: никел, кобалт манган;

47) литий, сезий, рубидий, дигар элементҳои ишқори заминӣ ва пайвастагиҳои он;

48) элементҳои (лантанидҳо) нодирзамин ва пайвастагиҳои онҳо;

49) оксидҳои кадмий ва дигар пайвастагиҳои он;

50) антибиотикҳо: биомитсин, тетрасиклин, синтомитсин, левомитситин;

51) баромади таркибҳои микробиологӣ; токсинҳои бактериалӣ, митотоксиҳо, токсинҳои якҳуҷайрагии обсабза ва ғайраҳо;

52) аэрозоли сахттаъсиркунандаи моддаҳои заҳрноки рӯйхати "А" ва "Б" ҳангоми истеҳсеолоти онҳо;

53) истеҳсоли ҳамаи намудҳои дуда;

54) пеститсидҳо;

55) истеҳсол: маъдани оҳан ва тоза кардани он, кокс, кислотаҳои карбонӣ, оҳак ва пухтани он, коксонидан ва нимкоксонидан;

56) сулфиди диметил, моноэтаноламини ҳаднок, N-метиланилин, дихлорэтан, метили эфири трибутиловӣ, агидол - 1, классификатсияи нафт ва маҳсулоти коркарди нафт.

15. Ба коргароне, ки бо металлҳои рангаи ғайриорганикӣ сарукор доранд, иловатаи ба шир 2 гр. пектин дар таркиби маҳсулоти хӯрокаи аз он бой гардонидашуда: нӯшокиҳо, полуда, ҷем, мармелад, маҳсулоти шарбат аз меваҳо ва (ё) сабзавот ва ковсерваҳо дода мешаванд (миқдори аслии пектин аз ҷониби истеҳсолкунанда нишон дода мешавад).

16. Ивазкунии ин маҳсулотҳо бо мағзи ширадори меваҳои табиӣ ва (ё) шарбати сабзавот дар миқдори 300 миллилитр рухсат дода мешавад.

17. Дар вақти алоқаи доимӣ доштан бо металлҳои рангаи ғайриорганикӣ ба ҷойи шир маҳсулоти ширу ҷурғот ё маҳсулот барои хӯроки парҳезӣ, (табобатӣ ва профилактикӣ) ҳангоми зарарнокии шароити меҳнат дода мешавад.

18. Додани маҳсулоти хӯрокаи аз пектин бой, нӯшокиҳо, полуда, ҷем, мармалод, маҳсулоти шарбат аз меваҳо ва (ё) сабзавот ва консерваҳо бояд пеш аз оғози кор ташкил карда шавад, маҳсулоти ширу ҷурғот бошад дар давоми рӯзи корӣ.

19. Ба коргароне, ки ба истеҳсол ё коркарди антибиотикҳо машғуланд, ба ҷойи шири тоза маҳсулоти ширу ҷурғоти бо пробиотикҳо (бифидобакгерияҳо, бактерияҳои ширу ҷурғот) бой гардонидашуда ё колекбактеряни дар асоси шири холис тайёршуда дода мешавад.

20. Иваз намудани шир бо қаймоқ, маска, дигар маҳсулот (ғайр аз маҳсулоти баробарарзише, ки дар меъёрҳои бепул додани маҳсулоти баробарарзиш ба ҷойи шир пешбинӣ шудаанд), инчунин додани шир ё дигар маҳсулоти баробарарзиш як ё якчанд смена (басти корӣ) пешакӣ ё барои сменаҳои гузашта манъ мебошад.

21. Иваз намудани шир ба маҳсулоти баробарарзиши озуқаворӣ танҳо бо ризояти корманд ва ба назар гирифтани фикри ташкилоти ибтидоии иттифоқи касаба ё мақомоти намояндагии кормандон иҷозат дода мешавад.

22. Меъёрҳо ба коргарон додани маҳсулоти хӯрокворӣ, ки ба ҷойи шир дода мешавад, дар ҷадвал инъикос гардидасст:

№ п/п	Номгӯи маҳсулоти хӯрокворӣ	Меъёр дар як смена
1	2	3

1.	Маҳсулоти ширу ҷурғоти моеъ, аз ҷумла равғаннокиаш то 3,5 % (кефриҳои гуногун, дӯғ, асидофилин, ряженка) йогурти равғаннокиаш то 2,5 %	500 грамм
2.	Твороги равғаннокиаш на бештар аз 9%	100 грамм
3.	Панири равғаннокиаш на бештар аз 24%	60 грамм
4.	Маҳсулоти парҳезӣ (табобатӣ ва профилактикӣ ҳангоми зарарнокии шароити меҳнат)	Дар хулосаи истеъмоли онҳоро иҷозатдиҳанда муқаррар карда мешавад.

23. Шир ё дигар маҳсулоти хӯроквории баробарарзиш (кефир, дӯғ, матсони ва ғайра) ҳамчунин ба кормандоне дода мешавад, ки бо истифодаи моддаҳои радиоактивӣ дар корҳои кушодаи дараҷаи I ва II коркуноне, ки дар шароити таъсири афканишоти иониаш зиёдтар аз 1 м3 дар як сол сарукор доранд.

24. Меъёрҳои ба кормандон додани хӯроки табобатию профилактикӣ аз ҳисоби маблағи корфармо:

1) Хӯроки табобатию профилактикӣ ба коргарон аз ҳисоби маблағи корфармо вобаста ба шароити махсусан зарарноки кор тибқи муқаррароти панҷ вояи хӯроки табобатию профилактикӣ дода мешавад;

Вояи № 1 (меъёри рӯзона бо грамм)

Нони ҷавдор	100	Сметана (қаймоқ)	10
Орди гандум	10	Панир	20
Орди картошка	1	Маска	20
Ярма, макарон	25	Равғани пок	7
Лӯбиёгӣ	10	Картошка	160
Шакар	17	Карам	150
Гӯшт (дар намуди тайёр)	70	Сабзавот	90
Моҳӣ (дар намуди тайёр)	20	Томат-пюре	7
Ҷигар	30	Меваи тару тоза	130
Тухм	3/4д	Клюква (лиму)	5
Кефир (ҷурғот)	200	Нони қоқ (сухари)	5
Шир	70	Намак	5
Творог	40	Чой	0,4

2) Таркиби кимиёвӣ ва ғизонокӣ: сафеда -59 грамм (минбаъд -т.), чарбу - 51г., карбогидратҳо - 159г. Калориянокӣ - 1380 калокарий (минбаъд - ккал).

3) Ба воя иловатан 150 миллиграмм (минбаъд - мг.) кислотаҳои аскорбинӣ дода мешавад.

Эзоҳ: Хӯроки табобатию профилактикӣ (вояи №1) ба коргарон ва устоҳо, ки рӯзи пурраи корӣ дар раванди асосии технологӣ, ба таъмир ва хизматрасонии таҷҳизоти истеҳсолӣ машғуланд, дода мешавад:

- истеҳсоли намакҳои радиоактивии уран ва торий (нитрат, атсетат, сулфат, хлорид ва карбонати уран, нитратаммонии уран, оксиди уран, хлоратсетат, карбонат, оксалат, сулфати торий ва ғайраҳо);
- истеҳсоли консентрати лопаритивӣ дар комбинатҳои маъдантозакунӣ:
- корҳои зеризаминӣ;
- корҳои рӯизаминӣ;
- ғанисозии маъдан;
- коркарди консентрати лопаритивӣ (дар лаборатория);
- корҳо бо моддаҳои радиоактивӣ ва манбаъҳои афканишоти иондор;
- коркуноне, ки бевосита ба истихроҷ ва коркарди (бор кардан ва нигохдорӣ) маъданҳои уран ва торий ва консентратҳо машғуланд;
- кормандоне, ки ба истеҳсол ва коркарди уран, торий, тритии, радий, торий - 228, радий - 228, актиний - 228, полоний, унсурҳои урангузарон ва намакҳою пайвасгагиҳои он, маҳсулоти тақсимшавии уран ва торий дар корхонаҳо ва озмоишгоҳҳо машғуланд;
- коркуноне, ки бевосита дар реакторҳои ядроии саноатӣ, энергегикӣ, нақлиётӣ ва таҷрибавию саноатӣ, таҷҳизоти ҳосилкунандаи афканишоти рентгении иқтидораш зиёда аз 0,5 квт кор мекунанд;
- коркуноне, ки бевосита дар реакторҳои тайёр кардани манбаъҳои нейтронӣ (радий-бериллий, полоний-бериллий ва дигар манбаъҳои нейтронӣ дар асоси моддаҳои радиоактивии захрнокиаш махсусан баланд), ҳангоми фаъолнокиашон дар ҷои кор баландтар аз 1 милликюрӣ кор мекунанд;
- коркуноне, ки бевосита дар истеҳсоли сохтори афканишоти радиоактивии таъсирашон доимӣ бо истифодаи истифодаи радий, торий228, радий - 228, актиний - 228, полоний дар намуди кушода машғуланд;
- коркуноне, ки бевосита ба дарёфт намудани эманатсияи радий ҳангоми фаъолии оидар ҷои кор зиёда аз-1 милликюрӣ машғуланд;
- коркуноне, ки бевосита дар корҳои лабораторӣ ва дигар корҳои вобаста ба истифодабарӣ дар памуди кушода ба миқдори болотар аз 1 милликюрӣ дар ҷойҳои корӣ радий, тории - 228, радий - 228, актиний228, лолоний, плутоний, уран 233 - 235, стронсий-90, сезий-137, серий-144, омехтаи ҷудонашудаи маҳсулоти таҷзияи урам, унсурҳои трансуранӣ кор мекунанд.

Вояи № 2 (меъёрт рӯзона бо грамм):

Нони гандум	150	Моҳӣ (дар намуди пухта)	25
Нони ҷавдор	-	Ҷигар (дар намуди пухта)	25
Орди гандум	15	Маска	15

Ярма, макарон	40	Шир (кефир)	200
Картошка	100	Панир	25
Сабзавот	150	Тухм	1/4д
Нахуди сабз	10	Намак	5
Томат-пюре	2	Чой	0,5
Шакар	35	Адвияи зарури	1г
Равгани растанӣ	13	Гӯшт (дар намуди пухта)	150

Таркиби кимиёвӣ ва калориянокӣ: сафеда -63 г, равған- 50 г. карбогидратҳо - 185 г. Ғизонокӣ - 1481 ккал. Илова бар ин ба воя дода мешавад:

- дар корҳои бо пайвастагиҳои фтор - 2 мг ретинол, 150 мг кислотаи аскорбин;

- дар корҳои бо пайвастагиҳои ғайриорганикии металлҳои ишқорӣ, хлор ва оксиди азот - 2 мг ретинол, 100 мг кислотаи аскорбин;

- кор бо фосген - 100 мг.кислотаи аскорбин;

Вояи № 2 а (меъёри рӯзона бо грамм):

Нони гандум (орди навъи II)	100	Шир, ҷурғот, дӯғ	156
Нони ҷавдор (аз орди осиё)	100	Чой	0,1
Орди гандум	6	Шакар	5
Ярма (арзан, марҷумак, биринҷ)	15	Равғани растанӣ	20
Картошка	120	Маска	13
Сабзавот	274	Гӯшт (дар намуди пухта)	81
Меваҳои тар ва шарбат	73	Ҷигар, дил (дар намуди пухта)	40
Хушкмева	7	Қаймоқ (равганнокиаш 30%)	32
Творог (равғаннокиаш 11%)	70	Намак	4

Таркиби кимиёвӣ ва калориянокӣ: сафеда -52 г., аз. ҷумла ҳайвонот -37г., равған- 63 г., аз ҷумла растанӣ -23 г., карбогидратҳо-156 г., аминокислотаҳо: триптофан- 0,6, метионин + систин -2,4, лизин-3,2, фениалалин+ тирозин-3,5, гистидин -1,2. Калориянокӣ-1370 ккал.

Ба воя иловатан 100 миллиграмм (минбаъд - мг.) кислотаҳои аскорбинӣ, 20 мг ретинол, 15 мг кислотаи никотинӣ, 25 мг витамин (хлориди метилметионинсульфония), 150 мг оби маъданӣ дода мешавад.

Эзоҳ: Хӯроки табобатию профилактикӣ (вояи №2,2а) ба коргарон ва устоҳое дода мешавад, ки рӯзи пурраи корӣ дар раванди асосии технологӣ ба таъмир ва хизматрасонии таҷҳизоти истеҳсолоти зерин машғуланд:

- истеҳсоли кислотаи сулфат;
- истеҳсоли хлори моеъ;
- истеҳсоли оҳаки хлордор;
- истеҳсоли хлориди оҳан;
- истеҳсоли хлориди алюминий;
- истеҳсоли фосген;
- истеҳсоли намаки бертолетӣ;
- истеҳсоли фториди натрий;
- истеҳсоли гидрогени фтордор ва маҳлули он;
- истеҳсоли тетрафторборати калий;
- истеҳсоли сулфити натрии таркиби омехтаҳои хромдор;
- истеҳсоли монокристаллҳо бо мстифодаи таллий;
- истеҳсоли хлорпикрин;
- истеҳсоли ангидриди асегат ба воситаи фосген;
- истеҳсоли ангидриди асетат ба воситаи кетен;
- истихроҷ ва коркарди маъданҳои дар таркибашон хромдошта;
- истеҳсоли намакҳои дар таркибашон фтор ва намак - реактивҳо (алюмогидридсилитсифторид, фториди алюминий беоб, калийсилитсилифторигидрид, титан-аммоний, фторид; титани калий).

3. Тартиби ба кормандон додани либоси махсус, пойафзоли махсус ва воситаҳои дигари ҳифозати фардӣ, таъмин намудан бо воситаҳои ҳифозати коллективӣ, бино ва таҷҳизоти санитарию маишӣ

25. Воситахои ҳифозати фардӣ дар вақти ба кор кабул кардан, ба кори дигар гузаронидани корманд ё худ гузаштани мӯҳлати истифодабарии ин воситаҳо дода мешаванд.

26. Мӯҳлати истифода бурдани воситаҳои ҳифозати инфиродӣ тибқи тақвим муайян карда, аз рӯзи воқеан ба корманд дода шуданашон ҳисоб карда мешаванд.

27. Воситаҳои ҳифозати фардӣ бояд сертификатсия шуда бошанд, пушиданашон кулай бошад, ба ҳаракат халал нарасонанд, ба кормандон аз рӯи андозаи мувофиқ дода шаванд.

28. Воситаҳои ҳифозати фардӣ (ниқоби зидди газ, худҳимоягар, камарбанди муҳофизатӣ, ниқоби зидди хомӯшак, тоскулоҳ ва дигар воситаҳо) бояд мунтазам аз озмоиш ва санҷишҳо гузаронда шаванд, полоҳо (филтрҳо), шишаҳо ва дигаркисмҳои дорои хусусияти пасттари ҳимоя сари вақт иваз карда шаванд. Баъд аз санҷиш дар воситаҳои ҳифозати фардӣ бояд оид ба мӯҳлати озмоиши минбаъда нишона (тамға ва мӯҳр) гузошта шавад.

29. Корфармо нигоҳубини воситаҳои ҳифозати фардӣ ва коллективиро ташкил менамояд, сари вақт коркарди профилактикӣ ва таъмири воситаҳои ҳифозати фардӣ ва коллективиро ба роҳ мемонад.

30. Агар шароити меҳнат талаб намояд, дар корхонаҳо сохтани хушккунакҳо, камераҳо ва таҷҳизот барои коркарди профилактикии воситаҳои ҳифозати фардӣ ташкил карда мешавад.

31. Коркарди профилактикӣ, таъмири воситаҳои ҳифозати фардӣ бояд вақте ки коргарон ба кор машғул нестанд (рӯзҳои истироҳат) ё ки дар вақти танаффуси байни бастҳои корӣ гузаронда шавад. Агар дар меъёрҳои тасдиқнамудаи Ҷумҳурии Тоҷикистон ба кормандон додани ду ё се маҷмӯъ воситаҳои ҳифозати фардӣ пешбинӣ шуда бошад, корҳои профилактикӣ ва таъмири воситаҳои ҳифозати фардӣ метавонад дар вақти корӣ анҷом дода шавад, ба кормандон дар ин вақт либос, пойафзоли махсуси дигар дода мешавад, ки корфармо бояд ба миқдори лозимӣ дошта бошад.

32. Меъёри моҳонаи собун ба як корманд, ки дар ин давра ҳаҷми муайяни вақти кориро пурра ба иҷро расонидааст, набояд аз 500 грамм кам бошад.

33. Воситаҳои ҳифозати коллективӣ, биноҳо ва олоту таҷҳизоти санитарию маишӣ дар вақти лоиҳакашӣ, сохтмон ва таҷдиди (реконструксияи) бинову иншооти истеҳсолӣ, бо дарназардошти равандҳои технологӣ, сохти мошинҳо, механизмҳо, таҷҳизот ва дигар маснуот мутобиқи стандартҳои миллӣ ва меъёру қоидаҳои меъморӣ ба назар гирифта мешаванд.

34. Тартиб ва шароити таъмин намудан бо ҷойҳои либоскашӣ, душхонаҳо, дастшӯякҳо, воситаҳои тиббию профилактикӣ, доруқуттӣ, ҳоҷатхона, таҳоратхонаҳо, таҷҳизоти таъмин кардан бо оби нӯшокӣ, ҷой барои гарм ё хунук кардан, коркард, нигоҳдорӣ ва додани либосҳои махсус, пойафзоли махсус ва дигар бинову олоти иловагии санитарию маишӣ бо шартномаи коллективӣ ё санади корфармо муайян мешавад.

35. Либоси махсус, пойафзоли махсусе, ки ба талабот ҷавобгӯй намебошад ё қабл аз мӯҳлати муайянгардида бо сабаби аз корманд вобаста набуда аз истифода баромадааст, бояд иваз карда шавад.

36. Бо саршавии мавсим либосҳои махсус ва пойафзоли махсус бояд ба коргароне, ки дар мавсими пешина дода шуда буданд, баргардонда шаванд.

37. Барои нигоҳдории либоси махсус, пойафзоли махсус ва дигар воситаҳои ҳифозати фардӣ, ки ба коргарон дода шудааст, корфармо мутобиқи талаботи меъёрҳо ва қоидаҳои меъморӣ, санитарию эпидемиологӣ бинои бо таҷҳизоти махсус (гардероб) муҷаҳҳаз пешниҳод менамояд.

38. Пеш аз супоридан барои нигоҳдории дуру дароз либос ва пойафзоли махсус аз ифлосӣ тоза карда, хушконида, таъмир ва тамиз (дезинфексия) кунонида мешавад.

39. Тартиб ва меъёрҳои намунавии ройгон додани либоси махсус, пойафзоли махсус ва дигар воситаҳои ҳифозати фардӣ ба кормандон ва хизматчиён аз ҷониби Вазорати меҳнат, муҳоҷират ва шуғли аҳолии Ҷумҳурии Тоҷикистон, Вазорати молияи Ҷумҳурии Тоҷикистон, Вазорати тандурустӣ ва ҳифзи иҷтимоии аҳолии Ҷумҳурии Тоҷикистон дар мувофиқа бо Федератсияи иттифокҳои касабаи мустақили Тоҷикистон ва Иттиҳодияи корфармоёни Ҷумҳурии Тоҷикистом таҳия ва тасдиқ карда мешавад.