Приказ Министерства здравоохранения РФ от 13 декабря 2012 г. N 1039н "Об установлении примерного пищевого рациона донора, сдавшего кровь и (или) ее компоненты безвозмездно"

В соответствии с пунктом 3 части 2 статьи 9 Федерального закона от 20 июля 2012 г. N 125-ФЗ "О донорстве крови и ее компонентов" (Собрание законодательства Российской Федерации, 2012, N 30, ст. 4176) приказываю:

1. Утвердить прилагаемый примерный пищевой рацион донора, сдавшего кровь и (или) ее компоненты безвозмездно.

2. Настоящий приказ вступает в силу со дня вступления в силу Федерального закона от 20 июля 2012 г. N 125-ФЗ "О донорстве крови и ее компонентов".

Министр	В.И. Скворцова

Зарегистрировано в Минюсте РФ 1 февраля 2013 г.

Регистрационный N 26783

Примерный пищевой рацион донора, сдавшего кровь и (или) ее компоненты безвозмездно

Наименование продуктов	Количество на донора крови и (или) ее компонентов (граммы)
Хлеб ржано-пшеничный	50
Хлеб пшеничный (из муки высшего сорта)	100
Галеты	50
Крупы (гречневая, овсяная (геркулес), рисовая, другие крупы), макаронные изделия	50
Картофель	250
Томаты, огурцы, капуста, лук, зелень	250
Фрукты свежие	250
Говядина (вырезка, мякоть бескостная)	150
Филе рыбы красной, соленой (кета, горбуша, семга, форель)	60
Ветчинные изделия (ветчина, окорок, шейка)	50
Молоко или кисломолочные продукты (жирность 2,5%)	200
Масло (сливочное)	10
Сыр (твердый сорт)	50
Масло растительное	15
Томатная паста	3
Чай или кофе	2
Сахар	15
Печенье	30
Шоколад с орехами	100
Сок фруктовый	200
Специи	0,3
Соль	4
Вода минеральная питьевая, столовая	500