

Инструкция по проведению С-витаминизации блюд

В целях профилактики гиповитаминозов проводят искусственную витаминизацию холодных напитков (компотов и др.) аскорбиновой кислотой (для детей 1-3 лет – 35 мг, 3-6 лет-50 мг на порцию) Возможно использование поливитаминного напитка «Золотой шар» (15 мг на 1 стакан воды). С-витаминизация готовых блюд рекомендуется проводить в зимне-весеннее время.

Витаминизация проводится в пищеблоке старшей медсестрой или другими лицами медицинского персонала, специально выделенными для этой цели.

Витаминизация готовых блюд проводить непосредственно перед их раздачей. Отвешенный по норме порошок аскорбиновой кислоты (или отсчитанные таблетки) растворяют в небольшой порции третьего блюда, охлажденного до температуры не выше 15⁰С. Затем раствор вливают в общий котел и быстро размешивают. Подогревать витаминизированные блюда не разрешается. Если необходим подогрев, то витаминизация блюд проводится после него. При витаминизации киселей аскорбиновую кислоту вводят в жидкость, в которой размешивают картофельную муку.

В детском учреждении лицо, ответственное за С-витаминизацию, ежедневно заносит в меню-раскладку сведения о проводимой витаминизации причем, указывает наименование витаминизированного блюда, число витаминизированных порций, количество аскорбиновой кислоты (в мг), введенной в общую массу блюда, число таблеток, использованных для витаминизации, содержание кислоты в таблетке.

Для С-витаминизации применяются так же сушеные плоды шиповника. Чтобы из них приготовить настой, ягоды промывают холодной водой, заливают кипятком и кипятят в течении 10 минут. В посуде с закрытой крышкой (медную и железную посуду применять нельзя). Через сутки плоды отжимают, жидкость процеживают через марлю и настой (1\2- 1 стакан) употребляют за несколько приемов в течении дня. Срок годности настоя – один день.

Витаминизированное блюдо должно быть сразу роздано в группы, так витамин С при длительном хранении разрушается.

Витамин С следует хранить в стеклянной закупоренной емкости в темном месте при комнатной температуре, под замком, ключ от которого должен находиться у лица, ответственного за витаминизацию.