**فهرست مواد غذایی قابل عرضه در پایگاه‌های تغذیه سالم در موارد شیوع ویروس کرونا**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ردیف** | **مواد غذایی** | **فهرست مواد غذایی** |
| **1** | **شیر و**  **فرآورده‌های آن** | ماست، شیر ساده، همه پاستوریزه یا استرلیزه و به صورت بسته بندی تک نفره و از نوع كم چرب و کم نمک (5/2 %‌ چربی و یا کمتر)،  شیر برنج و فرنی بسته بندی شده و دارای مجوزهای بهداشتي از وزارت بهداشت  شیر بهتر است که به صورت غنی شده ‌با ويتامين D ‌ باشد.  تمام بسته بندی ها شسته شود و بعد قابل عرضه گردد. |
| **3** | **نوشیدنی** | دوغ کم نمک و بدون گاز و آب معدنی (دارای مجوزهای بهداشتي از وزارت بهداشت ) |
| **4** | **میوه و سبزی ها** | انواع میوه مثل سیب، نارنگی، پرتقال ، موز و ..... (شسته شده مطابق با دستورعمل های مرکز سلامت محیط و کار وزارت بهداشت)، انواع آب میوه های صنعتی بدون قند افزوده و لواشک های میوه ای بسته بندی شده و دارای مجوز های بهداشتی از وزارت بهداشت سبزی هایی مثل خیار، هویج، گوجه فرنگی  تمام بسته بندی ها شسته شود و بعد قابل عرضه گردد. |
| **5** | **بیسکویت بدون كرم ،کیک‌ وکلوچه** | شامل انواع بیسکویت، کیک و کلوچه ، بیسکویت ترجیحا از نوع سبوس دار بدون كرم و کیک و کلوچه ترجیحا از نوع غنی شده با ریز مغذی ها مثل آهن، روي، ويتامين آ و تهیه شده با روغن حاوی اسید چرب ترانس زیر 5 درصد، کم قند و دارای مجوز های بهداشتي از وزارت بهداشت باشد.  تمام بسته بندی ها شسته شود و بعد قابل عرضه گردد. |
| **6** | **لقمه سالم** | اشترودل غیرگوشتی تکنفره دارای مجوزهای بهداشتی از وزارت بهداشت ( 100 گرم حجم و انرژی بین 250 تا 300کالری بر روی بسته).  انواع نان های حجیم و نیمه حجیم یک نفره و ترجیحا همراه با انواع مغزها مانند کنجد ،گردو و تخم آفتابگردان دارای مجوزهای بهداشتی از وزارت بهداشت  تمام بسته بندی ها شسته شود و بعد قابل عرضه گردد. |