



Přehled vhodných ochranných nápojů

Nápoje uhrazující

(určeny k doplnění ztráty vody a minerálů, doporučené pro práce třídy IIb a vyšší)

Čaj chladný /cca 15°C/ – černý, zelený, ovocný, bylinný (slabě koncentrovaný)

Pramenité (stolní) vody – kojenecká voda a jiné balené vody nesycené popř. přirozeně sycené (tzv. jemně perlivé), středně mineralizované, chuťově upravené

Minerální (přírodní) vody – minerálky a kyselky nesycené popř. přirozeně sycené (tzv. jemně perlivé), středně mineralizované, chuťově upravené

Speciální (iontové) nápoje

- hypotonické
- isotonické.

Nápoje osvěžující

(určeny k doplnění ztráty vody, doporučené pro práce třídy I a IIa)

Voda – pitná

Čaj chladný /cca 15°C/ – černý, zelený, ovocný, bylinný (slabě koncentrovaný)

Čaj teplý /cca $\geq 30^{\circ}\text{C}$ / – černý, zelený, ovocný, bylinný (zimním obdobím, slabě koncentrovaný, mírně slazený)

Pramenité (stolní) vody – kojenecká voda a jiné balené vody nesycené popř. přirozeně sycené (tzv. jemně perlivé), slabě mineralizované, chuťově upravené.

Tato příloha nepodléhá při změně textu připomínkovému řízení.