

**OGŁOSZENIE
O ZAMÓWIENIU NA**

świadczenie usług polegających na zapewnieniu całodziennego żywienia pacjentów Zamawiającego wraz z odbiorem i utylizacją odpadów pokonsumpcyjnych, na bazie przejętych w najem pomieszczeń i wyposażenia kuchennego (w tym Kuchni Mlecznej).

(usługi społeczne i inne o wartości poniżej 750 000 EURO, do których zastosowanie mają przepisy art. 138o ustawy z dnia 29 stycznia 2004 r. Prawo zamówień publicznych)

1. Zamawiający: Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Przeworsku,
ul. Szpitalna 16, 37- 200 Przeworsk
tel, fax 016 648 72 19
adres strony internetowej : <http://www.spzoz-przeworsk.home.pl/bip>
adres poczty elektronicznej : zampubliczne@spzoz-przeworsk.home.pl

2. Sposób udzielenia zamówienia

Postępowanie prowadzone jest na podstawie art. 138o ustawy z dnia 29 stycznia 2004r. Prawo zamówień publicznych (Dz. U. z 2018 r. poz. 1986 z późn. zm.) zwanej dalej ustawą.

3. Opis przedmiotu zamówienia

3.1. Przedmiotem zamówienia są usługi społeczne polegające na zapewnieniu całodziennego żywienia pacjentów Zamawiającego wraz z odbiorem i utylizacją odpadów pokonsumpcyjnych, na bazie przejętych w najem pomieszczeń i wyposażenia kuchennego (w tym Kuchni Mlecznej).

Usługa będzie spełniać wszystkie wymagane normy sanitarne, określone w ustawie z dnia 25 sierpnia 2006r. o bezpieczeństwie żywności i żywienia w aktach wykonawczych wydanych na ich podstawie, a także z zasadami systemu HACCP. Wykonawca ponosi wyłączną odpowiedzialność za przestrzeganie Zasad Dobrej Praktyki Higienicznej (GHP), Dobrej Praktyki Produkcyjnej (GMP) i systemu Analizy Zagrożeń i Krytycznych Punktów Kontroli (HACCP).

3.2. Szczegółowy opis przedmiotu zamówienia zawiera załącznik nr 1 do Ogłoszenia (komplet załączników stanowiących charakterystykę przedmiotu zamówienia)

3.3. Szacunkowa wielkość zamówienia

Przewidywana ilość posiłków wynosi: dziennie około 172 pacjentów (rocznie około 62 780 osobodni)

3.4. Zamawiający zastrzega sobie możliwość zmiany ilości zamawianych posiłków w zależności od ilości hospitalizowanych pacjentów.

3.5. Klasyfikacja CPV:

usługa przygotowywania posiłków – kod 55321000-6

usługa gotowania posiłków- kod 55322000-3

3.6. Wykonawca z dniem objęcia przedmiotu umowy najmu, staje się w trybie art. 23¹ Kodeksu pracy stroną w dotychczasowych stosunkach pracy dla osób realizujących usługę będącą przedmiotem zamówienia. Obecny Wykonawca zatrudnia 5 pracowników Zamawiającego (1-go kierownika, 1- magazyniera, 1- pomoc kuchenna 2 – kucharzy)

3.7. Zamawiający określa następujące wymagania odnośnie zatrudnienia przez Wykonawcę lub Podwykonawcę osób wykonujących wskazane przez Zamawiającego czynności w zakresie realizacji zamówienia na podstawie umowy o pracę:

3.7.1. Rodzaj czynności niezbędnych do realizacji zamówienia, których dotyczą wymagania zatrudnienia na podstawie umowy o pracę przez wykonawcę lub podwykonawcę osób

wykonujących prace w trakcie realizacji zamówienia – przygotowanie posiłków, opracowanie diet, nadzorowanie działalności kuchni.

3.7.2. Uprawnienia zamawiającego w zakresie kontroli spełniania przez wykonawcę wymagań, o których mowa w art. 29 ust. 3a ustawy Pzp, oraz sankcji z tytułu niespełnienia tych wymagań (sposób dokumentowania zatrudnienia ww. osób):

- a) usługa będzie świadczona świadczone przez osoby wymienione w wykazie pracowników wykonujących czynności w trakcie realizacji zamówienia - załączniku do umowy.
- b) Wykonawca zobowiązuje się przekazać Zamawiającemu w terminie 7 dni od dnia podpisania umowy, kopii umów o pracę ww. osób, potwierdzających: imię i nazwisko zatrudnionego, rodzaj wykonywanych czynności, wymiar czasu pracy, okres zatrudnienia, pracodawcę (pozostałe dane osobowe dotyczące pracownika należy zasłonić) oraz kopii zaświadczeń o przeszkoleniu BHP zawartych ze wszystkimi osobami przy pomocy których Wykonawca będzie realizował przedmiot umowy oraz listę tych osób.
- c) Zamawiający ma prawo w każdym czasie do weryfikacji wszystkich osób realizujących czynności w ramach przedmiotu umowy pod kątem ich zatrudnienia przez Wykonawcę lub Podwykonawcę, na podstawie umowy o pracę.
- d) W przypadku konieczności zmiany w okresie trwania niniejszej umowy osób wykonujących czynności w ramach przedmiotu umowy, Wykonawca zobowiązany jest do przekazania Zamawiającemu kopii umów o pracę oraz kopii zaświadczeń o przeszkoleniu BHP zawartych z tymi osobami w terminie 7 dni od dnia dokonania tej zmiany oraz zaktualizowania listy osób o której mowa ppkt b.
- e) obowiązek wskazany wyżej w pkt. 3.7 dotyczy także podwykonawców. Wykonawca zobowiązany jest w umowie z Podwykonawcą zobowiązać go do wypełniania powyższych obowiązków poprzez przedkładanie kopii umów o pracę osób realizujących czynności w ramach przedmiotu umowy oraz listę tych osób, w ww. terminach, do Zamawiającego. Ppkt. od a) do d) powyżej w stosunku do Podwykonawców stosuje się odpowiednio.

4. Sankcje z tytułu niespełnienia wymagań w zakresie zatrudnienia:

- a) w przypadku dwukrotnego stwierdzenia przez Zamawiającego faktu wykonywania czynności związanych z realizacją przedmiotu umowy przez osoby niezatrudnione na podstawie umowy o pracę (niezależnie czy przez Wykonawcę czy Podwykonawcę), Zamawiający ma prawo odstąpić od umowy z winy Wykonawcy.
- b) za każdy przypadek nieprzedłożenia przez Wykonawcę Zamawiającemu umów o pracę osób wykonujących czynności w ramach przedmiotu umowy, Wykonawca zapłaci Zamawiającemu karę umowną w wysokości 100 zł.
- c) za każdy przypadek dopuszczenia przez Wykonawcę do realizacji czynności objętych przedmiotem umowy przez osoby nie zatrudnione na podstawie umowy o pracę, Wykonawca zapłaci Zamawiającemu karę umowną w wysokości 1000 zł brutto.

**art. 22 § 1 ustawy z dnia 26 czerwca 1976 r. –Kodeks pracy: Przez nawiązanie stosunku pracy pracownik zobowiązuje się do wykonywania pracy określonego rodzaju na rzecz pracodawcy i pod jego kierownictwem oraz w miejscu i czasie wyznaczonym przez pracodawcę, a pracodawca - do zatrudniania pracownika za wynagrodzeniem*

4. Termin wykonania zamówienia:

4.1. Sukcesywnie przez okres 30 m-cy od daty zawarcia umowy.

5. Warunki udziału w postępowaniu i podstawy wykluczenia

5.1. O udzielenie zamówienia mogą ubiegać się wykonawcy, którzy:

- nie podlegają wykluczeniu
- spełniają warunki udziału w postępowaniu.

5.1.1 Podstawy wykluczenia:

- Zamawiający wykluczy z postępowania Wykonawców w przypadkach, o których mowa w art. 24 ust. 1 ustawy

5.2. Warunki udziału w postępowaniu:

5.2.1. kompetencje lub uprawnienia do prowadzenia określonej działalności zawodowej, o ile wynika to z odrębnych przepisów:

Zamawiający nie określił warunku w tym zakresie.

5.2.2. sytuacja ekonomiczna lub finansowa:

zamawiający uzna, że warunek ten zostanie spełniony, jeśli wykonawca przedłoży opłaconą polisę, a w przypadku jej braku inny dokument potwierdzający, że Wykonawca jest ubezpieczony od odpowiedzialności cywilnej w zakresie prowadzonej działalności związanej z przedmiotem zamówienia w wysokości minimum 1.000.000,00 zł

5.2.3. zdolność techniczna lub zawodowa:

zamawiający uzna, że warunek ten zostanie spełniony, jeśli wykonawca wykaże, że wykonał lub wykonuje co najmniej 1 zamówienie na świadczenie usług w zakresie całodziennego żywienia pacjentów podmiotu leczniczego na bazie dzierżawionych pomieszczeń i sprzętu o wartości nie mniejszej niż 1.000.000 zł w skali roku, w okresie ostatnich trzech lat przed upływem terminu składania ofert, a jeżeli okres prowadzenia działalności jest krótszy- w tym okresie

6. Wykaz oświadczenia lub dokumentów potwierdzające spełnianie warunków udziału w postępowaniu oraz brak podstaw do wykluczenia składanych przez Wykonawcę wraz z ofertą.

6.1. Do oferty każdy wykonawca musi dołączyć aktualne na dzień składania ofert oświadczenie w zakresie wskazanym w załączniku nr 3 do Ogłoszenia

6.2. W przypadku wspólnego ubiegania się o zamówienie przez wykonawców oświadczenie, o którym mowa w punkcie 6.1 Ogłoszenia składa każdy z wykonawców wspólnie ubiegających się o zamówienie. Oświadczenie to ma potwierdzać spełnianie warunków udziału w postępowaniu w zakresie, w którym każdy z wykonawców wykazuje spełnianie warunków udziału w postępowaniu oraz brak podstaw wykluczenia.

6.3. Zamawiający nie wymaga zamieszczenia informacji o podwykonawcach w oświadczeniu, o którym mowa w punkcie 6.1 Ogłoszenia, w celu wykazania braku istnienia wobec nich podstaw wykluczenia z udziału w postępowaniu..

6.4. Wykonawca, który powołuje się na zasoby innych podmiotów, w celu wykazania braku istnienia wobec nich podstaw wykluczenia oraz spełnienia w zakresie, w jakim powołuje się na ich zasoby, warunków udziału w postępowaniu składa także oświadczenie, o którym mowa w punkcie 6.1 Ogłoszenia, dotyczące tych podmiotów.

6.5. Dokumentów potwierdzających spełnianie warunków udziału w postępowaniu:

6.5.1. wykaz wykonanych, a w przypadku świadczeń okresowych lub ciągłych również wykonywanych usług w okresie ostatnich trzech lat przed terminem składania ofert, a jeżeli okres prowadzenia działalności jest krótszy – w tym okresie, z podaniem ich wartości, przedmiotu, dat wykonania i podmiotów, na rzecz których usługi zostały wykonane wraz z załączeniem dowodów, czy zostały wykonane lub są wykonywane należycie, tj.: co najmniej 1 zamówienie na świadczenie usług w zakresie całodziennego żywienia pacjentów podmiotu leczniczego na bazie dzierżawionych pomieszczeń i sprzętu o wartości nie mniejszej niż 1.000.000 zł w skali roku

6.5.2. dokument potwierdzający, że Wykonawca jest ubezpieczony od odpowiedzialności cywilnej w zakresie prowadzonej działalności związanej ze świadczeniem usług żywienia zbiorowego na kwotę nie niższą niż 1.000.000,00 zł

- 6.6. Wykonawca w terminie 3 dni od dnia zamieszczenia na stronie internetowej informacji, o której mowa w art. 86 ust. 5 ustawy, zobowiązany będzie do przekazania Zamawiającemu oświadczenia o przynależności lub braku przynależności do tej samej grupy kapitałowej, o której mowa w art. 24 ust. 1 pkt 23 ustawy. Wraz ze złożeniem oświadczenia, wykonawca może przedstawić dowody, że powiązania z innym wykonawcą nie prowadzą do zakłócenia konkurencji w postępowaniu o udzielenie zamówienia. (wzór oświadczenia załącznik nr 4 do Ogłoszenia)**

Oświadczenia należy złożyć w formie oryginału, dokumenty należy przedstawić w formie oryginału lub kopii poświadczonych za zgodność z oryginałem.

7. Informacje o sposobie porozumiewania się Zamawiającego z wykonawcami, przekazywania oświadczeń lub dokumentów oraz wskazanie osób uprawnionych do porozumiewania się z wykonawcami

- 7.1. W niniejszym postępowaniu oświadczenia, wnioski, zawiadomienia oraz informacje są przekazywane faksem lub drogą elektroniczną. Zawsze dopuszczalna jest forma pisemna.
- 7.2. Oferta musi być złożona w formie pisemnej.
- 7.3. Korespondencję w formie pisemnej wykonawcy są zobowiązani wysyłać bądź składać na adres: SP ZOZ w Przeworsku, ul. Szpitalna 16, 37-200 Przeworsk
- 7.4. Korespondencję w formie faksu wykonawcy są zobowiązani przysyłać na numer (16) 649 15 90
- 7.5. Korespondencję w formie elektronicznej należy kierować na adres:
zampubliczne@spzoz-przeworsk.home.pl
- 7.6. Przesłanie korespondencji na inny adres lub numer niż zostało to określone powyżej może skutkować tym, że zamawiający nie będzie mógł zapoznać się z treścią przekazanej informacji we właściwym terminie.
- 7.7. osoby uprawnione do porozumiewania się z Wykonawcami:
- przedmiot zamówienia: Urszula Kukulska
- procedura: Jacek Wlazło,

8. Udzielanie wyjaśnień i wprowadzenie zmian treści Ogłoszenia

- 8.1 Wykonawca może zwrócić się do Zamawiającego o wyjaśnienie treści Ogłoszenia. Wnioski o wyjaśnienie treści Ogłoszenia należy przysyłać na adres mailowy podany w punkcie 7.5 w formie umożliwiającej kopiowanie treści pisma i wklejenie jej do innego dokumentu. W przypadku przesłania pisma w formie elektronicznej nie ma potrzeby przysyłania go dodatkowo pocztą lub faksem.
- 8.2. Jeżeli wniosek o wyjaśnienie treści Ogłoszenia wpłynie do Zamawiającego nie później niż do końca dnia, w którym upływa połowa terminu składania ofert, Zamawiający udzieli wyjaśnień niezwłocznie, jednak nie później niż na 2 dni przed upływem terminu składania ofert. Jeżeli wniosek o wyjaśnienie treści Ogłoszenia wpłynie po upływie terminu, o którym mowa powyżej, lub dotyczy udzielonych wyjaśnień, Zamawiający może udzielić wyjaśnień albo pozostawić wniosek bez rozpoznania. Treść zapytań wraz z wyjaśnieniami, Zamawiający przekaże Wykonawcom, którym przekazał Ogłoszenie, bez ujawniania źródła zapytania, oraz zamieści na stronie internetowej www.szpital.lubaczowski.com
- 8.3. Przedłużenie terminu składania ofert nie wpływa na bieg terminu składania wniosku o wyjaśnienie treści Ogłoszenia.
- 8.4. W przypadku rozbieżności pomiędzy treścią niniejszego Ogłoszenia, a treścią udzielonych odpowiedzi, jako obowiązującą należy przyjąć treść pisma zawierającego późniejsze oświadczenie Zamawiającego.
- 8.5. W uzasadnionych przypadkach Zamawiający może przed upływem terminu składania ofert zmienić treść Ogłoszenia. Dokonana w ten sposób zmiana zostanie przekazana niezwłocznie wszystkim Wykonawcom, którym przekazano Ogłoszenie oraz zostanie udostępniona na

stronie internetowej Zamawiającego www.szpital.lubaczowski.com

- 8.6. Jeżeli w wyniku zmiany Ogłoszenia niezbędny będzie dodatkowy czas na wprowadzenie zmian w ofertach, Zamawiający przedłuży termin składania ofert i poinformuje o tym Wykonawców, którym przekazał Ogłoszenie oraz zamieści tę informację na stronie internetowej:

zampubliczne@spzoz-przeworsk.home.pl

9. Termin związania ofertą.

Wykonawca pozostaje związany złożoną ofertą przez okres 30 dni od upływu terminu składania ofert.

10. Sposób przygotowania oferty.

10.1. Ofertę należy sporządzić w języku polskim, w formie pisemnej.

10.2. Do oferty należy dołączyć następujące dokumenty:

10.2.1. Wypełniony i podpisany przez osoby upoważnione do reprezentowania wykonawcy formularz oferty, sporządzony według wzoru stanowiącego załącznik nr 2 do Ogłoszenia..

10.2.2. Oświadczenia, dokumenty wymienione w punkcie 6 Ogłoszenia.

10.2.3. Pełnomocnictwo - do reprezentowania wykonawcy w postępowaniu albo do reprezentowania wykonawcy w postępowaniu i zawarcia umowy, jeżeli osoba reprezentująca wykonawcę w postępowaniu o udzielenie zamówienia nie jest wskazana jako upoważniona do jego reprezentacji we właściwym rejestrze lub ewidencji działalności gospodarczej.

10.3. Wskazane jest aby wszystkie zapisane strony oferty były ponumerowane.

10.4. Wskazane jest aby wszystkie strony oferty były zszyte, zbindowane lub w inny sposób trwale połączone w celu zapobieżenia ich dekompletacji.

10.5. Wszelkie poprawki lub zmiany treści któregośkolwiek dokumentu wchodzącego w skład oferty muszą być parafowane własnoręcznie przez osobę upoważnioną do reprezentowania wykonawcy.

10.6. Wskazane jest aby pierwszą stroną oferty przetargowej stanowił spis treści zawierający wykaz dokumentów wchodzących w skład oferty, z podaniem numeru strony oferty, na której dany dokument się znajduje oraz ilość wszystkich stron oferty.

10.7. Wykonawcy ponoszą wszelkie koszty związane z przygotowaniem i złożeniem oferty.

10.8. Każdy wykonawca może złożyć tylko jedną ofertę.

10.9. Zamawiający nie ujawni informacji stanowiących tajemnicę przedsiębiorstwa w rozumieniu przepisów o zwalczaniu nieuczciwej konkurencji, jeżeli wykonawca nie później niż w terminie składania ofert zastrzeże, że nie mogą one być udostępnione oraz wykaże, że zastrzeżone informacje stanowią tajemnicę przedsiębiorstwa. W takim wypadku wskazane jest, aby oferta składała się z dwóch rozdzielonych części. Część pierwsza oznaczona napisem „Dokumenty jawne” powinna zawierać wszystkie wymagane dokumenty określone w specyfikacji, z wyjątkiem informacji będących w ocenie wykonawcy tajemnicą przedsiębiorstwa. Informacje stanowiące tajemnicę przedsiębiorstwa powinny być złożone w drugiej części oferty oznaczonej napisem „Informacje zastrzeżone”. W przypadku gdy wykonawca nie zabezpieczy odpowiednio poufności informacji, Zamawiający nie bierze odpowiedzialności za ewentualne ujawnienie ich treści. Wykonawca nie może zastrzec informacji, o których mowa w art. 86 ust. 4 ustawy.

10.10. Wykonawca może zmienić lub wycofać ofertę przed upływem terminu składania ofert. W przypadku zmiany oferty wykonawca winien złożyć jednoznaczne pisemne oświadczenie o tym co i jak zostało zmienione oraz dokumenty wymagane w związku ze zmianą. Całość powinna być złożona w kopercie oznakowanej „ZMIANA OFERTY”. Wszelkie wymagania dotyczące składania ofert dotyczą również przypadku zmiany oferty. W przypadku wycofania oferty wykonawca winien złożyć jednoznaczne pisemne oświadczenie o wycofaniu oferty. Podczas otwarcia ofert Zamawiający sprawdzi skuteczność złożonego oświadczenia w powiązaniu z dokumentami złożonymi w ofercie, której dotyczy wycofanie.

W przypadku skutecznego wycofania oferty informacje w niej zawarte nie zostaną odczytane - zostanie ona zwrócona wykonawcy.

- 10.11. W przypadku złożenia oferty, której wybór prowadziłby do powstania u zamawiającego obowiązku podatkowego zgodnie z przepisami o podatku od towarów i usług, zamawiający w celu oceny takiej oferty doliczy do przedstawionej w niej ceny podatek od towarów i usług, który miałby obowiązek rozliczyć zgodnie z tymi przepisami. Wykonawca, składając ofertę, winien poinformować Zamawiającego, czy wybór oferty będzie prowadzić do powstania u zamawiającego obowiązku podatkowego, wskazując nazwę (rodzaj) towaru lub usługi, których dostawa lub świadczenie będzie prowadzić do jego powstania, oraz wskazując ich wartość bez kwoty podatku. Jeżeli złożono ofertę, której wybór prowadziłby do powstania u Zamawiającego obowiązku podatkowego zgodnie z przepisami o podatku od towarów i usług, do ceny najkorzystniejszej oferty lub oferty z najniższą ceną dolicza się podatek od towarów i usług, który zamawiający miałby obowiązek rozliczyć zgodnie z tymi przepisami. W związku z tym, w takim przypadku cena podana przez takiego wykonawcę w ofercie jako „cena brutto” nie może zawierać podatku VAT, który zamawiający będzie miał obowiązek rozliczyć.
- 10.12. Ofertę należy złożyć w zamkniętej kopercie. Koperta powinna być zamknięta w sposób gwarantujący zachowanie w poufności jej zawartości oraz zabezpieczający jej nienaruszalność do terminu otwarcia ofert. Koperta powinna być zaadresowana według poniższego wzoru:

Nazwa i adres wykonawcy Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Przeworsku Ul. Szpitalna 16, 37-200 Przeworsk OFERTA W POSTĘPOWANIU NA: Usługę przygotowywania posiłków Nie otwierać przed r. godz. 09:00* <i>*w przypadku zmiany terminu składania ofert należy wpisać obowiązujący (aktualny) termin</i>

- 10.13. Wskazane jest, aby wykonawca umieścił w kopercie zawierającej ofertę również osobną kopertę zawierającą dokumenty zastrzeżone, jeżeli zachodzi przypadek określony w punkcie 10.9.

11. Termin oraz miejsce składania i otwarcia ofert.

11.1. Miejsce i termin składania ofert.

Oferty należy składać w SPZOZ Przeworsk, ul. Szpitalna 16, 37-200 Przeworsk, sekretariat, nie później niż do dnia **23.09.2019 r. godz. 09:00**

11.2. Miejsce i termin otwarcia ofert.

Otwarcie ofert odbędzie się w dniu **23.09.2019 r. godz. 10:00**, w SPZOZ w Przeworsku, ul. Szpitalna 16, 37-200 Przeworsk, w sali konferencyjnej.

- 11.3 Bezpośrednio przed otwarciem ofert Zamawiający podaje kwotę, jaką zamierza przeznaczyć na sfinansowanie zamówienia.

- 11.4. Podczas otwarcia ofert podane będą: imię i nazwisko, nazwa (firma) oraz adres (siedziba) Wykonawcy, którego oferta jest otwierana, a także cena

- 11.5 Niezwłocznie po otwarciu ofert Zamawiający zamieści na stronie internetowej zampubliczne@spzoz-przeworsk.home.pl informacje dotyczące kwoty, jaką zamierza przeznaczyć na sfinansowanie zamówienia, firmy oraz adresy wykonawców, którzy złożyli oferty w terminie, jak również zawarte w ofertach ceny. **Na Wykonawcach, którzy złożyli oferty ciąży obowiązek przekazania w terminie 3 dni od zamieszczenia na stronie internetowej teŹże informacji oświadczenia o przynależności lub braku przynależności do tej samej grupy kapitałowej.**

12. Ocena oferty.

Zamawiający poprawi w tekście oferty:

12.1. oczywiste omyłki pisarskie, oczywiste omyłki rachunkowe z uwzględnieniem konsekwencji rachunkowych dokonanych poprawek oraz inne omyłki polegające na niezgodności oferty z Ogłoszeniem, niepowodujące istotnych zmian w treści oferty, niezwłocznie zawiadamiając o tym Wykonawcę, którego oferta została poprawiona.

12.2. W toku badania i oceny ofert zamawiający może wezwać wykonawców do uzupełnienia brakujących oświadczeń i/lub dokumentów oraz pełnomocnictw określonych w niniejszym Ogłoszeniu; uzupełnianie dokumenty i oświadczenia winny potwierdzać spełnianie przez wykonawcę warunków udziału w postępowaniu i brak podstaw do wykluczenia na dzień uzupełnienia.

12.3. W toku badania i oceny ofert zamawiający może żądać od wykonawców wyjaśnień dotyczących treści złożonych ofert. Niedopuszczalne jest prowadzenie między zamawiającym a wykonawcą negocjacji dotyczących złożonej oferty oraz

12.4. Zamawiający w celu ustalenia, czy oferta zawiera rażąco niską cenę w stosunku do przedmiotu zamówienia, zwróci się do wykonawcy o udzielenie w wyznaczonym terminie wyjaśnień dotyczących elementów cenotwórczych mających wpływ na wartość złożonej oferty.

12.5. Jeżeli wykonawca, którego oferta została wybrana, uchyla się od zawarcia umowy, zamawiający może wybrać ofertę najkorzystniejszą spośród pozostałych ofert bez przeprowadzenia ich ponownego badania i oceny.

12.6. W pozostałych przypadkach, przy ocenie złożonych ofert, Zamawiający będzie posilował się przepisami ustawy Prawo zamówień publicznych.

12.7. Na podstawie art. 89 ust. 1 Zamawiający odrzuci ofertę, jeżeli:

- a) jest niezgodna z ustawą,
- b) jej treść nie odpowiada treści Ogłoszenia,
- c) jej złożenie stanowi czyn nieuczciwej konkurencji, w rozumieniu przepisów o zwalczaniu nieuczciwej konkurencji,
- d) zawiera rażąco niską cenę lub koszt w stosunku do przedmiotu zamówienia,
- e) została złożona przez Wykonawcę wykluczonego z udziału w postępowaniu o udzielenie zamówienia,
- f) zawiera błędy w obliczeniu ceny lub kosztu,
- g) Wykonawca w terminie 3 dni od dnia doręczenia zawiadomienia nie zgodził się na poprawienie omyłki, o której mowa w pkt 1.3 Ogłoszenia,
- h) Wykonawca nie wyraził zgody na przedłużenie terminu związania ofertą,
- i) jej przyjęcie naruszałoby bezpieczeństwo publiczne lub istotny interes bezpieczeństwa państwa, a tego bezpieczeństwa lub interesu nie można zagwarantować w inny sposób,
- j) jest nieważna na podstawie odrębnych przepisów

13. Sposób obliczenia ceny.

13.1 Wykonawca określi cenę całkowitą oferty brutto dla przedmiotu zamówienia, podając ją w zapisie liczbowym i słownie.

13.2 Cena oferty musi uwzględniać wszystkie koszty wykonania zamówienia i odzwierciedla całkowity koszt, który będzie poniesiony przez Zamawiającego.

13.3 Walutą ceny oferowanej jest złoty polski.

14. Kryteria oceny ofert, ich znaczenie oraz sposób oceny ofert.

14.1. Oferty będą oceniane wg następującego kryterium:

Nazwa kryterium	Sposób oceny ofert	Waga
Cena	Liczba punktów = $(A(\min)/A(i)) * 100$ gdzie: - A(min) - najniższa cena spośród wszystkich ofert ocenianych - A(i) - cena podana w ofercie ocenianej	90%
Zaplecze techniczne na	Wartość punktowa kryterium obliczana będzie wg następujących zasad:	10%

wypadek awarii kuchni	Wykonawca otrzyma 10 punktów za posiadanie zaplecza technicznego w postaci kuchni tzw. awaryjnej, w której będzie zapewniał ciągłość w świadczeniu usług żywienia u Zamawiającego na czas awarii kuchni Zamawiającego, najmowanej/dzierżawionej przez Wykonawcę. Kuchnia awaryjna, o której mowa w przedmiotowym kryterium musi spełniać łącznie następujące wymogi: - kuchnia przeznaczona do przygotowywania posiłków w zbiorowym żywieniu typu zamkniętego w rozumieniu ustawy z dnia 25 sierpnia 2006 r. o bezpieczeństwie żywności i żywienia - oddalona od siedziby Zamawiającego nie dalej niż 80 km, - na dzień składania oferty Wykonawca dysponuje kuchnią na podstawie umowy najmu, dzierżawy, użyczenia lub innego tytułu prawnego, - kuchnia posiada pozytywną opinię Państwowej Inspekcji Sanitarnej - Wykonawca dysponuje środkami transportu przystosowanymi do przewozu żywności z kuchni awaryjnej do siedziby Zamawiającego, posiadającymi pozytywną opinię Państwowej Inspekcji Sanitarnej. W przypadku braku zaplecza technicznego w postaci kuchni tzw. Awaryjnej Wykonawca otrzyma 0 pkt	
-----------------------	--	--

Ocena końcowa oferty jest sumą punktów uzyskanych za wszystkie kryteria

14.2. Niezwłocznie po wyborze oferty najkorzystniejszej Zamawiający zawiadomi wszystkich Wykonawców, którzy złożyli oferty o wyborze najkorzystniejszej oferty, podając nazwę (firmę) i adres Wykonawcy, którego ofertę wybrano oraz uzasadnienie jej wyboru, a także nazwy (firmy), siedziby i adresy Wykonawców, którzy złożyli oferty wraz ze streszczeniem oceny i porównania złożonych ofert.

Powyższe informacje Zamawiający zamieści na stronie internetowej:

zampubliczne@spzoz-przeworsk.home.pl

14.3. Umowa zostanie zawarta w formie pisemnej, po upływie terminu na wniesienie środków ochrony prawnej. O dokładnym terminie zawarcia umowy Zamawiający powiadomi Wykonawców niezwłocznie po wyborze oferty najkorzystniejszej. Umowa w sprawie zamówienia publicznego może zostać zawarta przed upływem terminu na wniesienie środków odwoławczych w przypadku gdy w postępowaniu złożono tylko jedną ofertę.

14.4. Istotne postanowienia umowy stanowią załącznik nr 5 i 5A do Ogłoszenia

14.5. Umowa w sprawie realizacji zamówienia publicznego zawarta zostanie z uwzględnieniem postanowień wynikających z treści niniejszego dokumentu oraz danych zawartych w ofercie złożonej przez Wykonawcę.

14.6. W przypadku wyboru oferty złożonej przez wykonawców wspólnie ubiegających się o udzielenie zamówienia publicznego zamawiający może żądać - przed zawarciem umowy - umowy regulującej współpracę tych wykonawców.

15. Warunki unieważnienia postępowania

15.1. Zamawiający unieważni postępowanie o udzielenie zamówienia w przypadkach określonych w art. 93 ust. 1 ustawy Prawo zamówień publicznych.

15.2. Zgodnie, z art. 93 ust. 3 ustawy Prawo zamówień publicznych, o unieważnieniu postępowania o udzielenie zamówienia zamawiający zawiadomi równocześnie wszystkich wykonawców którzy:

- a) ubiegali się o udzielenie zamówienia – w przypadku unieważnienia postępowania przed upływem terminu składania ofert,
- b) złożyli oferty – w przypadku unieważnienia postępowania po upływie terminu składania ofert -

podając uzasadnienie faktyczne i prawne.

15.3. W przypadku unieważnienia postępowania o udzielenie zamówienia Zamawiający na wniosek Wykonawcy, który ubiegał się o udzielenie zamówienia, zawiadomi o wszczęciu kolejnego postępowania, które dotyczy tego samego przedmiotu zamówienia lub obejmuje ten sam przedmiot zamówienia.

16. Środki ochrony prawnej.

1. Każdemu Wykonawcy, a także innemu podmiotowi, jeżeli ma lub miał interes w uzyskaniu danego zamówienia oraz poniósł lub może ponieść szkodę w wyniku naruszenia przez Zamawiającego przepisów

ustawy PZP przysługują środki ochrony prawnej przewidziane w Dziale VI ustawy PZP

17. Klauzula informacyjna.

Zgodnie z art. 13 ust.1 i 2 rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (ogólne rozporządzenie o ochronie danych)(Dz. Urz. UE L 119 z 04.05.2016, str. 1), dalej „RODO”, informuję, że:

- administratorem Pani/Pana danych osobowych jest: *Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Przeworsku, ul. Szpitala 16, 37-200 Przeworsk;*
- inspektorem ochrony danych osobowych w *Samodzielnym Publicznym Zakładzie Opieki Zdrowotnej w Przeworsku* jest Pan mgr Patryk Gwiazdowski tel. 16 641-34-95, Email: iod@spzoz-przeworsk.pl
- Pani/Pana dane osobowe przetwarzane będą na podstawie art. 6 ust. 1 lit. C RODO w celu związanym z postępowaniem o udzielenie zamówienia publicznego *na świadczenie usług polegających na zapewnieniu całodziennego żywienia pacjentów Zamawiającego wraz z odbiorem i utylizacją odpadów pokonsumpcyjnych, na bazie przejętych w najem pomieszczeń i wyposażenia kuchennego (w tym Kuchni Mlecznej).* numer SP ZOZ NZZP II 2400/31/19
- odbiorcami Pani/Pana danych osobowych będą osoby lub podmioty, którym udostępniona zostanie dokumentacja postępowania w oparciu o art. 8 oraz art. 96 ust. 3 ustawy z dnia 29 stycznia 2004 r. – Prawo zamówień publicznych (Dz. U. z 2018 r. poz. 1986 z późn. zm.), dalej „ustawa Pzp”;
- Pani/Pana dane osobowe będą przechowywane, zgodnie z art. 97 ust. 1 ustawy Pzp, przez okres 4 lat od dnia zakończenia postępowania o udzielenie zamówienia, a jeżeli czas trwania umowy przekracza 4 lata, okres przechowywania obejmuje cały czas trwania umowy;
- obowiązek podania przez Panią/Pana danych osobowych bezpośrednio Pani/Pana dotyczących jest wymogiem ustawowym określonym w przepisach ustawy Pzp, związanym z udziałem w postępowaniu o udzielenie zamówienia publicznego; konsekwencje niepodania określonych danych wynikają z ustawy Pzp;
- w odniesieniu do Pani/Pana danych osobowych decyzje nie będą podejmowane w sposób zautomatyzowany, stosowanie do art. 22 RODO;
- posiada Pani/Pan:
 - na podstawie art. 15 RODO prawo dostępu do danych osobowych Pani/Pana dotyczących;
 - na podstawie art. 16 RODO prawo do sprostowania Pani/Pana danych osobowych*;
 - na podstawie art. 18 RODO prawo żądania od administratora ograniczenia przetwarzania danych osobowych z zastrzeżeniem przypadków, o których mowa w art. 18 ust. 2 RODO**;
 - prawo do wniesienia skargi do Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych, gdy uzna Pani/Pan, że przetwarzanie danych osobowych Pani/Pana dotyczących narusza przepisy RODO;
- nie przysługuje Pani/Panu:
 - w związku z art. 17 ust. 3 lit. b, d lub e RODO prawo do usunięcia danych osobowych;
 - prawo do przenoszenia danych osobowych, o którym mowa w art. 20 RODO;

- na podstawie art. 21 RODO prawo sprzeciwu, wobec przetwarzania danych osobowych, gdyż podstawą prawną przetwarzania Pani/Pana danych osobowych jest art. 6 ust. 1 lit. c RODO.

*** Wyjaśnienie: skorzystanie z prawa do sprostowania nie może skutkować zmianą wyniku postępowania*

o udzielenie zamówienia publicznego ani zmianą postanowień umowy w zakresie niezgodnym z ustawą Pzp oraz nie może naruszać integralności protokołu oraz jego załączników.

**** Wyjaśnienie: prawo do ograniczenia przetwarzania nie ma zastosowania w odniesieniu do przechowywania, w celu zapewnienia korzystania ze środków ochrony prawnej lub w celu ochrony praw innej osoby fizycznej lub prawnej, lub z uwagi na ważne względy interesu publicznego Unii Europejskiej lub państwa członkowskiego.*

Załączniki:

1. Szczegółowy opis przedmiotu zamówienia – zał. nr 1 (Nr 1.A; Nr 1.B; Nr 1.C; 1.D)
2. Formularz ofertowy – zał. nr 2
4. Oświadczenie o spełnianiu warunków udziału w post. i braku podstaw do wykluczenia – zał. nr 3
5. Oświadczenie o przynależności Wykonawcy do grupy kapitałowej- zał. nr 4
6. Wzory umów - zał. nr 5 i 5A

sporządził:

Przeworsk, 2019-09-12

sprawdzono pod względem formalnym

Przeworsk, 2019-09-12

zatwierdził

Przeworsk 2019-09-12

Załącznik nr 1

Nr 1.A

SZCZEGÓŁOWY OPIS PRZEDMIOTU ZAMÓWIENIA

W ramach realizacji przedmiotu zamówienia Wykonawca będzie zobowiązany do:

- realizacji usługi w okresie 30 m-cy
- zapewnienia wyżywienia pacjentów szpitala na wszystkich oddziałach szpitala, z uwzględnieniem podanych poniżej wymogów,
- dokonywania zakupu niezbędnych środków żywnościowych, czystości do wykonania zamówienia,
- przygotowania posiłków,
- dostarczania posiłków w systemie zapewniającym im odpowiednią temperaturę
- prowadzenie ewidencji wydawanych posiłków,
- utrzymania właściwego poziomu sanitarnego,
- wymiany sprzętu do dystrybucji posiłków w przypadku uszkodzenia, zużycia lub nakazu organu kontroli sanitarnej.

Informacja dla wykonawcy:

W szpitalu znajduje się **262 łóżek** zgrupowanych w 11 oddziałach .

Ilość osobodni w ciągu 4 lat wynosi średnio 64 785

W okresie 12 miesięcy 2018 wydanych było:

- śniadań - 62 563
- drugich śniadań – 19 017
- obiadów – 63 344
- obiad w słoiczku dla dzieci - 402
- podwieczorków – 18 623
- podwieczorki w słoiczku - 402
- kolacji – 60 705

Zadaniem Wykonawcy jest kompleksowe żywienie pacjentów o ściśle określonych porach w ilości dziennej około 172 osób (rocznie około 62 780 osobodni).

- Każdy posiłek (śniadanie, obiad, kolacja) musi zawierać dostateczną ilość produktów białkowych, tłuszczowych i węglowodanowych oraz dodatek warzywny lub owocowy. Szczegółowy opis diet stanowi załącznik nr 1C tj. Procedura Zakładowa „Charakterystyka diet SP ZOZ w Przeworsku”, Nr ref. P/OZ/OD/6/17

- Przez pojęcie całodobowego żywienia pacjenta należy rozumieć :

- całodzienne żywienie jednej osoby (pacjenta), uwzględniające śniadanie, obiad (dwudaniowy z napojem - kompot, herbata), kolacja
- w przypadku żywienia dzieci i również drugie śniadanie i podwieczorek
- dla kobiet w ciąży drugie śniadanie i podwieczorek, dieta położnicza drugie śniadanie i podwieczorek

- pacjenci z dietą łatwostrawną z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) drugie śniadanie, podwieczorek i ewentualnie druga kolacja na zlecenie lekarza.
- Wykonawca zobowiązuje się do zabezpieczenia każdego z oddziałów (raz w miesiącu) w herbatę ekspresową w ilości 50g i cukier w ilości 2 kg.
- Zamawiający nie dopuszcza możliwości wykonania posiłków z półfabrykatów oraz wykluczając: żywność genetycznie modyfikowaną, wysokoprzetworzoną (typu: ziemniaki puree w proszku, baza do zup, proszkowe napoje gorące itp.), margarynę jako dodatek do smarowania pieczywa oraz ograniczając stosowanie II gatunku wędlin i mięs do 3 razy na dekadę w ramach danego posiłku. Produkcja posiłków powinna odbywać się z surowców świeżych, wysokiej jakości, posiadających dokumenty dopuszczające do spożycia z wykorzystaniem wszystkich gatunków mięs: 2x w dekadzie mięso mielone, 1x w dekadzie gulasz, 3x w dekadzie porcja mięsa w całości, 2x w dekadzie mięso wołowe, 2x w dekadzie ryby, oraz różnorodny dobór technik kulinarnych (gotowanie w wodzie i na parze, duszenie, pieczenie, pieczenie w folii).
- Dodatki do drugich dań obiadowych w zależności od pory roku sporządzane winny być w postaci gotowanej w wodzie, gotowanej na parze, duszonej oraz surówek i sałatek (warzywa gotowane i na parze, mizeria z ogórków, ogórek kwaszony, surówka z dodatkami, surówki warzywne ze wszystkich warzyw sezonowych, sałata zielona, szpinak, pomidory, kapusta gotowana lub surówka, buraczki gęstowane, ćwikła, marchew gotowana lub, kalafior, fasolka szparagowa), żadne z wymienionych dodatków więcej niż jeden raz w jadłospisie dekadowym. Wszystkie sałatki i surówki będą dostarczane w pojemnikach termoizolacyjnych o temp. wew. do +8 stopni Celsjusza.
- W Środę Popielcową, Wielki Piątek, Wielkanoc, Wigilię Świąt Bożego Narodzenia Wykonawca musi uwzględnić potrawy tradycyjne (np. barszcz z uszkami, pierogi, ryba, ciasta: jabłecznik, babka).
- Zamawiający wymaga, aby dostarczane posiłki miały odpowiednią wartość odżywczą (załącznik nr 1 Procedura Zakładowa „Charakterystyka diet SP ZOZ w Przeworsku”, Nr ref. P/OZ/OD/6/17).
- **Wykonawca zobowiązany jest dostarczyć wykaz surowca do przygotowania dań i potraw z uwzględnieniem alergenów i odpowiednich składników zaczynając od produktów dominujących oraz spis receptur wraz z gramówką do przygotowania dań i potraw dla 1 osoby.**
- Do śniadania i kolacji Zamawiający zastrzega sobie serwowanie masła o zawartości tłuszczu 82%
- W dostarczanych posiłkach dominować powinny produkty zbożowe z pełnego przemiału. Pieczywo mieszane, pokrojone (graham, żytnie, pszenne), oraz różnego rodzaju kasze.

Wykonawca każdorazowo przedstawia jadłospis dekadowy do zatwierdzenia pełnomocnikowi dyrektora ds. zarządzania jakością zgodnie z § 2 ust. 2 lit. t. umowy na 5 dni roboczych przed wprowadzeniem jadłospisu do realizacji.

Jadłospis dekadowy może powtórzyć się 1 raz na 4 tygodnie.

Wykonawca przedłoży przed dniem podpisania umowy program żywienia i dystrybucji posiłków opracowany na podstawie aktualnych wytycznych Instytutu Żywności i Żywienia dla żywienia zbiorowego w szpitalach zawierający:

- a) modelową rację pokarmową wyrażoną w produktach dla dorosłych,
- b) modelową rację pokarmową wyrażoną w produktach dla dzieci w wieku od 13 do 36 miesiąca życia,
- c) schemat żywienia dzieci w pierwszym roku życia,

Wykonawca zobowiązany jest przedłożyć przed dniem podpisania umowy:

- a) sposób oceny jakości zdrowotnej oferowanych posiłków tzn. sposób kontroli i oceny wykonującego usługę kaloryczności potraw oraz higieny pomieszczeń i wyposażenia kuchni,
- b) sposób w jaki będzie dokonywana kontrola wewnętrzna w obszarze zapewnienia bezpieczeństwa żywności i żywienia pacjentów tj. procedura analizy zagrożeń i krytycznych punktów kontroli wraz ze sposobem dokumentowania i jej zgodność z obowiązującym regulacjami prawnymi,

Zamawianie posiłków odbywać się będzie w następujący sposób:

Codziennie do godziny 7.10 osoba odpowiedzialna z oddziału zgłaszać będzie zapotrzebowanie ilościowe posiłków na dany dzień. Do godziny 11.00 z oddziału będzie przekazywana do kuchni informacja o wypisanych i nowo przyjętych pacjentach tj. korekta zamawianej liczby diet posiłków obiadowych, a do godziny 16.00 korekta zamawianej liczby diet na kolację.

Wykonawca zagwarantuje możliwość zmiany ilości zamawianych posiłków w zależności od ilości hospitalizowanych.

Przygotowywanie posiłków obejmuje:

- trzy posiłki / śniadanie, obiad, kolacja/ dla pacjentów dorosłych o dietach normalnych
- pięć posiłków / I śniadanie, II śniadanie, obiad, podwieczorek, kolacja/ dla dzieci powyżej 1 roku życia,
- pięć posiłków / I śniadanie, II śniadanie, obiad, podwieczorek, kolacja/ dla diety cukrzycowej, wrzodowej, położniczej w tym ciężarnych
- dla niemowląt / dzieci poniżej 1 roku życia/ opis posiłków poniżej / kuchenka mleczna/

Wydawanie posiłków odbywać się będzie w godzinach:

- | | |
|--------------------|---------------|
| - śniadanie I i II | 7.30 – 8.30 |
| - obiad | 12.30 -13.30 |
| - kolacja | 17.30 - 18.00 |

wg harmonogramu Zamawiającego (Harmonogram wydawania posiłków z kuchni na oddziały szpitalne), który zostanie przekazany Wykonawcy w dniu rozpoczęcia realizacji umowy. Zamawiający zastrzega sobie prawo zmian w ww. harmonogramie.

Szacunkowe miesięczne zapotrzebowanie na całodobowe żywienie wynosi około **172 (osobodni)**.

- Posiłki dostarczane będą na podstawie pisemnego dziennego zapotrzebowania z podziałem na oddziały i rodzaje diet, składanego przez upoważnionego przedstawiciela, wyznaczonego ze strony szpitala i dostarczone Wykonawcy do godziny 7:10 w dniu realizacji zamówienia.

Wykonawcę zobowiązuje się do:

- przyjmowania korekt diet i ilości żywionych pacjentów w dniu ich realizacji
- zapewnienia przygotowania posiłków z uwzględnieniem diet stosowanych w SP ZOZ w Przeworsku wg Procedury Zakładowej „Receptura potraw i posiłków w SP ZOZ w Przeworsku” wraz z Załącznikiem Nr 1 Nomenklatura diet SP ZOZ w Przeworsku , Nr ref. P/OZ/OD/7/17

Nomenklatura diet SP ZOZ w Przeworsku

1. Dieta podstawowa
2. Dieta bogatoresztkowa
3. Dieta łatwo strawna (lekkostrawna)
4. Dieta łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu (niskotłuszczowa)
5. Dieta łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa, żołądkowa)
6. Dieta łatwo strawna o zmienionej konsystencji (papkowata, płynna, kleikowa).
7. Dieta ubogoenergetyczna (niskokaloryczna)
8. Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych (niskocholesterolowa)
9. Dieta łatwo strawna bogatobiałkowa
10. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)
11. Dieta łatwo strawna niskobiałkowa
12. dieta dla dzieci od 1 – 3 lat
13. dieta dla dzieci od 4 – 16 lat

W przypadku zaleceń specjalnych wydanych przez lekarzy dopuszcza się możliwość zamawiania innych diet niż wyżej wymienione.

Kuchnia mleczna

- Dla niemowląt ilość posiłków zależy od wieku, sposobu karmienia (naturalne / sztuczne), jednostki chorobowej dziecka.
- Model żywienia powinien być zgodny z aktualnymi wytycznymi Instytutu Matki i Dziecka oraz Instytutu Żywności i Żywienia.
- **W 2018 r wydano z kuchenki mlecznej posiłki, dla 2372 dzieci tj. herbata 1800 sztuk butelek, mieszanki mleczne 100 sztuk butelek, obiady 500, deserki 500**
- Wydawanie posiłków z kuchenki mlecznej odbywać się będzie w porozumieniu z kierownikiem oddziału dziecięcego.
- Butelki do przewożenia posiłków zapewnia Wykonawca, natomiast smoczki dostarcza Zamawiający.

Dla niemowląt ilość posiłków zależy od wieku, sposobu karmienia (naturalne/sztuczne), jednostki chorobowej dziecka. Model żywienia powinien być zgodny z aktualnymi wytycznymi Instytutu Matki i Dziecka oraz Instytutu Żywności i Żywienia. **Zadaniem Wykonawcy jest przygotowanie w Kuchence Mlecznej mleka modyfikowanego, diet eliminacyjnych w ilości 100 butelek/rok oraz herbaty słodzonej glukozą w ilości 1800 butelek/rok, produkty spożywcze specjalnego przeznaczenia żywieniowego (obiady, deserki) w ilości 500 szt/rok.**

Rodzaj zamawianych mieszanek i produktów spożywczych specjalnego przeznaczenia żywieniowego przedstawia załącznik nr 2.

- Mleka modyfikowane i produkty spożywcze specjalnego przeznaczenia żywieniowego (obiady) będą dostarczane do Oddziału Dziecięcego 1 raz dziennie w porze obiadu.
- **Miejsce dostarczania posiłków – kuchenka oddziałowa w obecności osoby odpowiedzialnej za odbiór mieszanek.**
- Wykonawca będzie przygotowywał w Kuchence Mlecznej mleko modyfikowane zgodnie z zaleceniami Instytutu Żywienia i Żywności oraz Instytutu Matki i Dziecka.
- Wykonawca zobowiązany jest do dystrybucji w systemie zapewniającym właściwą ochronę oraz odpowiednią temperaturę przy pomocy odpowiednich środków transportu przystosowanych do przewozu mieszanek. **W pojemnikach termoizolacyjnych o temperaturze wewnętrznej od 0**

do +4^o Celsjusza. W pojemniku powinien znajdować się termometr umożliwiający kontrolę temperatury.

- Wykonawca zużyte butelki niemowlęce będzie odbierał 1 x dziennie. Za mycie dezynfekcję i sterylizację odpowiada Wykonawca zabezpieczając Zamawiającego w zamykane pojemniki.
- Dystrybucja mleka modyfikowanego z miejsca produkcji do oddziału realizowana będzie przez Zamawiającego na jego koszt.
- Wykonawca zobowiązany jest do przygotowania mleka modyfikowanego z własnych produktów.
- **Dostarczane mleko modyfikowane dla niemowląt powinno być przygotowane w butelkach szklanych z podziałką, przystosowanych do gumowych smoczków i zamkniętych w systemie jałowym. Wyprodukowana mieszanka będzie bezpieczna 24 h od chwili zakończenia produkcji. Pobieranie i postępowanie z próbkami żywności (mlek modyfikowanych) leży po stronie Wykonawcy**

Dystrybucja posiłków

- Dystrybucja posiłków powinna odbywać się z zachowaniem zasad sanitarno – epidemiologicznych.
- Wykonawca zapewni profesjonalne wózki w ilości zapewniającej należyte wykonanie usługi., służące do rozwożenia posiłków na oddziały szpitalne i podtrzymujące odpowiednią temperaturę.
- Wykonawca zapewni możliwość szybkiego podgrzania posiłków dla pacjentów, którzy aktualnie przebywają na badaniach diagnostycznych.
- Dystrybucja posiłków z pomieszczeń ich przygotowania odbywać się będzie z wykorzystaniem personelu Zamawiającego

Zasady przygotowywania i dostarczania posiłków:

- Posiłki będą przygotowywane pod nadzorem dietetyka zatrudnionego przez Wykonawcę.
- Wykonawca przygotowywać będzie posiłki z zakupionych przez siebie produktów, a Zamawiający będzie miał prawo kontroli, czy produkty wykorzystywane przez Wykonawcę odpowiadają potrzebom żywienia szpitalnego.
- Posiłki będą odpowiednio zbilansowane, pod względem wartości kalorycznej, odżywczej, oraz grup produktów.
- Posiłki będą urozmaicone, pod względem barwy, smaku, doboru produktów.
- Wszystkie diety zostaną przygotowane z zachowaniem zasad diety łatwostrawnej będącej dietą wyjściową dla wielu schorzeń, poprzez jej modyfikacje.
- Wszystkie jogurty kefir, maślanki sery, dżemy, miód, powinny być dostarczone w jednostkowych opakowaniach.
- Jadłospis dekadowy z wyszczególnieniem wszystkich aktualnych diet gramatury i kaloryczności potraw ma być dostarczany do wglądu Zamawiającemu najpóźniej na 5 dni roboczych, przed jego realizacją w celu weryfikacji i naniesienia ewentualnych poprawek przez dietetyków Zamawiającego. Zamawiający zastrzega sobie prawo do weryfikacji jadłospisów pod względem ilościowym i jakościowym.
- Jadłospis dzienny, dostarczony przez Wykonawcę wraz z dostawą pierwszego śniadania, musi posiadać wykaz wszystkich składników lub substancji pomocniczych powodujących alergię lub

reakcje nietolerancji oraz wykaz składników, wartości odżywczych i energetycznych jak i określoną wielkość porcji oraz jadłospis ten musi zawierać gramaturę oraz wyszczególnienie zawartych w potrawach składników pokarmowych, a także informację o ich kaloryczności z uwzględnieniem całodziennego podsumowania. Jadłospis musi być opatrzony podpisem dietetyk Wykonawcy.

- Posiłki dostarczane są na podstawie pisemnego dziennego zapotrzebowania z podziałem na oddziały i rodzaje diet składanego przez upoważnionego przedstawiciela Zamawiającego
- Przygotowanie posiłków dla hospitalizowanych pacjentów dorosłych i dzieci, przy bezwzględny przestrzeganiu zaleceń Głównego Inspektora Sanitarnego oraz zaleceń Instytutu Żywności i Żywienia.
- Zapewnienie produkcji i dystrybucji posiłków zgodnie z zasadami Dobrej Praktyki Produkcyjnej i Dobrej Praktyki Higienicznej (GMP/GHP) oraz zgodnie z wdrożonym systemem jakości HACCP.
- Wykonawca zobowiązany jest do stosowania i uwzględniania sugestii i uwag Zamawiającego w zakresie planowanych produktów i potraw. W przypadku konieczności zmian w jadłospisie Wykonawca ma obowiązek przedłożenia w ciągu dwóch dni nowej wersji jadłospisu, uwzględniający zgłoszone poprawki.

Zapewnienie całodziennego wyżywienia przez 7 dni w tygodniu z uwzględnieniem następujących wymogów:

- a) posiłki powinny być urozmaicone, muszą charakteryzować się wysoką jakością, posiadać właściwe walory estetyczne i smakowe oraz odpowiednią temperaturę.
 - b) dostarczania w codziennych jadłospisach dwóch porcji mleka lub produktów mlecznych oraz dodatki warzywne do trzech posiłków w tym śniadań i kolacji.
 - c) uwzględnienia w jadłospisach produktów zbożowych z pełnego przemiału
 - d) zupy o odpowiedniej gęstości,
 - e) dla oddziału pediatrycznego posiłki dostosowane dla dzieci małych- 1-3lat, i powyżej 4 roku życia,
 - f) ziemniaki dobrze potłuczone, bez czarnych nie usuniętych elementów, równomiernie posolone i ugotowane.
 - g) uwzględnienie wędlin różnych gatunków, dla dzieci chude wędliny drobiowe i wieprzowe.
 - h) uwzględnienie masła o zawartości tłuszczu mlecznego minimum 82% w żywieniu pacjentów
 - i) drugie śniadania uwzględniające tylko jogurty dobrej jakości (owocowe i naturalne), serki waniliowe, owoce
 - j) podwieczorki dla pacjentów uwzględniające desery jak; budyń z owocami lub sokiem, kisiel, galaretka z owocami, biszkopty lub herbatniki, ciasto drożdżowe, jabłko pieczone z dżemem,
 - k) posiłki przygotowywane na bazie świeżych i naturalnych produktów
- Wykonawca zobowiązany jest do sporządzania jadłospisów dziennych i dostarczania ich wraz z posiłkiem porannym na oddziały szpitalne, z zastrzeżeniem, iż jadłospisy te muszą być zgodne z jadłospisami dekadowymi. Jadłospisy muszą zawierać obliczenia wartości odżywczych (energia, składniki odżywcze, alergeny), ilości produktów zaplanowanych do realizacji jadłospisów tzw. gramówkę wraz z miarami gospodarczymi. Muszą także uwzględniać sezonowość produktów oraz tradycyjność potraw w okresie świąt, np. Bożego Narodzenia, Wielkanocy.
 - Sporządzanie jadłospisów dekadowych przez dietetyka Wykonawcy dla diety podstawowej, łatwostrawnej, z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i diety łatwostrawnej z ograniczeniem tłuszczu z możliwością jej modyfikacji z uwzględnieniem uwag

Zamawiającego. Jadłospisy dekadowe akceptowane będą przez dietetyka Zamawiającego. Jadłospisy dekadowe z wykazem produktów, podaną ilością produktów potrzebnych do przygotowania posiłku wyrażoną w (g) oraz obliczoną wartością odżywczą (białko, tłuszcze, węglowodany, błonnik) i kaloryczną będą przekazywane do akceptacji na 5 dni roboczych przed jego realizacją.

- Zamawiający zastrzega sobie możliwość zmiany jadłospisów po przedstawieniu wyników, przeprowadzanego raz w roku badania ankietowego satysfakcji pacjentów, dotyczącego m.in. oceny jakości posiłków

15. Wykonawca jest odpowiedzialny za procesy mycia i dezynfekcji termosów, wózków do transportu żywności, utrzymanie właściwego poziomu sanitarnego usługi żywienia oraz jakość oferowanych posiłków, tj. ich właściwe walory smakowe, organoleptyczne, estetyczne, czystość mikrobiologiczną dostarczanych potraw, dobór właściwych surowców i właściwych procesów technologicznych oraz zapewnienie temperatury posiłków dostarczonych na oddziały szpitalne, tj.:

- co najmniej 75°C - dla zup,
- co najmniej 63°C - dla drugich dań,
- co najmniej 80°C – dla gorących napojów,
- poniżej 4°C – sałatki, surówki, sosy i inne potrawy serwowane na zimno przy czym dopuszczalny jest ubytek temperatury z tolerancją do 10%.

Pozostałe szczegółowe obowiązki Wykonawcy:

- Przygotowanie posiłków odbywać się będzie w pomieszczeniach Wykonawcy, które należy utrzymywać w zgodzie z aktualnymi aktami prawnymi.
- Wykonawca zobowiązany jest zapewnić standard żywienia obowiązujący w szpitalnictwie z uwzględnieniem możliwości realizacji odpowiednich diet oraz zapewnić odpowiedni skład i kaloryczność posiłków w oparciu o system HACCP zgodnie z ustawą z dnia 25 sierpnia 2006 r. o bezpieczeństwie żywności i żywienia (Tekst jednolity z dn. 29 czerwca 2010 r. Dz. U. nr 136, poz. 914 ze zm.) oraz stosownie do wykazu norm dziennych racji pokarmowych dla zakładów służby zdrowia opracowanych przez Instytut Żywności i Żywienia w Warszawie oraz weźmie odpowiedzialność za przestrzeganie obowiązujących aktów prawnych.
- Wykonawca zobowiązany jest przedłożyć sposób w jaki będzie dokonywana kontrola wewnętrzna w obszarze zapewnienia bezpieczeństwa żywności i żywienia pacjentów tj. procedura analizy zagrożeń i krytycznych punktów kontroli wraz ze sposobem dokumentowania i jej zgodność z obowiązującymi regulacjami prawnymi.
- Do Wykonawcy będzie należał obowiązek pobierania i przechowywania próbek potraw każdej składowej części, wydanych dla Zamawiającego. Próbkę potraw będą pobierane i przechowywane zgodnie z obowiązującymi przepisami określonymi w ustawie z dnia 25 sierpnia 2006 r. o bezpieczeństwie żywności i żywienia (Dz.U.06.171.1225 z zm.) i w aktach wykonawczych wydanych w tej sprawie.
- **Zamawiający co najmniej raz w roku może zlecić dokonanie badań kaloryczności posiłków przez Sanepid. W przypadku nieprawidłowości kosztami badania obciążony będzie Wykonawca po wykonania w/w badania.**
- Wykonawca zobowiązany jest zabezpieczyć odpowiednią ilość naczyń transportowych, w dobrym stanie technicznym i utrzymanych w należytej czystości. Pojemniki (GN) mają posiadać nowe nie zużyte uszczelki, zapewniające utrzymanie należytej temperatury i czystości

termosów podczas transportu. Wszystkie pojemniki powinny być opisane rodzajem diety, nazwą oddziału i ilością porcji podaną w zamówieniu.

- Wykonawca zobowiązany jest do odbierania i mycia pojemników i termosów na własny koszt i zobowiązuje się do zastosowania środków myjących, czyszczących i dezynfekujących posiadających atest PZH.
- Odbiór (w pojemnikach dostarczonych przez Wykonawcę) i utylizacja resztek pokarmowych leży po stronie Wykonawcy.
- Wykonawca ponosi odpowiedzialność cywilną w przypadku zawnionych prze niego zatruc, bądź innych powikłań wynikających bezpośrednio ze spożycia posiłków złej jakości.
- W przypadku stwierdzenia nieprawidłowości Wykonawca ponosi pełną odpowiedzialność za zachowanie ciągłości żywienia pacjentów.
- W przypadku braku możliwości wywiązania się przez Wykonawcę z obowiązku przygotowania posiłków dla pacjentów, Wykonawca zobowiązany będzie na swój koszt i ryzyko, dostarczyć we właściwym czasie wyżywienia, zgodnie z zapotrzebowaniem dziennym, przez osobę trzecią, bez ponoszenia dodatkowych kosztów przez Zamawiającego.
- **W przypadku stwierdzenia wad w realizacji zamówienia Zamawiający informuje niezwłocznie Wykonawcę o zaistniałym fakcie, natomiast Wykonawca jest zobowiązany do załatwienia reklamacji do 30 minut po otrzymaniu zgłoszenia.**
- Wykonawca umożliwi Zamawiającemu wgląd w sposób i miejsce przygotowywania posiłków. Bieżące i planowe kontrole ze strony Szpitala nad prawidłowością żywienia sprawować będzie Zamawiający realizował zgodnie z wewnętrznymi procedurami przeprowadzania auditów obowiązujących w SP ZOZ w Przeworsku poprzez :
 - a) pielęgniarkę epidemiologiczną - w zakresie stosowania norm higieniczno – epidemiologicznych. Celem kontroli będzie – sprawdzanie stanu sanitarno-epidemiologicznego wszystkich pomieszczeń i sprzętów kuchni głównej i kuchni mlecznej wg rocznego harmonogramu.
 - b) przez wyznaczonego przedstawiciela Zamawiającego - w zakresie odpowiedniego przygotowania, dystrybucji i temperatury posiłków, zgodności ilościowej wydawanych porcji z ilością zamawianych oraz jakości pod względem walorów smakowych, estetycznych i urozmaicenia diet.
 - c) audyty u Wykonawcy w zakresie przygotowania i dystrybucji posiłków odbywać się będą przez wyznaczonych auditorów Zamawiającego.
- Wykonawca ponosić będzie odpowiedzialność za udowodnione szkody powstałe u Zamawiającego w związku z prowadzoną przez Wykonawcę działalnością.
- Wykonawca ponosić będzie pełną odpowiedzialność prawną i materialną wobec organów kontroli w zakresie wykonywanej usługi.

Nr 1. B

Klasyfikacja diet SP ZOZ w Przeworsku

- I. Dieta podstawowa
- II. Dieta bogatoresztkowa
- III. Dieta łatwo strawna (lekkostrawna)
- IV. Dieta łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu (niskotłuszczowa)
- V. Dieta łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa, żołądkowa)
- VI. Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych (niskocholesterolowa)
- VII. Dieta łatwo strawna bogatobiałkowa
- VIII. Dieta łatwo strawna niskobiałkowa
- IX. Dieta ubogoenergetyczna (niskokaloryczna*)
- X. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)
- XI. Dieta łatwo strawna o zmienionej konsystencji (papkowata, płynna, kleikowa)
- XII. Żywnienie kobiet w ciąży i karmiących
- XIII. Żywienia sztuczne niemowląt
- XIV. Model żywienia niemowląt karmionych piersią
- XV. Wartości odżywcze diety dzieci 1-3 lat
- XVI. Dieta Podstawowa Pediatryczna Dzieci 4 – 16 lat

Nr 1. C**I. Dieta podstawowa****1. Charakterystyka**

W diecie podstawowej dozwolone są wszystkie produkty i potrawy oraz wszystkie techniki sporządzania posiłków. Różnorodność produktów w diecie daje lepszą możliwość zapewnienia organizmowi niezbędnych składników odżywczych. Podczas planowania diety należy uwzględnić różnorodne techniki przygotowywania potraw, ograniczając potrawy smażone z dużą ilością tłuszczu (zwłaszcza zwierzęcego) oraz sól i słodycze. Dieta podstawowa powinna być pełnowartościowa, smacznie przyrządzona, atrakcyjnie zestawiona. Posiłki należy podawać chorym regularnie, codziennie o tych samych godzinach.

2. Zastosowanie

Dieta podstawowa stosowana jest u osób nie wymagających żywienia dietetycznego. Dieta ta stanowi podstawę do planowania diet leczniczych.

3. Zalecane normy i odchylenia od norm

Zalecane normy	Odchylenia od norm
Energia – przyjęto średnie normy dla kobiet (1800 kcal) i mężczyzn (2270 kcal) o małej aktywności fizycznej. W założeniu diety przyjęto średnią zaokrągloną wartość około 2000 kcal (wg L. Szponar i wsp., IŻŻ).	
Białko ogółem - 75-80 g	> 73g; <82g
Tłuszcz – 65 g	>63g; <67g
Węglowodany - 275g	>273g; <277g
Błonnik pokarmowy -30-40g	>30; <40

Białko ogółem – 15,5% sumy dobowego zapotrzebowania energetycznego.

Tłuszcz – 29,5% sumy dobowego zapotrzebowania energetycznego.

Węglowodany – 55% sumy dobowego zapotrzebowania energetycznego.

Dzienna racja pokarmowa produktów spożywczych

1. Produkty zbożowe - 220 g

- pieczywo mieszane - 215g
- mąka makaron - 30 g
- kasze, płatki - 30g

2. Warzywa i owoce - 975g

- warzywa bogate w Wit. C - 100 g
- warzywa bogate w karoten - 100 g
- pozostałe warzywa - 200 g
- ziemniaki - 275 g
- suche nasiona strączkowe – 10g:
- owoce bogate w Wit. C – 100 g
- owoce bogate w karoten - 50 g
- pozostałe owoce - 150 g

3. Mleko i produkty mleczne - 850 g

- mleko i mleczne napoje fermentowane – 400 g

- ser twarogowy - 45 g
- sery podpuszczkowe -15 g
- 4. Mięso, drób, wędliny, ryby, jaja - 135 g
 - mięso, drób, (bez kości) – 70 g
 - wędliny - 25 g
 - ryby - 20 g
 - jaja - 15 g
- 5. Tłuszcze - 45 g
 - zwierzęce – masło, śmietana - 20g
 - roślinne – olej, oliwa, margaryna miękka - 20 g
- 6. Cukier i słodczyce - 45 g

Na zlecenie lekarza dietę modyfikuje się w zależności od indywidualnych zaleceń żywieniowych dla danego pacjenta w celu zbilansowania kaloryczności oraz poziomu poszczególnych składników dla tej diety stosowanej w procesie żywienia pacjenta

II. Dieta bogatoresztkowa

1. Charakterystyka

Dieta bogatoresztkowa jest modyfikacją żywienia racjonalnego ludzi zdrowych, czyli diety podstawowej. Modyfikacja polega na zwiększeniu ilości błonnika pokarmowego frakcji nierozpuszczalnych i płynów. W diecie bogatoresztkowej stosowanej w zaparciach produkty z dużą ilością błonnika pokarmowego należy stopniowo zwiększać do 40-50g/dobę. W diecie bogatoresztkowej ważną rolę odgrywają suszone owoce. W diecie dozwolone są wszystkie techniki sporządzania potraw.

2. Zastosowanie

Dieta bogatoresztkowa jest stosowana w zaparciach nawykowych, w postaci anatomicznej oraz w zaburzeniach czynnościowych jelit.

3. Zalecane normy i odchylenia od norm

Zalecane normy	Odchylenia od norm
Energia – 2000 kcal	>1900; <2100
Białko ogółem – 70-75 g	>68g; >77g
Tłuszcz – 65 g	>63g; <67g
Węglowodany - 280g	>278g; <282g
Błonnik pokarmowy > 40g	Nie mniej niż 40g

Białko ogółem – 14,5% sumy dobowego zapotrzebowania energetycznego.

Tłuszcz – 29,5% dobowego zapotrzebowania energetycznego.

Węglowodany – 56% dobowego zapotrzebowania energetycznego.

Dzienna racja pokarmowe produktów spożywczych

1. Produkty zbożowe - 220 g
 - pieczywo razowe – 215 g
 - mąka, makaron razowy – 30 g
 - kasze, płatki gruboziarniste – 30 g
2. Warzywa i owoce - 1025 g

- warzywa bogate w wit. C – 100 g
- warzywa bogate w karoten – 100g
- pozostałe warzywa - 200 g
- ziemniaki - 250 g
- suche strączkowe - 0 g
- owoce bogate w Wit . C - 100 g
- owoce bogate w karoten - 50 g
- pozostałe owoce - 100 g
- śliwki suszone - 20-40 g
- 3. Mleko i produkty mleczne – 800 g
 - mleko i mleczne napoje fermentowane – 500 g
 - ser twarogowy – 30 g
 - sery podpuszczkowe -15 g
- 4. Mięso, drób, wędliny, ryby, jaja – 115 g
 - mięso, drób, (bez kości) – 50g
 - wędliny - 25 g
 - ryby – 20g
 - jaja - 15g
- 5. Tłuszcze - 45 g
 - zwierzęce – masło ,śmietana - 20g
 - roślinne – olej, oliwa - 25g
- 6. Cukier i słodczyce - 45 g

Na zlecenie lekarza dietę modyfikuje się w zależności od indywidualnych zaleceń żywieniowych dla danego pacjenta w celu zbilansowania kaloryczności oraz poziomu poszczególnych składników dla tej diety stosowanej w procesie żywienia pacjentów

Produkty i potrawy zalecane i przeciwwskazane w diecie bogatoresztkowej.

Dieta Bogatoresztkowa		
Produkty i potrawy	Zalecane	Przeciwwskazane
Napoje	Mleko 2% tłuszczu, jogurt, kefir, mleko ukwaszone, maślanka, serwatka, kawa zbożowa, soki owocowe i warzywne, napoje owocowo-mleczne i warzynno-mleczne, herbata owocowa, ziołowa, wody mineralne, woda przegotowana z miodem	Napoje czekoladowe, mocna herbata, alkohol, zbyt kwaśne mleko, napar z czarnych suszonych jagód, wytrawne wino czerwone, wody gazowane, kawa naturalna
Pieczywo	Pieczywo z pełnego ziarna, bułki grahamki, pieczywo chrupkie,	Pieczywo świeże
Dodatki do pieczywa	Twaróg, chude wędliny drobiowe, chuda szynka, dżemy, marmolada, miód, pasztet, masło, margaryny miękkie, ryby wędzone chude	Wędliny bardzo tłuste, tłuste konserwy mięsne
Zupy i sosy gorące	Mleczne, owocowe, jarzynowe, krupnik, zupy czyste na wywarach mięsnych i grzybowych	Zupy z warzyw wzdymających, strączkowych, kapustnych, bardzo tłuste, zawiesiste, na wywarach kostnych, ryżowa podprawiana mąką ziemniaczaną
Dodatki do zup	Bułki, grzanki, kasze, ziemniaki, lane ciasto, kluski biszkoptowe, makaron i groszek ptysiowy	Ryż, krokiety z kapustą, groch, fasola
Mięso, podroby, drób i ryby	Chude gatunki mięs: cielęcina, schab, królik, indyk, kurczak, gołąb, perliczka, sandacz, szczupak, karp, lin, flądra,	Bardzo tłuste gatunki mięs: wieprzowina, baranina, mięsa smażone w dużych ilościach

	dorsz, pstrąg, morszczuk, mintaj, makrela, sola, karmazyn, tuńczyk, sardynka. Potrawy gotowane- pulpety, potrawki duszone, pieczone.	tłuszczu,
Potrawy półmieszne i bez mięsne	Budynie z mięsa i kasz, z warzyw, makaron z mięsem, makaron z owocami, leniwe pierogi, pierogi z mięsem, z owocami, papryka faszerowana, kluski ziemniaczane, zapiekanki, naleśniki z mięsem, lecho, tarta jarzynowa, lasgania z mięsem i warzywami	Potrawy z fasoli, grochu, z ryżu, z dodatkiem mąki ziemniaczanej i warzyw kapustnych
Tłuszcze	Oleje zawierające WNKT: słonecznikowy, sojowy, kukurydziany, oleje zawierające JNKT: rzepakowy, oliwa z oliwek, masło, margaryny miękkie	Smalec, słonina, margaryny twarde, olej palmowy
Warzywa	Warzywa świeże, mrożone, buraki, papryka, pomidory szpinak, sałata, pietruszka, seler, rabarbar, warzywa w postaci soków, surówek, gotowane	Suche nasiona roślin strączkowych, pozostałe warzywa kapustne, ogórki świeże
Ziemniaki	Gotowane, pieczone	Smażone w dużej ilości tłuszczu, frytki, krążki, placki
Owoce	Świeże, suszone, konserwowane, orzechy włoskie, laskowe, owoce w postaci surówek, soków, gotowane	czereśnie
Desery	Kompoty, galaretki owocowe, mleczne, musy, kremy, przeciery owocowe, ciasta, ciasteczka biszkoptowe, keksy z dodatkiem otręb	Kisiele, czekolada, kakao, batony, ciasta z dodatkiem kakao
Przyprawy	Kwas mlekowy, kwasek cytrynowy, koperek zielony, pietruszka, jarzynka, kminek, majeranek, gałka muszkatołowa, liść laurowy, ziele angielskie, sól do 5g/dobę, papryka słodka, pieprz ziółowy, curry	ocet

III. Dieta łatwo strawna (lekkostrawna)

1. Charakterystyka

Dieta łatwo strawna jest modyfikacją żywienia racjonalnego ludzi zdrowych. Powinna pokryć zapotrzebowanie energetyczne energetycznie i dostarczyć takiej samej ilości składników pokarmowych, jak dieta podstawowa. Podstawą tej diety jest ograniczenie, a nawet wykluczenie produktów i potraw tłustych, smażonych, pieczonych w tradycyjny sposób, długo zalegających w żołądku, wzdymających, ostro przyprawionych. W diecie łatwo strawnej należy zmniejszyć podaż błonnika pokarmowego. Posiłki należy spożywać regularnie w określonych godzinach i w niewielkich objętościach. Metody sporządzania potraw w diecie łatwo strawnej to: gotowanie w wodzie i na parze, duszenie i pieczenie bez tłuszczu, podprawianie potraw w zawieszynie z mąki i mleka lub śmietany.

2. Zastosowanie

W chorobach gorączkowych, w niektórych chorobach przewodu pokarmowego, w wyrównanych chorobach nerek i dróg moczowych oraz w podeszłym wieku.

Zalecane normy i odchylenia od norm

Zalecane normy	Odchylenia od norm
Energia – 2000 kcal	> 1900; < 2100
Białko ogółem – 75-80g	> 73g; < 82g
Tłuszcze - 65g	>63g; < 67g
Węglowodany – 275g	>273g; <277g
Błonnik pokarmowy < 25g	Nie mniej niż 25g

Białko ogółem – 15,5% sumy dobowego zapotrzebowania energetycznego.

Tłuszcz – 29,5% sumy dobowego zapotrzebowania energetycznego.

Węglowodany – 55% sumy dobowego zapotrzebowania energetycznego.

1. Produkty zbożowe - 210 g

- pieczywo pszenne - 200 g

- mąka, makaron – 30 g

- kasze - 30 g

2. Warzywa i owoce

- warzywa bogate w Wit.C – 100g

- warzywa bogate w karoten – 100 g

- pozostałe warzywa – 200 g

- ziemniaki - 250 g

- rośliny strączkowe suche - 0

- owoce bogate w Wit.C - 100g

- owoce bogate w karoten – 50g

- pozostałe owoce 150g

3. Mleko i produkty mleczne - 850 g

- mleko i mleczne napoje fermentowane - 500 g

- ser twarogowy półtłusty - 50g

4. Mięso, drób, wędliny, ryby, jaja - 135 g

- mięso, drób (bez kości) - 70 g

- wędliny - 25 g

- ryby - 20 g

- jaja - 15 g

5. Tłuszcze - 45 g

- zwierzęce – masło, śmietana - 25g

- roślinne -olej, oliwa - 20g

6. cukier, słodczyce - 45g

Na zlecenie lekarza dietę modyfikuje się w zależności od indywidualnych zaleceń żywieniowych dla danego pacjenta w celu zbilansowania kaloryczności oraz poziomu poszczególnych składników dla tej diety stosowanej w procesie żywienia pacjentów.

Produkty i potrawy zalecane i przeciwwskazane w diecie łatwo strawnej.

Dieta łatwo strawna		
Produkty i potrawy	Zalecane	Przeciwwskazane
Napoje	Mleko z zawartością 2% i poniżej tłuszczu, kawa zbożowa z mlekiem, herbata z mlekiem, słaba herbata, herbata owocowa, ziołowa, soki owocowe, warzywne, napoje mleczno-owocowe, mleczno-warzywne, wody niegazowane, jogurt niskotłuszczowy, kefir, maślanka, serwatka	Alkoholowe, mocne kakao, płynna czekolada, mocna kawa, mocna herbata, wody gazowane, pepsi, coca-cola
Pieczysto	Chleb pszenny, bułki, biszkopt, pieczywo cukiernicze	Chleb żytni świeży chleb razowy, pieczywo chrupkie żytnie, pieczywo z otrębami
Dodatki do pieczywa	Masło, chudy twaróg, serek homogenizowany, mięso gotowane, chude wędliny, szynka, polędwica z drobiu	Tłuste wędliny, konserwy, salceson, kiszka, pasztetowa, smalec, tłuste sery dojrzewające, serek topiony, ser „Feta”, sery typu „Formage”
Zupy i sosy gorące	Rosół jarski, jarzynowa, ziemniaczana, owocowa, krupnik, podprawiane zawiesiną z mąki i mleka, mleczne; sosy łagodne – koperkowy, pomidorowy, owocowe ze słodką śmietaną	Tłuste, zawiesiste, na wywarach: mięsnych, kostnych, grzybowych, zasmażane, zaprawiane śmietaną, pikantne, z warzyw kapustnych, strączkowych, mocne rosoly, buliony, sosy – cebulowe, grzybowe
Dodatki do zup	Bułka, grzanki, kasza manna, jęczmienna, ryż, ziemniaki, lane ciasto, makaron, kluski biszkoptowe	Kluski kładzione, grube makarony, łazanki, nasiona roślin strączkowych, jaja gotowane na twardo
Mięso, podroby, drób i ryby	Chuda cielęcina, królik, kurczak, indyk, chude ryby – dorsz, karp, pstrąg, sola, morszczuk, sandacz, flądra, mintaj, potrawy gotowane – pulpety, budynie, potrawki	Tłuste gatunki, wieprzowina, baranina, gęsi, kaczkę, tłuste ryby – łosoś, sum, potrawy smażone z mięsa i ryb, marynowane, wędzone
Potrawy półmięsne i bez mięsne	Budynie z kasz, warzyw, makaronu, mięsa, risotto, leniwe pierogi, kluski biszkoptowe	Wszystkie potrawy smażone na tłuszczu, np. placki ziemniaczane, kotlety, krokiety oraz bigos, fasolka po bretońsku
Tłuszcze	Dodawane na surowo – olej sojowy, słonecznikowy – z NNKT, olej rzepakowy, oliwa z oliwek – z JNKT, masło	Smalec, słonina, boczec, margaryny twarde

Warzywa	Młode, marchew, dynia, pietruszka, seler, pomidor, potrawy gotowane, rozdrobnione lub przetarte, z wody, podprawiane zawiesiną, oprószane, surowe soki	Warzywa kapustne, cebula, czosnek, pory, suche nasiona roślin strączkowych, ogórki, rzepa, kalarepa, w postaci surówek grubo startych, sałatek z majonezem i musztardą, warzywa marynowane, solone
---------	--	--

Ziemniaki	Gotowane, pieczone	Smażone z tłuszczem, frytki, krążki
Owoce	Dojrzałe, soczyste – jagodowe i winogrona bez pestek, cytrusowe, brzoskwinie, morele, banany, jabłka pieczone, gotowane	Gruszki, daktyle, czereśnie, owoce marynowane
Desery	Kisiele, budynie, galaretki, kompoty, musy, soki owocowe, przeciery owocowe	Tłuste ciasta, torty, desery z używkami, czekolada, batony, lody, słodycze zawierające kakao, orzechy
Przyprawy	Kwasek cytrynowy, sok z cytryny, cukier, pietruszka, koperek, majeranek, melisa	Ostre – ocet, pieprz, papryka, chili, musztarda, gałka muszkatołowa, gorczyca, liść laurowy, curry

IV. Dieta łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu (niskotłuszczowa)

1. Charakterystyka

- Dieta łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu jest modyfikacją diety łatwo strawnej. Modyfikacja ta polega na zmniejszeniu produktów będących źródłem tłuszczu zwierzęcego oraz obfitujących w cholesterol. Zawartość tłuszczu w diecie zarówno pochodzenia roślinnego, jak i zwierzęcego powinna wynosić 30-50g/ dobę. Jest to tłuszcz znajdujący się w produktach (w mięsie, wędlinach, mleku, jajach) oraz tłuszcz dodawany do pieczywa i potraw. Należy pamiętać, że produkty białkowe dostarczają ponad połowę dziennej racji tłuszczu. Posiłki podaje się w małych objętościach, o umiarkowanej temperaturze.

3. Zastosowanie

W przewlekłym zapaleniu i kamicy pęcherzyka żółciowego oraz dróg żółciowych, w chorobach miąższu wątroby, w przewlekłym zapaleniu trzustki, we wrzodziejącym zapaleniu jelita grubego.

4. Zalecane normy i odchylenia od norm

Zalecane normy	Odchylenia od norm
Energia – 2000 kcal	>1900; <2100
Białko ogółem - 80-85g	> 78g; <87g
Tłuszcz – 35-40g	>33g; <42g
Węglowodany – 330g	>328g; <332g
Błonnik pokarmowy >20	Nie mniej niż 20g

Białko ogółem – 16,5% sumy dobowego zapotrzebowania energetycznego.

Tłuszcz – 17% sumy dobowego zapotrzebowania energetycznego.

Węglowodany – 66,5% sumy dobowego zapotrzebowania energetycznego

Dzienna racja pokarmowa produktów spożywczych

1. Produkty zbożowe - 250g
 - pieczywo pszenne – 230g
 - mąka, makarony, kasze – 40g
2. Warzywa i owoce - 1025g
 - warzywa bogate w Wit. C – 100g
 - warzywa bogate w karoten – 100g
 - pozostałe warzywa – 200g
 - ziemniaki - 275 g
 - owoce bogate w Wit. C - 150g
 - owoce bogate w karoten – 50g
 - pozostałe owoce – 150g
3. Mleko i produkty mleczne – 850 g
 - mleko i napoje fermentowane 1,5% - 500 g
 - sery twarogowy chudy – 50g
4. Mięso, drób, wędliny, ryby, jaja – 150g
 - mięso, drób (bez kości) – 70g
 - wędliny chude - 25g
 - ryby - 20g
 - jaja białko – 30g
5. Tłuszcze - 20g
 - zwierzęce - masło, śmietana – 10g
 - roślinne – olej, oliwa – 10g
6. Cukier i słodocze – 55g

Na zlecenie lekarza dietę modyfikuje się w zależności od indywidualnych zaleceń żywieniowych dla danego pacjenta w celu zbilansowania kaloryczności oraz poziomu poszczególnych składników dla tej diety stosowanej w procesie żywienia pacjentów.

Produkty i potrawy zalecane i przeciwwskazane w diecie łatwo strawnej z ograniczeniem tłuszczu

Dieta łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Produkty i potrawy	Zalecane	Przeciwwskazane
Napoje	Mleko, kefir i jogurt 1,5-0,5% tłuszczu, maślanka 0,5% tłuszczu, serwatka, kawa zbożowa z mlekiem z niską zawartością tłuszczu, herbata z mlekiem, słaba herbata, herbata owocowa, ziołowa, soki owocowo-warzywne, napoje mleczno-warzywne, wody niegazowane	Alkoholowe, kakao, płynna czekolada, kawa naturalna, mocna herbata, mleko pełnotłuste, kefir pełnotłusty, jogurt pełnotłusty, wody gazowane, pepsi, coca-cola
Pieczywo	Chleb pszenny- jasny i czerstwy, bułki, pieczywo półcukiernicze, biszkopty na białkach, sucharki	Chleb świeży, chleb żytni, chleb razowy, graham pszenny, pieczywo chrupkie, pieczywo pszenne razowe z dodatkiem słonecznika, soi, pieczywo z otrębami, pieczywo cukiernicze z dodatkiem tłuszczu,

		biskupki na całych jajach
Dodatki do pieczywa	Chudy twaróg (jeśli pacjent toleruje), chuda szynka, polędwica, polędwica z drobiu, mięso gotowane, ścięte białko jaja, dżemy bez pestek, marmolada, miód.	Tłuste wędliny, konserwy, salceson, kiszka, pasztetówka, smalec, tłuste sery dojrzewające, serek topiony, ser „Feta”, ser typu „Fromage”, dżemy z pestkami, jaja gotowane, jajecznicza z całych jaj, margaryny twarde, masło w większych ilościach
Zupy i sosy gorące	Rosół jarski, jarzynowe, ziemniaczane, przetarte owocowe, krupnik, podprawiane zawiesiną mąki i mleka, mleczne: sosy łagodne: warzywne, owocowe, zagęszczane zawiesiną mąki i mleka, mleczne na mleku odtłuszczonym,	Zupy tłuste, zawiesiste na: wywarach mięsnych, kostnych, grzybowych, zasmażane, zaprawiane śmietaną, pikantne, z warzyw kapustnych, strączkowych, ogórkowych, esencjonalne rosoly, buliony zaciągane żółtkiem, sosy ostre (chrzanowy, musztardowy, grecki), śmietanowy
Dodatki do zup	Bułka, grzanki, kasza manna, jęczmienna, ryż, ziemniaki, lane ciasto na białkach, makaron nitki niskojajeczny, kluski biskupkowe na białkach	Kluski francuskie, kluski kładzione, groszek ptysiowy na całych jajach, grube makarony, łazanki, nasiona roślin strączkowych, jaja
Mięso, podroby, drób i ryby	Chuda cielęcina, młoda wołowina, królik, indyk, kurczaki, dorsz, pstrąg, sola, mintaj, płoć, halibut biały, morszczuk, sandacz, flądra, szczupak, płastuga, okoń, lin, potrawy gotowane, pulpety, budynie, potrawki	Tłuste gatunki: wieprzowina, baranina, gęsi, kaczkę, dziczyzna, flaki, mózg, wątroba, tłuste ryby: węgorz, tłusty karp, łosoś, sum, halibut niebieski, śledzie, sardynka, potrawy smażone z mięsa, drobiu i ryb, marynowane, wędzone
Potrawy półmięsne i bez mięsne	Budynie z kasz (jęczmiennej, manny, krakowskiej, kukurydzianej), warzyw, makaron nitki bez żółtek i mięsa, risotto, leniwe pierogi na białkach, kluski biskupkowe na białkach	Pierogi, knedle, naleśniki z mięsem, wszystkie potrawy smażone na tłuszczu: placki ziemniaczane, bliny, kotlety, krostki, bigos, fasolka po bretońsku
Tłuszcze		Smalec, słonina, boczek, margaryny twarde, tłuszcze kucheńne
Warzywa	Młode, soczyste: marchew, dynia, kabaczki, pietruszka, patisony, seler, pomidory bez skórki; potrawy gotowane, przetarte lub rozdrabniane, z „wody”, podprawiane zawiesinami, oprószane, surowe soki	Warzywa kapustne, cebula, czosnek, pory, suche nasiona roślin strączkowych, ogórki, brukiew, rzodkiewka, rzepa, kalarepa, fasolka szparagowa, groszek zielony, warzywa w postaci surówek, sałatek, z majonezem i musztardą, warzywa marynowane solone
Ziemniaki	Gotowane, puree z mlekiem	Smażone z tłuszczem: frytki, krążki, chipsy
Owoce	Dojrzałe, soczyste: jagodowe i winogrona bez pestek (w postaci	Gruszki, daktyle, czereśnie, figi, owoce marynowane

	przecierów), cytrusowe, brzoskwinie, morele, banany, jabłka pieczone, gotowane	
Desery	Kisiele, budynie, galaretki owocowe, mleczne na mleku odtłuszczonym, kompoty przetarte, bezy, suflety, soki owocowe, przeciery owocowe	Tłuste ciasta, torty, desery z używkami, czekolada, batony, lody, chałwa, słodycze zawierające kakao, orzechy
Przyprawy	Łagodne: kwas cytrynowy, sok z cytryny, zielona pietruszka, zielony koperek, rzeżucha, melisa, cynamon, majeranek, wanilia	Ostre: ocet, pieprz, papryka ostra, chili, curry, musztarda, ziele angielskie, liść laurowy, gałka muszkatołowa, gorczyca

V. Dieta łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa, żołądkowa)

1. Charakterystyka

Jest to dieta łatwo strawna z ograniczoną ilością produktów i potraw działających pobudzająco na czynność wydzielniczą żołądka. Zaliczamy do nich: produkty marynowane, wędzone, potrawy pikantne, słone, smażone, pieczone i ostre przyprawy. Ilość białka w diecie należy nieco zwiększyć do 1,2 g/kg nmc. W diecie należy uwzględnić tłuszcze łatwo strawne, obok masła, śmietanki, ważne są tłuszcze roślinne zmniejszające stężenie cholesterolu. Tłuszcze pokrywają w 30% dobowe zapotrzebowanie energetyczne. Do produktów hamujących wydzielanie żołądkowe oprócz tłuszczów należą słabe roztwory cukru. Ograniczeniu podlega również błonnik pokarmowy. Aby ograniczyć żucie, wzmagające wydzielanie żołądkowe, potrawy powinny mieć konsystencję papkowatą. Posiłki należy spożywać regularnie o jednakowych porach dniach niewielkich objętościach. Umiarkowana temperatura posiłków. Potrawy przyrządza się metodą gotowania w wodzie lub na parze, bez obsmażania na tłuszczu- tłuszcz dodaje się do gotowych potraw.

2. Zastosowanie

W chorobie wrzodowej, żołądka i dwunastnicy, w przewlekłym nadkwaśnym nieżycie żołądka, w refleksje żołądkowo-przełykowy i w dyspersjach czynnościowych żołądka.

3. Zalecane normy i odchylenia od norm

Zalecane normy	Odchylenia od norm
Energia - 2000 kcal	> 1900; <2100
Białko ogółem – 80 g	> 78g; <82g
Tłuszcz – 70g	>68g; <72g
Węglowodany – 260-265g	>258g; <267g
Błonnik pokarmowy <25g	Nie więcej niż 25g

Białko ogółem – 16% sumy dobowego zapotrzebowania energetycznego.

Tłuszcz – 31,5% sumy dobowego zapotrzebowania energetycznego.

Węglowodany – 52,5% sumy dobowego zapotrzebowania energetycznego.

Na zlecenie lekarza dietę modyfikuje się w zależności od indywidualnych zaleceń żywieniowych dla danego pacjenta w celu zbilansowania kaloryczności oraz poziomu poszczególnych składników dla tej diety stosowanej w procesie żywienia pacjentów.

Produkty i potrawy zalecane i przeciwwskazane w diecie łatwo strawnej z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego.

Dieta łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
Produkty i potrawy	Zalecane	Przeciwwskazane
Napoje	Mleko słodkie, mleko zsiadłe nieprzekwaszone, jogurt, kawa zbożowa z mlekiem, słaba herbata z mlekiem, soki, napoje mleczno-owocowe, mleczno-warzywne, wody niegazowane	Płynna czekolada, kakao, mocna herbata, kawa naturalna, wszystkie napoje alkoholowe, napoje gazowane, kwaśne przetwory mleczne, maślanka
Pieczywo	Pszenne, jasne, czerstwe, biszkopty, pieczywo półcukiernicze, drożdżowe	Wszelkie pieczywo świeże, żytnie, razowe, pieczywo chrupkie, pszenne razowe
Dodatki do pieczywa	Masło, twarożek, serek homogenizowany, jaja na miękko, jajecznica na parze, pasta z cielęciny, z drobiu	Tłuste wędliny, konserwy, salceson, kiszka, pasztetowa, smalec, pikantne sery dojrzewające żółte i topione, sery „Feta”, dżemy, jaja na twardo
Zupy i sosy gorące	Rosół jarski, mleczne, krupnik z dozwolonych kasz, owocowe rozcieńczone, ziemniaczana, warzywna z dozwolonych warzyw, przecierane, zaprawiane mąką i masłem, zawieszoną mąką ze śmietanki, mąki i mleka, zaciągane żółtkiem, sosy łagodne: ze słodką śmietanką- koperkowy, potrawkowy, pomidorowy, pietruszkowy, owocowe	Tłuste, zawiesiste na wywarach: mięsnych, kostnych, grzybowych, zasmażane, zaprawiane kwaśną śmietaną, pikantne z warzyw kapustnych, roślin strączkowych, cebulowa, porowa, rosół, buliony, zupy w proszku, sosy ostre, pikantne, zasmażane: grzybowy, musztardowy, chrzanowy, cebulowy
Dodatki do zup	Bułka, grzanki, lane ciasto, kluski biszkoptowe, makaron nitki, kasza manna, kasza jęczmienna, ryż, ziemniaki puree	Gruba kasza, makarony zarabiane na stolnicy, kluski kładzione, nasiona roślin strączkowych, jaja gotowane na twardo
Mięso, podroby, drób i ryby	Chude- cielęcina, królik, indyk, kurczak, chude ryby – dorsz, sola, szczupak, mintaj, flądra, potrawy gotowane – pulpety, budynie, potrawki	Tłuste gatunki – wieprzowina, baranina, gęsi, kaczk, dziczyzna, tłuste ryby – węgorz, łosoś, sum, halibut, szproty, potrawy marynowane, wędzone, smażone, pieczone
Potrawy półmięsne i bez mięsne	Budynie z drobnych kasz, warzyw i mięsa, makaron nitki z mięsem, risotto, leniwe pierogi, kluski biszkoptowe, kluski francuskie	Wszystkie potrawy smażone np. placki ziemniaczane, bliny, ziemniaczane, krokiety, bigos, fasolka po bretońsku

Tłuszcze	Dodawane na surowo- masło, śmietanka, oleje- sojowy, słonecznikowy, kukurydziany, rzepakowy i inne z WNKT i JNKT, oliwa z oliwek	Smalec, słonina, boczek, margaryny twarde, kwaśna śmietana
Warzywa	Młode, soczyste, gotowane – marchew, dynia, kabaczki, buraki, szpinak, szparagi, w formie puree oprószane mąką, z wody, z masłem	Warzywa kapustne, cebula, czosnek, pory, papryka, suche nasiona roślin strączkowych, ogórki, rzodkiewka, rzepa, rabarbar, kalarepa, szczaw, kukurydza, grzyby, warzywa zasmażane, sałatki z majonezem, i musztardą, warzywa marynowane, solone
Ziemniaki	Gotowane w postaci puree	Smażone z tłuszczem – frytki, krążki
Owoce	Dojrzałe, soczyste, bez skórki i pestek, niekwaśne, w okresie zaostrzenia choroby w postaci przecierów gotowanych, owoce jagodowe, winogrono, cytrusowe, banany, brzoskwinie, morele, jabłka gotowane, pieczone, w postaci rozcieńczonych soków, najlepiej mlekiem	Czereśnie, gruszki, agrest, wiśnie, śliwki, orzechy, owoce suszone, owoce marynowane
Desery	Kompoty z dozwolonych owoców – przetarte, galaretki, kisiele, mus z pieczonego jabłka, budynie i kisiele mleczne, desery mało słodzone	Torty, ciasta z masami, z dużą ilością cukru, desery z używkami, orzechami, kakao, czekolada, batony, chałwa, ciasta z proszkiem spulchniającym
Przyprawy	Bardzo łagodne- cukier, wanilia, sok z cytryny, zielona pietruszka, koper, cynamon	Ocet, pieprz, musztarda, papryka ostra, chrzan, maggi, kostki bulionowe, ziele angielskie, liść laurowy

VI. Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych (niskocholesterolowa)

1. Charakterystyka

Najważniejszą charakterystyczną cechą diety jest ograniczenie spożycia nasyconych kwasów tłuszczowych (NKT) i częściowe ich zastąpienie wielo- i jednonienasyconymi kwasami tłuszczowymi. Dieta ma zapewnić wszystkie niezbędne składniki odżywcze. Tłuszcze w diecie o zwiększonej zawartości nienasyconych kwasów tłuszczowych dostarczają 25-30% energii dobowego zapotrzebowania. Ważny jest dobór tłuszczów i właściwe proporcje różnych kwasów tłuszczowych. Właściwą techniką przygotowywania posiłków jest gotowanie w wodzie, na parze, duszenie bez tłuszczu oraz pieczenie w folii.

2. Zastosowanie

W hiperlipidemii, w miażdżycy i w profilaktyce niedokrwiennej choroby serca.

3. Zalecane normy i odchylenia od norm

Zalecane normy	Odchylenia od norm
Energia – 2000kcal	> 1900; <2100
Białko ogółem – 75-80g	>73g; <82g
Tłuszcz – 60	>58g; <62g
Węglowodany – 290g	>288g; <292g
Błonnik pokarmowy > 35g	Nie mniej niż 35g

Białko ogółem – 15,5% sumy dobowego zapotrzebowania energetycznego.

Tłuszcz – 27% sumy dobowego zapotrzebowania energetycznego.

Węglowodany – 57,5% sumy dobowego zapotrzebowania energetycznego.

Dzienna racja pokarmowa zawiera

Cholesterol	105 mg
NKT	15,0g
JNKT	23,3g
WNKT	16,1g

Na zlecenie lekarza dietę modyfikuje się w zależności od indywidualnych zaleceń żywieniowych dla danego pacjenta w celu zbilansowania kaloryczności oraz poziomu poszczególnych składników dla tej diety stosowanej w procesie żywienia pacjentów.

Produkty i potrawy zalecane i przeciwwskazane w diecie o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych.

Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Produkty i potrawy	Zalecane	Przeciwwskazane
Napoje	Słaba herbata, chude mleko 0,5-1,5% tłuszczu, kawa zbożowa z mlekiem, napoje mleczno-owocowe, napoje mleczno-warzywne, soki z owoców i warzyw, chudy jogurt niskotłuszczowy - 1,5% tłuszczu	Napoje czekoladowe, kakao, mocna herbata, kawa naturalna ze śmietanką, pełne mleko, alkohol, jogurt pełnotłusty
Pieczywo	Pieczywo z pełnego ziarna, bułki	Chleb świeży, pieczywo z dużą

	grahamki, biszkopty na białkach, pieczywo z dodatkiem soi, słonecznika	ilością żółtek i dużej ilością tłuszczu, rogaliki francuskie
Dodatki do pieczywa	Chudy twaróg, serek homogenizowany chudy, serek homogenizowany z owocami, ser ziarnisty „light”, chude wędliny drobiowe, chuda szynka, dżemy niskosłodzone, białko jaja, serek sojowy	Masło w dużych ilościach, sery pełnotłuste i tłuste żółte, topione sery, pleśniowe, ser „Feta”, ser typu „Fromage”, smalec, konserwy, tłuste wędliny, żółtka
Zupy i sosy gorące	Warzywne, owocowe, krupniki podprawiane zawiesiną mleka i mąki, mleczne na mleku odtłuszczonym,	Na wywarach mięsnych, kostnych, tłuste, zawiesiste, zasmażane, zaprawiane śmietaną,
Dodatki do zup	Bułka, grzanki, ryż, kasze, ziemniaki, lane ciasto na białkach, makaron	Kluski i ciasta francuskie,
Mięso, podroby, drób i ryby	Chude gatunki, cielęcina, indyk, kurczaki bez skóry, królik, potrawy gotowane, duszone, pieczone bez tłuszczu, ryby chude słodkowodne oraz ryby morskie bogate w tłuszcze zawierające kwasy omega-3: makrela, tuńczyk, sardynka, łosoś, śledź	Wszystkie mięsa tłuste, wieprzowina, baranina, podroby, gęsi, kaczki, potrawy smażone na tłuszczu, ryby smażone na tłuszczu zwierzęcym
Potrawy półmięsne i bez mięsne	Budynie z kasz, warzyw, makaron z mięsem, makarony, leniwe pierogi na białkach, kluski ziemniaczane, risotto	Potrawy smażone: racuchy, bliny, owoce smażone w cieście, placki ziemniaczane
Tłuszcze	Oleje zawierające JNKT np.: rzepakowy, oliwa z oliwek, w dozwolonych ilościach oleje zawierające WNKT np.: słonecznikowy, sojowy, kukurydziany i inne	Smalec, słonina, margaryny twarde, olej palmowy,
Warzywa i owoce	Warzywa świeże i mrożone, zwłaszcza strączkowe: fasola, groch, soczewica, kukurydza, owoce świeże, suszone, konserwowane (niskosłodzone)	Solone, konserwowane, orzechy solone, orzechy kokosowe
Ziemniaki	Gotowane, pieczone	Smażone na tłuszczu, frytki, krążki, placki
Desery	Galarety, kisiele, budynie na chudym mleku, sałatki owocowe, suflety, musy owocowe, kompot, biszkopty na białkach	Torty, czekolada, batony, kremy, tłuste ciasta z dodatkiem żółtek
Przyprawy	Przyprawy korzenne	ocet
Sosy zimne	Sosy owocowe na bazie owoców jagodowych, np.: brusznicy, porzeczek, jarzębiny oraz jogurtu niskotłuszczowego	Majonezy z żółtkami, sosy i kremy ze śmietaną i dużą ilością tłuszczu

VII. Dieta łatwo strawna bogatobiałkowa

1. Charakterystyka

Jest modyfikacją diety łatwo strawnej. Modyfikacja polega na zwiększeniu ilości białka do 2,0g/kg mc. To jest 100-120g/dobę. Aż 2/3 białka powinno pochodzić z produktów zwierzęcych. Są one źródłem białka o wysokiej wartości biologicznej. Sposób przyrządzania potraw jest taki sam jak w diecie łatwo strawnej.

2. Zastosowanie

Dieta łatwo strawna bogatobiałkowa jest stosowana dla osób: wyniszczonych, w chorobach nowotworowych, w rozległych oparzeniach, zranieniach, w chorobach przebiegających z gorączką.

3. Zalecane normy i odchylenia od norm

Zalecane normy	Odchylenia od norm
Energia – 2200-2300 kcal	>2100; <2400
Białko ogółem- 110g	>108g; <112g
Tłuszcz – 70g	>68g; <72g
Węglowodany- 280-310g	>278g; <312g
Błonnik pokarmowy < 30g	Nie więcej niż 30g

Białko ogółem – 20% sumy dobowego zapotrzebowania energetycznego.

Tłuszcz – 28% sumy dobowego zapotrzebowania energetycznego.

Węglowodany – 52% sumy dobowego zapotrzebowania energetycznego.

Na zlecenie lekarza dietę modyfikuje się w zależności od indywidualnych zaleceń żywieniowych dla danego pacjenta w celu zbilansowania kaloryczności oraz poziomu poszczególnych składników dla tej diety stosowanej w procesie żywienia pacjentów.

Produkty i potrawy zalecane i przeciwwskazane w diecie łatwo strawnej bogatobiałkowej.

Dieta łatwo strawna bogatobiałkowa		
Produkty i potrawy	Zalecane	Przeciwwskazane
Napoje	Mleko 2% tłuszczu, jogurt, kefir, maślanka, serwatka, słaba herbata, słaba kawa, napoje owocowe, soki owocowe-warzywne, napoje owocowo-warzywne z mlekiem, koktajle owocowo-mleczne	Kakao, czekolada, napoje alkoholowe, wody mineralne gazowane, coca-cola, pepsi, lemoniada
Pieczywo	Chleb pszenny, suchary, bułki, biskopt, pieczywo półcukiernicze, drożdżowe, herbatniki	Chleb żytni świeży, chleb żytni razowy, pieczywo chrupkie żytnie
Dodatki do pieczywa	Masło, chudy i półtłusty ser twarogowy, serek homogenizowany, ser ziarnisty, pasty serowe z różnymi dodatkami, mięso gotowane, chude wędliny, szynka, polędwica drobiowa, chude ryby, ścięte białko jaja, galaretki mięsne, drobiowe, rybne	Tłuste wędliny, konserwy, salceson, kiszka, pasztetówka, smalec, tłuste sery podpuszczkowe żółte, topione, sery pleśniowe, ser „Feta”, jaja gotowane na twardo i smażone z tłuszczem
Zupy i sosy gorące	Chudy rosół z cielęciny, kurczaka, rosół jarski, krupnik, jarzynowe, ziemniaczana, owocowe	Tłuste, zawiesiste, na mocnych wywarach: mięsnych, kostnych, grzybowych, zasmażane, pikantne,

	zaprawione mąką i mlekiem lub mąką i śmietanką albo zaprawą zacieraną z mąki i masła. Sosy łagodne ze słodką śmietanką	z warzyw kapustnych, strączkowych. Grzybowy, cebulowy, zasmażane
Dodatki do zup	Bułka, grzanki, kasza manna, jęczmienna, krakowska, ryż, drobiowe makarony, lane ciasto, kluski biszkoptowe	Grube kasze: pęczak, gryczana: grube makarony, kluski kładzione, jaja gotowane na twardo, nasiona roślin strączkowych
Mięso, podroby, drób i ryby	Chuda cielęcina, królik, kurczak, indyk, wątroba, chude ryby: dorsz, młody karp, szczupak, okoń, sandacz, mintaj, morszczuk, potrawy gotowane: pulpety, budynie, potrawki	Tłuste gatunki: wieprzowina, baranina, gęsi, kaczki, tłuste ryby: tłusty karp, łosoś, potrawy smażone, pieczone w tradycyjny sposób
Potrawy półmięsne i bez mięsne	Budynie z kasz, warzyw, makaronu ciemnego, mięsa, risotto, leniwe pierogi, tarta z warzywami, z serem, z owocami	Wszystkie potrawy smażone na tłuszczu, np.: placki ziemniaczane, bliny, kotlety, krokiety, bigos, fasolka po bretońsku
Tłuszcze	Masło, słodka śmietanka, (18%), oleje roślinne: sojowy, słonecznikowy, rzepakowy, bezerukowy, kukurydziany, oliwa z oliwek	Smalec, słonina, boczek, margaryny twarde
Warzywa	Młode, soczyste: marchew, dynia, kabaczki, patisony, buraki, seler, pietruszka, pomidory bez skórki, szparagi, warzywa z wody z dodatkiem tłuszczu	Warzywa kapustne, cebula, czosnek, pory, suche nasiona roślin strączkowych, ogórki, brukiew, rzodkiewki, rzepa, kalarepa, papryka, warzywa w postaci grubo startych surówek, warzywa zasmażane, marynowane, solone
Ziemniaki	Gotowane, pieczone	Smażone z tłuszczem, frytki
Owoce	Kisiele, budynie, galaretki mleczne, winogrona bez pestek (w postaci przecierów), cytrusowe, dzikiej róży, brzoskwinie, morele, banany, jabłka pieczone, gotowane	Wszystkie niedojrzałe, gruszki, czereśnie, daktyle, orzechy, owoce marynowane
Desery	Kisiele, budynie, galaretki mleczne, owocowe, jogurty, z serka homogenizowanego, kremy, bezy, musy, suflety, soki i przeciery owocowe	Tłuste ciasta, torty, desery z użytkami, czekolada, batony, chałwa, desery z kakao
Przyprawy	Sok z cytryny, kwas cytrynowy, cukier, pietruszka, zielony koperek, majeranek, rzeżucha, melisa, bazyli, kminek	Ostre: ocet, pieprz, papryka ostra chili, curry, musztarda, ziele angielskie, liść laurowy, gałka muszkatołowa, gorczyca

VIII. Dieta łatwo strawna niskobiałkowa

1. Charakterystyka

W diecie stosowanej w niewydolności nerek kalorie niebiałkowe pokrywają produkty bogatoenergetyczne- węglowodanowe i tłuszczowe, natomiast przy niewydolności wątroby głównym źródłem energii dla organizmu są węglowodany. Charakterystyczną cechą diety jest zmniejszona ilość białka do granic tolerancji tego składnika przez chorego. Dieta niskobiałkowa dostarcza 40-50g/dobę. Należy spożywać białko pochodzenia zwierzęcego o

wysokiej wartości biologicznej, natomiast ograniczyć białko roślinne. Potrawy przyrządza się metodą gotowania, duszenia i pieczenia bez dodatku tłuszczu. Wszystkie posiłki przyrządza się bez dodatku soli. W celu polepszenia smaku potraw stosuje się przyprawy ziołowe. Z uwagi na zmniejszenie płynów należy ograniczyć zupy. Powinno się ściśle przestrzegać ilości białka w diecie.

2. Zastosowanie

Dieta łatwo strawna niskobiałkowa jest stosowana w chorobach nerek i wątroby przebiegających z niewydolnością tych narządów.

3. Zalecane normy i odchylenia od norm

Zalecane normy	Odchylenia od norm
Energia – 2000 kcal	>1900; <2100
Białko ogółem -40g	>38g; <42g
Tłuszcz – 65-70g	>63g; <72g
Węglowodany – 310g	>308g; <312g
Błonnik pokarmowy -25g	>23g; <27g

Białko ogółem – 8% sumy dobowego zapotrzebowania energetycznego.

Tłuszcz – 30% sumy dobowego zapotrzebowania energetycznego.

Węglowodany – 62% sumy dobowego zapotrzebowania energetycznego.

Sód - 1,5 – 2 g na dobę

Na zlecenie lekarza dietę modyfikuje się w zależności od indywidualnych zaleceń żywieniowych dla danego pacjenta w celu zbilansowania kaloryczności oraz poziomu poszczególnych składników dla tej diety stosowanej w procesie żywienia pacjentów.

Produkty i potrawy zalecane i przeciwwskazane w diecie łatwo strawnej niskobiałkowej.

Dieta łatwo strawna niskobiałkowa		
Produkty i potrawy	Zalecane	Przeciwwskazane
Napoje		Kakao, płynna czekolada, napoje alkoholowe, kawa naturalna
Pieczywo	Pszenne, niskobiałkowe, niskosodowe	Zwykłe pieczywo, solone
Dodatki do pieczywa	Masło, dżem, marmolada, miód	Wędliny, konserwy, sery dojrzewające żółte, topione, sery pleśniowe, ser „Feta”, sery typu „Fromage”, ryby wędzone, śledzie marynowane
Zupy i sosy gorące	Sosy łagodne, zaciągane żółtkiem, zaprawiane masłem, zagęszczane skrobią pszenną, ziemniaczaną: koperkowy, cytrynowy, potrawkowy	Na wywarach mięsnych, kostnych, grzybowych, rosoly, buliony, kapuśniak, ogórkowa, z nasion strączkowych, zaprawiane mąką, kwaśną śmietaną, zasmażkami, zupy w proszku. Sosy ostre na wywarach mięsnych, kostnych, grzybowych, zasmażane
Dodatki do zup	Grzanki z pieczywa niskobiałkowego, ziemniaki, makarony z mąki niskobiałkowej	Dodatki z jajami, mięsem, nasion roślin strączkowych, jaja gotowane na twardo, kluski francuskie, groszek ptysiowy
Mięso, podroby, drób i ryby		Wszystkie w większych ilościach, tłuste gatunki: wieprzowina, baranina, gęsi, kaczki, tłuste ryby:

		łosoś; potrawy smażone, duszone w sposób konwencjonalny, marynowanie, wędzenie
Potrawy półmięsne i bez mięsne	Budynie z mięsa gotowanego, kasz i warzyw, risotto z warzywami, ryż z jabłkami	Bigos, fasolka po bretońsku, potrawy smażone na tłuszczu, bliny, krokiety, kotlety
Tłuszcze	Masło, olej: sojowy, słonecznikowy, rzepakowy bezerukowy, kukurydziany, oliwa z oliwek, margaryny miękkie	Smalec, słonina, boczek, margaryny twarde, kwaśna śmietana
Warzywa		Kiszonki, konserwowane z octem, warzywa solone, nasiona roślin strączkowych, ogórki, czosnek, cebula, brukiew, rzepa, kalarepa, zasmażane, grubo starte surówki, warzywa w dużej ilości
Ziemniaki	Gotowane, w postaci puree	Ziemniaki smażone: frytki, placki, pyzy, chipsy
Owoce		Owoce niedojrzałe, suszone, gruszki, daktyle, czereśnie, owoce marynowane, owoce w nadmiernej ilości
Desery	Kisiele z dozwolonych owoców, galaretki, ciastka ze skrobi pszennej i ziemniaczanej	Tłuste kremy z używkami, desery z przeciwwskazanych owoców, z czekoladą, orzechami, ciasta
Przyprawy	Sok z cytryny, kwasek cytrynowy, cukier, pietruszka, zielony koperek, majeranek, rzeżucha, kminek, melisa, papryka słodka, estragon, bazylija, tymianek,	Ocet, pieprz, musztarda, papryka ostra, chrzan, maggi, kostki bulionowe, ziele angielskie, liść laurowy

IX. Dieta ubogoenergetyczna (niskokaloryczna*)

1. Charakterystyka

Dieta powinna być ubogoenergetyczna, a równocześnie zrównoważona pod względem zawartości składników odżywczych. Dla osób otyłych źródłem energii, obok pożywienia ma być nagromadzona w organizmie tkanka tłuszczowa. Dietę należy tak planować, aby dostarczała w odpowiedniej ilości wszystkie niezbędne dla organizmu składniki pokarmowe. Duże zastosowanie będą miały produkty o dużej wartości odżywczej, a stosunkowo małej zawartości energii i niskim indeksie glikemicznym. Potrawy należy przyrządzać metodą gotowania w małej ilości wody lub na parze. Mogą być duszone bez dodatku tłuszczu lub pieczone w folii.

2. Zastosowanie

Dieta ubogoenergetyczna ma zastosowanie podczas redukcji masy ciała i osób z otyłością i z nadwagą.

3. Metoda planowania diety ubogoenergetycznej

1. Ustalić zapotrzebowanie energetyczne

- ustalić zmniejszenie masy ciała na jednostkę czasu

- ustalić poziom energetyczny diety

2. Ustalić zapotrzebowanie na białko (1g białka na 1 kg masy ciała) – 20-25 %

3. Ustalić zapotrzebowanie na tłuszcz – 25% energii dobowego zapotrzebowania

4. Ustalić ilość węglowodanów (uzupełniają zapotrzebowanie energetyczne)

5. Ustalić dzienną rację pokarmową, wyrażoną w produktach jadalnych (oczyszczonych)

6. Rozłożyć dzienną rację pokarmową na posiłki

I śniadanie - 25% kcal

II śniadanie -10% kcal

Obiad - 35% kcal

Podwieczorek – 10% kcal

Kolacja - 20% kcal

Na zlecenie lekarza dietę modyfikuje się w zależności od indywidualnych zaleceń żywieniowych dla danego pacjenta w celu zbilansowania kaloryczności oraz poziomu poszczególnych składników dla tej diety stosowanej w procesie żywienia pacjentów.

Produkty i potrawy zalecane i przeciwwskazane w diecie ubogoenergetycznej.

Dieta ubogoenergetyczna		
Produkty i potrawy	Zalecane	Przeciwwskazane
Napoje	Mleko chude 1,5-0,5% tłuszczu, jogurt chudy, kefir chudy, koktajl mleczno-owocowy bez cukru, woda przegotowana, herbata czarna, zielona, czerwona, ziołowa, owocowa bez cukru, kawa zbożowa bez cukru, soki z warzyw, owoców, napoje z warzyw bez cukru, napoje z kwaśnego mleka i warzyw bez cukru, napoje z serwatki i warzyw bez cukru, napoje „light”	Wszystkie napoje słodzone cukrem, kakao naturalne, mocna kawa, napoje z owoców i śmietanki, tłuste mleko, napoje alkoholowe, soki owocowe z cukrem, lemoniada, coca-cola, pepsi
Pieczywo	Chleb razowy graham, chleb pełnoziarnisty, chrupki	Wypieki z dodatkiem cukru, chleb na miodzie, biszkopt z cukrem, ciasta kruche, ucierane
Dodatki do pieczywa	Chude wędliny: szynka, polędwica, drobiowe, pasty z mięsa i warzyw, chude ryby, jaja faszerowane, jaja na miękko lub jajecznica (2-3 razy w tygodniu), ser twarogowy, chudy serek homogenizowany, serek twarogowy ziarnisty	Tłuste wędliny, kiszka, konserwy mięsne, pasztetowa, salceson, miód, dżemy, marmolady, konfitury, tłuste sery podpuszczkowe żółte, topione, sery pleśniowe, ser „Feta”, sery typu „Fromage”, ser twarogowy tłusty
Zupy i sosy gorące	Jarzynowe czyste, np. pomidorowa, grzybowa, czerwony barszcz, chudy rosół, mleczne na mleku 0,5-1,5% tłuszczu	Zupy esencjonalne, np. na tłustych wywarach mięsnych, zagęszczone zasmażkami, z dużą ilością śmietany, owocowe z cukrem. Sosy zawiesiste, tłuste esencjonalne, słodkie
Dodatki do zup		Duże ilości pieczywa, makaronów, kasz, groszek ptysiowy, kluski francuskie, biszkoptowe
Mięso, podroby, drób i ryby	Mięso chude, cielęcina, młoda wołowina, jagnię, królik, kurczak, indyk, chude ryby: dorsz, mintaj,	Tłuste gatunki: wieprzowina, baranina, podroby, gęsi, kaczki, tłuste ryby: węgorz, łosoś, sum,

	sandacz, szczupak, okoń, flądra, morszczuk, pstrąg, halibut, potrawy gotowane, pieczone w folii, pergaminie, na grillu, duszone bez tłuszczu	tołpyga, śledź i szprot bałtycki. Potrawy nasiąknięte tłuszczem: smażone, pieczone i duszone w tradycyjny sposób.
Potrawy półmieszne i bez mięsne	Budynie z mięsa i warzyw, sera, warzywa faszerowane mięsem	Potrawy z dodatkiem cukru np.: knedle, naleśniki, pierogi, potrawy smażone: racuchy, kotlety z kaszy
Warzywa	Wszystkie oprócz wymienionych w rubryce „zalecane w umiarkowanych ilościach”	Stare, surówki i warzywa gotowane z dodatkiem z dużej ilości majonezu, śmietany, żółtek, cukru
Ziemniaki		Smażone, chipsy ziemniaczane, frytki, placki ziemniaczane, pyzy
Owoce	Grejpfruty, jabłka, wiśnie, czereśnie, porzeczki, truskawki, morele, poziomki, maliny, pomarańcze, mandarynki, ananasy	Owoce w syropach, kompoty z cukrem, sałatki owocowe z cukrem, galaretki ze śmietanką i cukrem
Desery	Kompoty, kisiele, galaretki z niewielką ilością słodzika, owoce z serkiem homogenizowanym, jabłka pieczone z pianą z białek, sernik na zimno z niewielką ilością słodzika, surówki owocowe, desery mleczne	Wszystkie desery z cukrem, miodem, np.: galaretki, kremy, kompoty, leguminy, marmolady, wszystkie z dużą zawartością tłuszczu i cukru np.: ciasta, torty, pączki, faworki, orzechy, chałwa, czekolada
Przyprawy	Łagodne jak: sok z cytryny, kwasek cytrynowy, koperek zielony, pietruszka, czosnek, cebula, jarzyna, kminek, majeranek, bazylia	Bardzo ostre : papryka ostra, ocet, chili, musztarda, pieprz, sól w większych ilościach

X. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)

1. Charakterystyka

Dieta polega na ograniczeniu lub wykluczeniu z glukozy, fruktozy, sacharozy, zwiększeniu podawania węglowodanów złożonych.

2. Zastosowanie

Ma zastosowanie w przypadku upośledzenia tolerancji glukozy.

3. Zalecane normy

Na zlecenie lekarza dietę modyfikuje się w zależności od indywidualnych zaleceń żywieniowych dla danego pacjenta w celu zbilansowania kaloryczności oraz poziomu poszczególnych składników dla tej diety stosowanej w procesie żywienia pacjentów.

4. Metoda planowania diety z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.

Węglowodany 45-50% energii

20-30g/24h cukry łatwo przyswajalne

130g/24h węglowodany złożone + błonnik (20-35g)

Błonnik pokarmowy 20-35g/ dobę

Tłuszcze 30-35 % energii

Białko 15-20% energii

Zapotrzebowanie energetyczne

Osoba leżąca: -20-25 kcal na kg należnej masy ciała/ 24h

Osoba chodząca: -25-30 kcal na kg/ 24h

Osoba lekko pracująca: -30-35kcal na kg/24h

Rozkład energii i węglowodanów na posiłki :

I śniadanie 25%

II śniadanie 10%

Obiad 25 lub 30%

Podwieczorek 15 lub 10%

Kolacja 25%

Każdy posiłek w każdym dniu powinien być równoważony pod względem energii i składników odżywczych

Produkty i potrawy zalecane i przeciwwskazane w diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Produkty i potrawy	Zalecane	Przeciwwskazane
Napoje	Woda przegotowana, wody mineralne niegazowane, herbata bez cukru, kawa zbożowa, soki z warzyw ubogowęglowodanowych, napoje z warzyw bez cukru, napoje z kwaśnego mleka i warzyw bez cukru, napoje z serwatki i warzyw bez cukru	Wszystkie napoje słodzone cukrem, kakao naturalne, mocna kawa, napój z owoców i śmietanki, tłuste mleko, napoje alkoholowe, napoje alkoholowe, soki owocowe z cukrem, lemoniada, coca-cola, peps, wody mineralne gazowane
Pieczywo	Chleb razowy graham, chleb pełnoziarnisty, chrupki	Wypieki z dodatkiem cukru, chleb na miodzie, pieczywo delikatesowe z dodatkiem karmelu, bułki maślane, biszkopt z cukrem, babki drożdżowe, ciasta kruche, ucierane
Dodatki do pieczywa	Chude wędliny, szynka, polędwica, drobiowe, pasty z mięsa i warzyw, ryby morskie chude i średnio-tłuste, gotowane, wędzone, jaja faszerowane bez żółtek, ser twarogowy, chudy serek homogenizowany, margaryny niskotłuszczowe w kubkach	Tłuste wędliny, kiszka, parówki, konserwy mięsne, pasztetowa, salceson, miód, dżemy, marmolady, konfitury, jaja-żółtka, tłuste sery podpuszczkowe, ser twarogowy tłusty, sery topione
Zupy i sosy gorące	Jarzynowe z warzyw ubogowęglowodanowych, czyste: pomidorowa, grzybowa, czerwony barszcz, koperkowa, kalafiorowa, zupa z maślanką, serwatką, cytrynowa, barszcz czerwony zabieleny, żurek, kapuśniak, ryżowa, krupnik, rosół jarski, zupy podprawiane jogurtem, kefirem; sosy na wywarach z warzyw, np.: pietruszkowy, koperkowy, pomidorowy, potrawkowy,	Zupy esencjonalne, np.: na tłustych wywarach mięsnych, zagęszczone zasmażkami, z dużą ilością śmietany, owocowe z cukrem. Sosy zawiesiste, tłuste, esencjonalne, słodkie

	grzybowy, cytrynowy, chrzanowy, mleczny	
Dodatki do zup	Ryż pełnoziarnisty, grzanki, kasze, makarony nitki, lane ciasto na białku	Duże ilości pieczywa, makaronów, kasz, grochu, fasoli, groszek ptysiowy, kluski francuskie, biszkoptowe na jajach
Mięso, podroby, drób i ryby	Mięso chude: cielęcina, młoda wołowina, jagnię, królik, kurczak, indyk, chude ryby; potrawy gotowane, pieczone w folii, pergaminie, duszone bez tłuszczu	Tłuste gatunki mięsa: wieprzowina, baranina, podroby, gęsi, kaczki, tłuste ryby: łosoś; potrawy nasiąknięte tłuszczem, smażone, pieczone w tradycyjny sposób
Potrawy półmięsne i bez mięsne	Budynie z mięsa i warzyw, z sera, warzywa faszerowane mięsem	Potrawy z dodatkiem cukru, np.: knedle, naleśniki, pierogi z cukrem; potrawy smażone
Tłuszcze		Smalec, słonina, boczek, margaryny twarde
Warzywa	O zawartości węglowodanów od 0 do 5%: rzodkiewka, sałata, cykoria, ogórki, rabarbar, szczypiorek, szparagi, szpinak, grzyby, cebula, kabaczek, kalafior, pomidory, szczaw, papryka, w postaci, gotowanej, „z wody”, sałatek, surówek z dodatkiem oleju lub majonezu na białkach	Stare, surówki i warzywa gotowane z dodatkiem dużej ilości majonezu, śmietany, żółtek, cukru
Ziemniaki		Puree, smażone z tłuszczem, frytki
Owoce	Grejpfruty- gatunek zielony (wpływają na zmniejszenie stężenia glukozy we krwi), w ramach zalecanych wymienników owocowych	Owoce w syropach, kompoty z cukrem, galaretki ze śmietaną, daktyle, rodzynki
Desery	Kompoty, kisiele, galaretki, owoce z serkiem, jabłka pieczone z pianą z białek, sernik na zimno	Wszystkie desery z cukrem, miodem, np.: galaretki, kremy, kompoty, marmolady; wszystkie produkty z dużą zawartością tłuszczu i cukru, np.: ciasta, torty, pączki, faworki, orzechy, chałwa, czekolada,
Przyprawy	Łagodne, jak: sok z cytryny, kwasek cytrynowy, koperek zielony, pietruszka, czosnek, cebula czerwona, jarzynka, vegeta, kminek, majeranek, tymianek, bazylia	Bardzo ostre: pieprz, papryka ostra, musztarda, ocet, chili

XI. Dieta łatwo strawna o zmienionej konsystencji (papkowata, płynna, kleikowa)

a) dieta papkowata

1. Charakterystyka

Wartość energetyczna, a także dobór produktów są zbliżone do diety łatwo strawnej. Różnica polega na konsystencji potraw, które są w formie papkowatej. W diecie tej bardzo ważnym składnikiem jest białko pochodzenia zwierzęcego, witamina C, witaminy z grupy B oraz składniki mineralne. Potrawy muszą być tak sporządzone, aby nie drażniły zmienionego chorobowo przełyku lub jamy ustnej chemicznie, mechanicznie ani termicznie. Potrawy sporządzania są metodą gotowania.

2. Zastosowanie

W chorobach jamy ustnej i przełyku (zapalenia jamy ustnej, zapalenia przełyku, rak przełyku, zwężenie przełyku, żylaki przełyki), w przypadku utrudnionego gryzienia i połykania, w niektórych chorobach przebiegających z gorączką, po niektórych zabiegach chirurgicznych według wskazań lekarza.

3. Zalecane normy i odchylenia od norm

Zalecane normy	Odchylenia od norm
Energia – 2000 kcal	>1900; <2100
Białko ogółem- 80g	>78g; <82g
Tłuszcz – 65-70g	>63g; <72g
Węglowodany – 270g	>268g; <272g
Błonnik pokarmowy < 20	Nie więcej niż 20g

Białko ogółem – 16% sumy dobowego zapotrzebowania energetycznego.

Tłuszcz – 30% sumy dobowego zapotrzebowania energetycznego.

Węglowodany – 54% sumy dobowego zapotrzebowania energetycznego.

Na zlecenie lekarza dietę modyfikuje się w zależności od indywidualnych zaleceń żywieniowych dla danego pacjenta w celu zbilansowania kaloryczności oraz poziomu poszczególnych składników dla tej diety stosowanej w procesie żywienia pacjentów.

b) dieta płynna

1. Charakterystyka

W skład diety wchodzi tylko płyny: woda przegotowana, woda mineralna niegazowana, napar rumianku, mięty herbata bez cukru. Na zlecenie lekarza można padać kleik ugotowany z kaszy jęczmiennej, ryżu lub płatków owsianych. Dieta składająca się tylko z płynów nie może być długo stosowana, aby nie doprowadzić do niedożywienia pacjenta. Dieta w postaci płynów zaleca się przez 1-2 dni. Dietę stopniowo można rozszerzać, przechodząc do diety łatwo strawnej.

2. Zastosowanie

U chorych, u których występują wymioty, nudności, biegunka, w innych przypadkach chorobowych według wskazań lekarza.

3. Zalecane normy i odchylenia od norm

Zalecane normy	Odchylenia od norm
Energia – 2000kcal	>1900; <2100
Białko ogółem – 80g	>78g; <82g
Tłuszcz – 75g	>73g; <77g
Węglowodany – 250g	>248g; <252g

Białko ogółem – 16% sumy dobowego zapotrzebowania energetycznego.

Tłuszcz – 34% sumy dobowego zapotrzebowania energetycznego.

Węglowodany – 50% sumy dobowego zapotrzebowania energetycznego.

Na zlecenie lekarza dietę modyfikuje się w zależności od indywidualnych zaleceń żywieniowych dla danego pacjenta w celu zbilansowania kaloryczności oraz poziomu poszczególnych składników dla tej diety stosowanej w procesie żywienia pacjentów.

Produkty i potrawy zalecane i przeciwwskazane w diecie o zmienionej konsystencji.

Dieta o zmienionej konsystencji		
Produkty i potrawy	Zalecane	Przeciwwskazane
Napoje	Mleko świeżo ukwaszone, jogurt, kefir, maślanka, kawa zbożowa z mlekiem, herbata z mlekiem, herbata owocowa, ziołowa, soki owocowe, napoje mleczno-warzywne, mleczno-owocowe, woda mineralna niegazowana	Mocne kakao, płynna czekolada, mocna kawa, mocna herbata, zbyt kwaśne przetwory z mleka, wody gazowane
Pieczywo	Pszenne – jasne, rozmoczone w mleku, herbacie, zupie, sucharki, biszkopty rozmoczone	Chleb żytni, razowy, nierozmoczony, pieczywo chrupkie, z otrębami, z dodatkiem słonecznika, soi
Dodatki do pieczywa	Masło, ser homogenizowany, pasty serowe, pasty z mięsa gotowanego, pasty z wędlin, pasty z ryb gotowanych, marmolada, miód	Wszystkie o stałej konsystencji, pikantne, tłuste wędliny, konserwy, pasztetowa, smalec, sery typu „Fromage: ser „Feta”
Zupy i sosy gorące	Jarzynowe z dodatkiem warzyw, ziemniaków, krupniki, owocowe, mleczne, wszystkie przetarte lub zmiśkowane, zaprawiane mąką i śmietaną, zaciągane żółtkiem, zupy czyste, sosy łagodne – koperkowy, cytrynowy, pomidorowy, potrawkowy, owocowe ze słodką śmietanką	Wszystkie nieprzetarte, z nasion roślin strączkowych, zasmażane, pikantne, zaprawiane kwaśną śmietaną, na mocnych wywarach mięsnych, kostnych, grzybowych, zupy w proszku, sosy zawiesiste, tłuste – zasmażane, pikantne
Dodatki do zup	Kasze, ziemniaki puree, lane ciasto, grzanki rozmoczone	Kluski kładzione, grube makarony, łazanki, nasiona roślin strączkowych, jaja gotowane na twardo
Mięso, podroby, drób i ryby	Chude gatunki mięs, drobiu, ryb, mięso gotowane, mielone, budynie, pulpety, potrawy z mięsa mielonego	Tłuste gatunki – wieprzowina, baranina, gęsi, kaczkę, tłuste ryby – węgorz, łosoś, sum, potrawy smażone, pieczone oraz inne nierozdrobnione
Potrawy półmięsne i bez mięsne	Budynie z mięsa, kasz i warzyw, risotto z sosem, kasze rozklejone	Zapiekanki z ziemniaków, mięsa i warzyw, makaronu i kaszy,

		naleśniki, knedle, grube makarony, kluski ziemniaczane, wszystkie potrawy smażone na tłuszczu – placki ziemniaczane, kotlety ziemniaczane, krokiety, bigos, fasolka po bretońsku, pizza, lasagne, tarta, leczko
Tłuszcze	Masło, oleje – rzepakowy, sojowy, kukurydziany, oliwa z oliwek i inne bogate w WNKT i JNKT	Smalec, słonina, boczek, margaryny twarde
Warzywa	Młode, soczyste – marchew, dynia, kabaczki, pietruszka, seler, pomidor bez skórki, szpinak, groszek zielony, buraki, gotowane w postaci puree, rozdrobnione, z wody, podprawiane zawiesiną, oprószane mąką, budynie z warzyw, surowe soki	Suche nasiona roślin strączkowych, sałata zielona, wszystkie w całości, grubo starte surówki
Ziemniaki	Gotowane, w postaci puree	Gotowane w całości, pieczone, smażone
Owoce	Dojrzałe, soczyste – jagodowe – przetarte, cytrusowe, brzoskwinie, morele, banany, wszystkie w postaci przecierów, jabłka pieczone, gotowane, w postaci soków	Wszystkie w całości
Desery	Kompoty przetarte, kisiele, musy, budynie, galaretki owocowe, mleczne,	Kompoty nieprzetarte, ciastka, wszystkie o stałej konsystencji
Przyprawy	Łagodne – sok z cytryny, kwasek cytrynowy, koperek, zielona pietruszka, majeranek, cynamon, wanilia, goździki	Ostre – pieprz, papryka, ocet, musztarda, chili i inne ostre

c) dieta kleikowa

1. Zastosowanie i cel diety

Dietę kleikową stosuje się w ostrych schorzeniach przewodu pokarmowego, trzustki, wątroby, pęcherzyka żółciowego, nerek, chorobach zakaźnych i stanach pooperacyjnych. Celem diety jest oszczędzenie narządu zmienionego chorobowo.

2. Charakterystyka diety

Podstawowym składnikiem diety kleikowej są kleiki z ryżu, kaszy jęczmiennej, płatków owsianych, kaszy manny. Oprócz kleiku podaje się gorzką herbatę, sucharki lub czerstwą bułkę. Dieta może być stosowana 1-3 dni, ponieważ jest dietą niefizjologiczną. Dietę można modyfikować poprzez dodanie soli, cukru, niedużej ilości masła. Wybór kaszy zależy od przypadku chorobowego i towarzyszących objawów.

W skład diety wchodzi:

- kasza - 150g
- suchary - 150g

Dieta zawiera około 1000 kcal
-węglowodany ogółem – 220 g
-białko roślinne - 25g

XII. Żywienie kobiet w ciąży i karmiących

Żywienie kobiety w ciąży i karmiącej ma znaczący wpływ na prawidłowy rozwój dziecka i przyszłe jego zdrowie. Zapotrzebowanie energetyczne dla kobiety ciężarnej zwiększa się o 300 kcal w II i III trymestrze ciąży w stosunku do normy w zależności od wieku, masy ciała i aktywności fizycznej.

Zapotrzebowanie energetyczne dla kobiety karmiącej zwiększa się o 500 kcal.

Norma na białko według poziomu zalecanego spożycia;

- dla kobiety w ciąży wynosi 95 g \osobę\ dobę
- dla kobiety karmiącej wynosi 110 \osobę\ dobę

Zwiększa się spożycie

- witamin rozpuszczalnych w tłuszczach A i E
- witamin rozpuszczalnych w wodzie B12.
- wit. C i B12
- witamin z grupy B zwłaszcza kwasu foliowego

Zalecana dla wapnia wynosi 1200 mg , dla kobiety ciężarnej i karmiącej.

Mleko i jego przetwory mleczne dostarczają najlepiej przyswajalnego wapnia.

Spożycie 1 l mleka zapewnia dostarczenie 1200mg wapnia.

W celu urozmaicenia jadłospisów zaleca się ; jogurty naturalne, owocowe, kefir, sery twarogowe. Zalecana norma na magnez dla kobiety ciężarnej i karmiącej wynosi 350-380mg\osobę. Bardzo ważne jest zapotrzebowanie na żelazo norma dla ciężarnej 26mg\osobę, dla karmiącej 20mg\osobę.

Żelazo jest magazynowane w wątrobie płodu na okres wczesnego niemowlęctwa , ponieważ mleko kobiecie jest ubogie w żelazo. Dobrym źródłem żelaza , jak również magnezu i witaminy A, jest wątróbka kurczaka. Potrawy dla kobiety ciężarnej i karmiącej powinny być lekkostrawne, atrakcyjne pod względem składu, smaku i barwy. Pod koniec ciąży należy ograniczyć sól. Posiłki spożywać 5 razy dziennie(śniadanie, II śniadanie, obiad, podwieczorek, kolacja) W jadłospisach uwzględniać produkty dostarczające pełnowartościowe białko, jak chudy drób, ryby, cielęcinę oraz warzywa i owoce bogate w witaminę C \owoce jagodowe, cytrusowe, kiwi, surówki i sałatki z warzyw kapustnych z dodatkiem koperku i zielonej pietruszki\ . Kobiety karmiące powinny wypijać zwiększoną ilość płynów, wskazana jest kontrola masy ciała, aby nie doprowadzić do otyłości. Ogranicza się spożywanie w nadmiernych ilościach potraw mącznych, słodkich ciast, czekolad, a zwiększa się spożycie owoców.

XIII. Żywienia sztuczne niemowląt

Wiek (miesiące)	Liczba posiłków i wielkości porcji	Rodzaj posiłku
1 miesiąc	7 x 90 – 110 ml	Mleko początkowe
2 miesiąc	6 x 110-130 ml	Mleko początkowe
3 miesiąc	6 x 130 ml	Mleko początkowe
4 miesiąc	6 x 150 ml	Mleko początkowe
5 miesiąc	5 x 180 ml	4 x mleko początkowe 1x zupa – przecier jarzynowy Skrobane jabłko lub sok 50 – 100 g
6 miesiąc	5 x	4 x mleko początkowe 1 x zupa – przecier jarzynowy + 10g gotowanego mięsa(bez wywaru) Przecier owocowy lub sok 150g
7 miesiąc	5 x	3 x 180 ml mleko następne 1 x 200 ml zupa- przecier jarzynowy z ½ żółtka co drugi dzień i z gotowanym mięsem codziennie – 10g 1 x 150 g kaszka na mleku następnym lub deser mleczno – owocowy Przecier owocowy lub sok – 150g
8 miesiąc	5 x	3 x 180 ml mleko następne z dodatkiem kaszki zbożowej 1 x 200 ml zupa – przecier jarzynowy z ½ żółtka co drugi dzień i z gotowanym mięsem codziennie -10-15g 1x kaszka na mleku lub deser mleczno-owocowy Przecier owocowy lub sok - 150g
9 miesiąc	5 x	2 x 200 ml mleko następne z dodatkiem kaszki 1 x 200 ml kaszki na mleku następnym 1 x 200 ml zupa przecier z dodatkiem ½ żółtka i z gotowanym mięsem 10-15g 1 x 150 g owoce lub kompot lub sok + biszkopt

10 miesiąc	4-5 x	3 x 200 ml mleczny posiłek łączony z produktami zbożowymi 1x zupa jarzynowa z kaszką 1x obiad- jarzynka gotowana z mięsem 15-20 g I ½ żółtka z dodatkiem ziemniaka lub ryżu Przecier owocowy lub owoce, kompot, sok – 150g
11-12 miesięcy	4-5 x	Posiłki jak w 10 miesiącu życia Zmiana : wprowadzać całe jajko 3-4 razy w tygodniu, twarożek, kefir, jogurt, kilka razy w tygodniu

XIV. Model żywienia niemowląt karmionych piersią

Wiek (miesiące)	Liczba posiłków	Rodzaj pożywienia uzupełniającego
1 – 6 miesięcy	Karmienie piersią na żądanie	Karmienie piersią Posiłki dodatkowe w 5-6 miesiącu: zupa przecier jarzynowy 1 x 100ml
7 – 9 miesięcy	Karmienie piersią na żądanie	Posiłki uzupełniające: - zupa jarzynowa przecier jarzynowy z ½ żółtka co drugi dzień - kaszka zbożowa - sok owocowy lub przecier owocowy – 150g
10 miesięcy	Karmienie piersią na żądanie	Posiłki uzupełniające: - obiad z 2 dań – zupa jarzynowa z kaszką, gotowanym mięsem, ½ żółtka do potrawy codziennie - kaszki, niewielkie ilości pieczywa, biszkopt, sucharki - przecier lub sok owocowy – 150g
11-12 miesięcy	Karmienie piersią na żądanie	Posiłki uzupełniające: - obiad z 2 dań: zupa jarzynowa z kaszką + jarzynka z ziemniakami lub ryżem i całe jajko 3-4 x w

		tygodniu - produkty zbożowe – kaszki, pieczywo, biszkopty, sucharki łączone z produktami mlecznymi : mleko modyfikowane, twarożek, jogurt, kefir - przecier lub sok owocowy – 150g
--	--	--

XV. Wartości odżywcze diety dzieci 1-3 lat

Energia 1000-1300 kcal			
	Białko	Tłuszcz	Węglowodany
Wartości w gramach	1,17 -1.10g/kg masy ciała	33-44 g	Powyżej 130g
Wartości procentowe	Dzieci 12-24 miesiące 5-15% Dzieci 24-36 miesiące 10-20%	30-40%	45-56%
Dodatkowe zalecenia		Ograniczenie nasyconych tłuszczów typu trans Odpowiednia podaż nienasyconych kwasów tłuszczowych Omega-3	Do 10% energii z węglowodanów prostych Do 5% energii z cukrów wolnych Co najmniej 10g błonnik
Źródła	Zwierzęce: mięso, ryby, mleko i produkty mleczne Roślinne: warzywa strączkowe, orzechy, nasiona	Dodatkowo: masło, olej roślinny, tłuszcze naturalne występujące w produktach: mięso, ryby, i nabiał oraz orzechy, nasiona	Warzywa i owoce Produkty zbożowe, pieczywo, kasze, ryż, makaron, płatki, wyroby mączne

Normy żywieniowe określają wartości odżywcze, które powinny spełniać jadłospis w poszczególnych fazach życia.

W żywieniu należy zapewnić odpowiednią podaż energii, składników odżywczych oraz witamin i minerałów zgodnie z normami żywieniowymi. Szczególną uwagę zwraca się na produkty spożywcze, dostarczające białko o wysokiej wartości biologicznej, wapń, żelazo i witaminy. Białko najlepiej jest dostarczać w postaci mleka i różnych jego przetworów, chudego mięsa, ryb. Zaleca się trzy razy dziennie podaż produktów zawierających białko. Porcje białka roślinnego do zwierzęcego w racji pokarmowej powinny kształtować się 1:2.

Ważne jest urozmaicenie jadłospisów pod względem doboru produktów, różnorodności smaku, konsystencji i barwy. Potrawy należy przygotowywać metodą gotowania, pieczenia lub duszenia z małym dodatkiem oleju rzepakowego lub oliwy z oliwek.

Nie podajemy potraw smażonych. Ogranicza się spożycie cukru, słodczy i soli. Słodczy zastępujemy owocami i warzywami, są źródłem błonnika pokarmowego (zaleca się 5g dziennie) najlepiej w postaci surowej lub krótko gotowane. Dziecko powinno spożywać 5 posiłków dziennie (śniadanie, II śniadanie, obiad, podwieczorek, kolacja).

XVI. Dieta Podstawowa Pediatryczna Dzieci 4 – 16 lat

W tym okresie stosujemy dietę podstawową, zapewniającą prawidłową podaż wszystkich wartości odżywczych zalecanych w normach żywienia

1. Zalecane normy i odchylenia od norm

Zalecane normy	Odchylenia od norm
Energia – przyjęto średnie normy dla dziewczęta (1800 kcal) i chłopcy (2270 kcal) o średniej aktywności fizycznej. W założeniu diety przyjęto średnią zaokrągloną wartość około 2000 kcal (wg L. Szponar i wsp., IŻŻ).	
Białko ogółem - 75-80 g	> 73g; <82g
Tłuszcz – 65 g	>63g; <67g
Węglowodany - 275g	>273g; <277g
Błonnik pokarmowy -30-40g	>30; <40

Białko ogółem – 15,5% sumy dobowego zapotrzebowania energetycznego.

Tłuszcz – 29,5% sumy dobowego zapotrzebowania energetycznego.

W diecie podstawowej dozwolone są wszystkie produkty i potrawy oraz wszystkie techniki sporządzania posiłków. Różnorodność produktów w diecie daje lepszą możliwość zapewnienia organizmowi niezbędnych składników odżywczych. Podczas planowania diety należy uwzględnić różnorodne techniki przygotowywania potraw, ograniczając potrawy smażone z dużą ilością tłuszczu (zwłaszcza zwierzęcego) oraz sól i słodczy. Dieta podstawowa powinna być pełnowartościowa, smacznie przyrządzona, atrakcyjnie zestawiona.

Wskazane jest podawanie 5 posiłków dziennie (śniadanie, II śniadanie, obiad, podwieczorek, kolacja). Planując jadłospis trzeba uwzględnić produkty z podstawowych grup, takich jak:

- produkty zbożowe – głównie pełnoziarniste, kasze, ryż płatki, pieczywo razowe. Codziennie jadłospis powinien zawierać produkty zbożowe w co najmniej trzech posiłkach.
- mleko i produkty mleczne – codziennie 3 -4 porcje mleka lub produktów mlecznych tj. jogurty owocowe i naturalne, kefir, sery, twarogi.
- mięso, ryby, wędliny o niskiej zawartości tłuszczu
- jaja
- nasiona roślin strączkowych (fasola, groch)
- owoce, warzywa – co najmniej 5 razy dziennie w postaci sałatek i surówek,
- tłuszcze wskazane w diecie powinny pochodzić głównie z tłuszczów roślinnych (olej rzepakowy, oliwa z oliwek). Niewskazany są tzw. tłuszcze trans.
- ograniczamy cukier i słodczy oraz sól

Na zlecenie lekarza dietę modyfikuje się w zależności od indywidualnych zaleceń żywieniowych dla danego pacjenta w celu zbilansowania kaloryczności oraz poziomu poszczególnych składników dla tej diety stosowanej w procesie żywienia pacjentów

Załącznik nr 2 Ogłoszenia

FORMULARZ OFERTOWY

Usługi społeczne realizowane w trybie art. 138o ustawy Pzp

świadczenie usług polegających na zapewnieniu całodziennego żywienia pacjentów Zamawiającego wraz z odbiorem i utylizacją odpadów pokonsumpcyjnych, na bazie przejętych w najem pomieszczeń i wyposażenia kuchennego (w tym Kuchni Mlecznej) dla potrzeb SP ZOZ w Przeworsku .

I. DANE WYKONAWCY:

1. NAZWA:

.....

2. ADRES :

.....

3. Osoba do kontaktów:.....

4. Numer telefonu:

5. Numer faxu:

6. Adres e-mail:

.....

7. Regon

8. NIP

9. Numer konta bankowego

.....

10. Informacja o przedsiębiorstwie Wykonawcy. Proszę o wskazanie czy Wykonawca jest mikroprzedsiębiorstwem, małym przedsiębiorstwem czy średnim przedsiębiorstwem

.....*

II. Zobowiązania Wykonawcy

Zobowiązuję się wykonać przedmiotem zamówienia : zapewnienie całodziennego żywienia pacjentów Zamawiającego wraz z odbiorem i utylizacją odpadów pokonsumpcyjnych, na bazie przejętych w najem pomieszczeń i wyposażenia kuchennego (w tym Kuchni Mlecznej)

Cena netto (na okres 30 miesięcy).....

(słownie)

podatek VAT

cena brutto (na okres 30 miesięcy)

(Słownie)

wyliczona na podstawie załączonego formularza cenowego

III. Niniejszym oświadczamy, iż posiadamy/nie posiadamy* kuchni/ę awaryjnej/ą /*niepotrzebne skreślić/

Dalej wypełnia Wykonawca, który posiada kuchnię awaryjną:

Informujemy, iż kuchnia awaryjna, w której zapewniamy ciągłość usługi żywienia będącej przedmiotem niniejszego postępowania:

- znajduje się w (miejscowość), w siedzibie (podać nazwę siedziby, podmiotu).
- oddalona jest o km (nie więcej niż 100 km) od siedziby Zamawiającego
- dysponujemy aktualnie ww kuchnią na podstawie (podać tytuł prawny)
- kuchnia jest przystosowana do żywienia zbiorowego typu zamkniętego i posiada pozytywną opinię Państwowej Inspekcji Sanitarnej nr z dnia
- dysponujemy środkami transportu przystosowanymi do przewozu żywności z kuchni awaryjnej do siedziby Zamawiającego, posiadającymi pozytywną opinię Państwowej Inspekcji Sanitarnej.

IV. Powierzamy podwykonawcom wykonanie następującego zakresu prac (w przypadku nie powierzenia puste miejsce zaleca się wykreślić):

.....
.....
.

V. Oświadczam, że :

1. cena brutto zawiera wszystkie koszty wykonania zamówienia , jakie ponosi Wykonawca w przypadku wyboru niniejszej oferty .
2. zapoznaliśmy się z Ogłoszeniem i nie wnosimy do nich zastrzeżeń oraz przyjmujemy warunki w nich zawarte.
- 3.w przypadku udzielenia zamówienia , zobowiązuję się do zawarcia umowy w miejscu i terminie wskazanym przez Zamawiającego
4. jestem związany z ofertą przez okres 30 dni od daty terminu składania ofert.
5. Akceptujemy termin realizacji zamówienia
- 6 .Niniejszym informuję , że informacje składające się na ofertę , zawarte na stronach stanowią tajemnice przedsiębiorstwa w rozumieniu przepisów ustawy o zwalczaniu nieuczciwej konkurencji i jako takie nie mogą być udostępniane .

VI. Składając ofertę Wykonawca ma obowiązek poinformować zamawiającego, że wybór oferty będzie prowadzić do powstania u zamawiającego obowiązku podatkowego.

W przypadku gdy wybór oferty będzie prowadzić do powstania obowiązku podatkowego – proszę wskazać w ofercie:

- nazwy (rodzaj) towaru lub usługi, których dostawa lub świadczenie będzie prowadzić do powstania obowiązku podatkowego,
- wartości towaru lub usługi, których dostawa lub świadczenie będzie prowadzić do powstania u zamawiającego obowiązku podatkowego bez kwoty podatku (netto).

VII. Oświadczam, że wypełniłem obowiązki informacyjne przewidziane w art. 13 lub art. 14 RODO¹⁾ wobec osób fizycznych, od których dane osobowe bezpośrednio lub pośrednio pozyskałem w celu ubiegania się o udzielenie zamówienia publicznego w niniejszym postępowaniu.*

1) rozporządzenie Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (ogólne rozporządzenie o ochronie danych) (Dz. Urz. UE L 119 z 04.05.2016, str. 1).

* W przypadku gdy wykonawca nie przekazuje danych osobowych innych niż bezpośrednio jego dotyczących lub zachodzi wyłączenie stosowania obowiązku informacyjnego, stosownie do art. 13 ust. 4 lub art. 14 ust. 5 RODO- treść oświadczenia wykonawca wykreśla.

data

.....
(pieczęć i podpis Wykonawcy lub jego uprawnionego przedstawiciela¹⁾)

¹Podpis (-y) osoby (osób) uprawnionych do reprezentowania Wykonawcy zgodnie z:

- a) Zapisami w dokumencie stwierdzającym status prawny Wykonawcy (odpis z właściwego rejestru),
lub
- b) Pełnomocnictwem złożonym wraz z ofertą

*

- Mikro przedsiębiorstwo= przedsiębiorstwo, które zatrudnia mniej niż 10 osób i którego roczny obrót lub roczna suma bilansowa nie przekracza 2 mln EUR
- Małe przedsiębiorstwo= przedsiębiorstwo, które zatrudnia mniej niż 50 osób i którego roczny obrót lub roczna suma bilansowa nie przekracza 10 mln EUR
- Średnie przedsiębiorstwo= przedsiębiorstwo, które nie jest mikroprzedsiębiorstwem ani małym przedsiębiorstwem i zatrudnia mniej niż 250 osób i którego roczny obrót nie przekracza 50 mln EUR lub roczna suma bilansowa nie przekracza 43 mln EUR

FORMULARZ CENOWY**załącznik do oferty**

Dzienna stawka wyżywienia jednego pacjenta netto (zł)	Dzienna stawka wyżywienia jednego pacjenta brutto (zł)	Średnia ilość osobodni w okresie 30 miesięcy	Wartość netto za okres 30 miesięcy	% VAT	Wartość brutto za okres 30 miesięcy
		156 950			
RAZEM:	x	x		x	

Słownie wartość brutto:

.....

/podpis oraz pieczęć osoby lub osób uprawnionych/

Załącznik nr 3 do Ogłoszenia

(Nazwa i adres wykonawcy)

_____, dnia _____ r.

**OŚWIADCZENIE O BRAKU PODSTAW DO WYKLUCZENIA
ORAZ SPEŁNIENIU WARUNKÓW UDZIAŁU W POSTĘPOWANIU**

Przystępując do postępowania w sprawie zamówienia publicznego na „świadczenie usług polegających na zapewnieniu całodziennego żywienia pacjentów Zamawiającego wraz z odbiorem i utylizacją odpadów pokonsumpcyjnych, na bazie przejętych w najem pomieszczeń i wyposażenia kuchennego (w tym Kuchni Mlecznej).”

Ja niżej podpisany _____

działając w imieniu i na rzecz

oświadczam, że:

- a. podmiot który reprezentuję spełnia warunki udziału w postępowaniu
- b. nie podlegam wykluczeniu z postępowania na podstawie art. 24 ust 1 ustawy Pzp.

(podpis)

załącznik nr 4 do Ogłoszenia

(Nazwa i adres wykonawcy)

_____, dnia _____ r.

**OŚWIADCZENIE O PRZYNALEŻNOŚCI
LUB BRAKU PRZYNALEŻNOŚCI DO TEJ SAMEJ GRUPY KAPITAŁOWEJ**

W związku ze złożeniem oferty w postępowaniu o udzielenie zamówienia na „Świadczenie usług polegających na zapewnieniu całodziennego żywienia pacjentów Zamawiającego wraz z odbiorem i utylizacją odpadów pokonsumpcyjnych, na bazie przejętych w najem pomieszczeń i wyposażenia kuchennego (w tym Kuchni Mlecznej).” w nawiązaniu do art. 24 ust. 11 ustawy z dnia 29 stycznia 2004 r. Prawo zamówień

Ja niżej podpisany

działając w imieniu i na rzecz

☐ oświadczam, że Wykonawca, którego reprezentuję nie przynależy do grupy kapitałowej w rozumieniu ustawy z dnia 16 lutego 2007 r. o ochronie konkurencji i konsumentów (tekst jedn. Dz. U. z 2019 r., poz. 369) z innym wykonawcą, który złożył ofertę w przedmiotowym postępowaniu*

☐ oświadczam, że Wykonawca, którego reprezentuję przynależy do grupy kapitałowej w rozumieniu ustawy z dnia 16 lutego 2007 r. o ochronie konkurencji i konsumentów (tekst jedn. Dz. U. z 2019 r., poz. 369) wraz z wykonawcą, który złożył ofertę w przedmiotowym postępowaniu tj. (podać nazwę i adres)*:

Jednocześnie wskazuję, że

**

(podpis)

* należy skreślić odpowiedni kwadrat,

** wraz ze złożeniem oświadczenia o przynależności do tej samej grupy kapitałowej Wykonawca może przedstawić wyjaśnienia i dowody, że powiązania z innym Wykonawcą nie prowadzą do zakłócenia konkurencji w postępowaniu o udzielenie zamówienia.

załącznik nr 5 do Ogłoszenia

U M O W A - wzór

zawarta w dniu2019 r. w Przeworsku pomiędzy :

A) Samodzielnym Publicznym Zakładem Opieki Zdrowotnej w Przeworsku

adres; 37-200 Przeworsk, ul. Szpitalna nr 16, NIP 794-15-27-016
reprezentowanym przez ; mgr inż. Grzegorza Jedynaka - Dyrektora
zwanym w dalszej części umowy "**ZAMAWIAJĄCYM**",
a

B)

z siedzibą: NIP
reprezentowaną przez:
zwaną w dalszej części umowy "**WYKONAWCĄ**"

a łącznie zwanymi w dalszej części umowy Stronami

w wyniku udzielenia zamówienia publicznego przeprowadzonego na podstawie art. 138o ustawy z dnia 29 stycznia 2004r. Prawo zamówień publicznych

§ 1. Zakres umowy

1. **Zamawiający zleca a Wykonawca zobowiązuje się świadczyć usługi polegające na zapewnieniu całodziennego żywienia pacjentów Zamawiającego wraz z odbiorem i utylizacją odpadów pokonsumpcyjnych, na bazie przejętych w najem pomieszczeń i wyposażenia kuchennego (w tym Kuchni Mlecznej)**
2. Szczegółowy zakres usług określa załącznik nr 1 do ogłoszenia, stanowiący integralną część umowy .

§ 2. Obowiązki stron

1. Zamawiający zobowiązany jest do:
 - a. Przekazania Wykonawcy na podstawie odrębnej umowy najmu pomieszczeń kuchni wraz z przynależnościami oraz wyposażeniem w zakresie niezbędnym do wykonania przedmiotu umowy.
 - b. Przekazania Wykonawcy zestawienia ilości zamawianych posiłków – diet.
 - c. Zapłaty wynagrodzenia.
2. Wykonawca zobowiązany jest do:
 - a. Sporządzania posiłków z uwzględnieniem aktualnych wytycznych Instytutu Żywności i Żywienia dla żywienia zbiorowego w szpitalach w ilościach wynikających z informacji Zamawiającego
 - b. Opracowania jadłospisu, programu żywienia i dystrybucji posiłków (szczegółowo opisany w opisie przedmiotu zamówienia).
 - c. Wydawanie posiłków w systemie zapewniającym im odpowiednią temperaturę
 - d. przygotowania posiłków z własnych produktów, które winny odpowiadać normom dla produktów żywnościowych i według składników pokarmowych zgodnie z programem żywienia i dystrybucji posiłków..
 - e. odbioru, mycia, dezynfekcji wózków i naczyń transportowych zgodnie z przepisami sanitarno-epidemiologicznymi
 - f. utylizacji odpadów pokonsumpcyjnych
 - g. Uzupełnienia naczyń, narzędzi pracy oraz sprzętu odpowiadających normom Instytutu Żywienia Zbiorowego i organu inspekcji sanitarnej niezbędnego do prawidłowego funkcjonowania kuchni.
 - h. Utrzymania czystości i porządku w pomieszczeniach z zastosowaniem własnych środków czystości, odpowiadających normom Instytutu Żywienia Zbiorowego i organu inspekcji sanitarnej.
 - i. Zapewnienia odzieży ochronnej dla personelu Wykonawcy, zgodnie z obowiązującymi normami.
 - j. Przestrzegania obowiązku wykonywania przez personel badań profilaktycznych.
 - k. Zorganizowania pracy w kuchni w sposób zapewniający wyodrębnione, następujące strefy magazynowania:
 - przygotowania brudnego
 - przygotowania czystego

- obróbki termicznej i schładzania
 - ekspedycji posiłków i ewentualnego porcjowania
 - l. Właściwego przechowywania środków spożywczych (z uwzględnieniem segregacji, utrzymania temperatury i innych warunków przechowywania).
 - m. Przestrzegania higieny produkcji, zgodne z obowiązującymi przepisami.
 - n. Utrzymania czystości i porządku w pomieszczeniach kuchni głównej i kuchenki mlecznej (z podziałem na strefy według sporządzonych planów higieny).
 - o. Przedstawienia na żądanie Zamawiającego szczegółowego wykazu procedur i instrukcji higienicznych, potrzebnych do prawidłowego wykonania usługi w tym:
 - procedura mycia i dezynfekcji dużych powierzchni
 - procedura mycia (dezynfekcji) sprzętu kuchennego i dystrybucyjnego
 - instrukcja postępowania ze sprzętem do sprzątania
 - instrukcja postępowania z brudnymi mopami
 - instrukcja postępowania z odpadami komunalnymi i pokonsumpcyjnymi.
 - Instrukcja przygotowywania i przechowywania próbek żywności
 - p. zapewnienia nadzoru nad przygotowaniem i wydawaniem posiłków , oraz ustanowienia kucharza na każdej zmianie odpowiedzialnego za przygotowywanie posiłków
 - r. Posiadania wdrożonego systemu HACCP, potwierdzonego certyfikatem i zapewnienia udziału pracowników w planowanych szkoleniach dotyczących zasad dobrej praktyki produkcyjnej i systemu HACCP.
 - s. poddawania się kontrolom zewnętrznym przeprowadzanym przez przedstawicieli uprawnionych organów w tym m.in. pracowników Państwowej Inspekcji Sanitarnej oraz usuwania nieprawidłowości zgodnie z zaleceniami kontrolujących.
 - ś. bieżące usuwanie usterek zgłaszanych w trakcie realizacji umowy przez przedstawiciela Zamawiającego
 - t. Dostarczanie osobie wyznaczonej przez Zamawiającego z dwudniowym wyprzedzeniem, dekadowych jadłospisów z rozdziałem na diety i podaniem gramatury oraz - po okresie rozliczeniowym, miesięcznego zestawienia ilości wydanych posiłków z rozbiorem na oddziały.
 - u. Dostarczanie na każdy oddział dziennych jadłospisów zawierających przeliczenie gramatury wydawanych porcji na miary gospodarcze (np. 2 plastry, 3 łyżki, pół szklanki, 2 kromki, 1 jajko, pół pomidora, itp.)
 - w. Uwzględniania w całości żywienia, sezonowości produktów oraz potraw okolicznościowych z okazji Świąt Bożego Narodzenia, Wielkanocnych oraz przestrzeganie dni zwyczajowo przyjętych jako beźmięsne.
 - v. Dokonywania zmian jadłospisów po przedstawieniu, przeprowadzanego raz w roku badania satysfakcji pacjentów, dotyczącego m.in. oceny jakości posiłków
 - x. Dostarczania na żądanie Zamawiającego wyników badań oceny jakościowej i ilościowej przygotowywanych posiłków w tym ich kaloryczności.
 - y. Ponoszenia pełnej odpowiedzialności prawnej i materialnej wobec organów kontroli za nieprawidłową realizację usług, będących przedmiotem zamówienia oraz ponoszenie pełnych kosztów wynikających z wystąpienia epidemii chorób zakaźnych przenoszonych drogą pokarmową, wywołanych udokumentowanym mikrobiologicznie czynnikiem pochodzącym z kuchni lub od personelu kuchennego.
 - z. Pobierania i przechowywania w lodówce kuchni szpitalnej próbek żywności dostarczanej do Zamawiającego z godnie z warunkami określonymi w obowiązujących przepisach
 - ż. Przekazywania pacjentom informacji na temat posiłków w zakresie substancji alergizujących lub mogących wywołać niepożądane skutki uboczne.
 - ż. Przejęcia 6 pracowników Zamawiającego w trybie art. 23¹ Kodeksu Pracy według załączonego wykazu bezpośrednio od dotychczasowego Wykonawcy usług (Impel)
3. Przy świadczeniu usługi objętej niniejszym postępowaniem, wykonawca zobowiązuje się do zachowania i przestrzegania odpowiednich aktów prawnych m.in. Ustawy o bezpieczeństwie żywności i żywienia z dnia 25.08.2006 r. Rozporządzenia (WE) nr 178/2002 Parlamentu Europejskiego i Rady z dnia 28.01.2002, Dz.Urz. WE L 31 z 01.02.02, Polskie wydanie specjalne rozdz.15.t.6, str.463 ustanawiającego ogólne zasady i wymagania prawa żywnościowego, Rozporządzenia (WE) nr 853/2004 Parlamentu Europejskiego i Rady z dnia 29.04.2004 Dz.Urz. UE L 139 z 30.04. 04. str. 1; Dz.Urz. UE Polskie wydanie specjalne rozdz. 13, t.34, str.319 dotyczącego przestrzegania zasad higieny żywności oraz Rozporządzenia (WE) nr 1935/2004 Parlamentu Europejskiego i Rady z dnia 27.10.2004, Dz.Urz. UE L 338 z 13.11.2004, str. 4 zawierającego wymagania dotyczące materiałów i wyrobów przeznaczonych do kontaktu z żywnością
4. Strony ustalają :

- a) sprzęt do dystrybucji posiłków nie może być używany przez Wykonawcę w innych podmiotach.
- b) Wykonawca nie może świadczyć usług na rzecz innych podmiotów przy wykorzystaniu pomieszczeń i sprzętu Zamawiającego bez pisemnej zgody Zamawiającego określającej warunki świadczenia tych usług

§ 3 Kontrola sanitarna i jakościowa

- 1. Zamawiający przeprowadzał będzie bieżące i planowe kontrole poprzez :
 - a) pielęgniarkę epidemiologiczną - w zakresie stosowania norm higieniczno – epidemiologicznych. Celem kontroli będzie – sprawdzanie stanu sanitarno- epidemiologicznego wszystkich pomieszczeń i sprzętów kuchni głównej i kuchni mlecznej wg rocznego harmonogramu.
 - b) przez wyznaczonego przedstawiciela Zamawiającego - w zakresie odpowiedniego przygotowania, dystrybucji i temperatury posiłków, zgodności ilościowej wydawanych porcji z ilością zamawianych oraz jakości pod względem walorów smakowych, estetycznych i urozmaicenia diet.
 - c) audyty u Wykonawcy w zakresie przygotowania i dystrybucji posiłków odbywać się będą przez wyznaczonych auditorów Zamawiającego.
- 2. Wszelkie nieprawidłowości w wykonywaniu usługi zgłaszane będą w formie pisemnej wykonawcy z określeniem terminu ich usunięcia.

§ 4. Pracownicy

- 1. Wykonawca zobowiąże swoich pracowników do zachowania tajemnicy poufnych informacji służbowych oraz ochrony innych danych niejawnych , z którymi zetknęli się w trakcie wykonywania przedmiotu umowy, a w szczególności do zachowania tajemnicy danych osobowych pacjentów szpitala i ich dokumentacji medycznej.
- 2. Wykonawca ponosi pełną odpowiedzialność za działania i zachowania swoich pracowników przy wykonywaniu przedmiotu umowy.

§ 5. Wynagrodzenie.

- 1. Strony ustalają wynagrodzenie na podstawie cen jednostkowych podanych w ofercie przetargowej Wykonawcy:
dzienna stawka wyżywienia 1 pacjenta zł brutto.
Szczegółowe rozliczenie będzie następować w okresach miesięcznych na koniec miesiąca kalendarzowego na podstawie wykazu wydanych posiłków zatwierdzonego przez przedstawiciela Zamawiającego oraz cen jednostkowych.
- 2. Termin płatności wynagrodzenia ustala się na **60** dni od daty otrzymania faktury. Należność będzie płatna na rachunek bankowy Wykonawcy:
.....
Wynagrodzenie miesięczne Wykonawcy będzie pomniejszone o wartość zakwestionowanej ilości posiłków, na podstawie protokołu, o którym mowa w § 10 ust 4
- 3. Wykonawca gwarantuje niezmiennosc cen przez 30 miesięcy od dnia podpisania umowy z zastrzeżeniem ust. 4 i § 5A
- 4. Strony ustalają, że wynagrodzenie określone w ust. 1 może być waloryzowane jedynie o wskaźnik wzrostu cen towarów i usług konsumpcyjnych ogłaszany przez Prezesa GUS, nie częściej jednak niż 1 raz w roku, począwszy od 2020 r.

§ 5A. Waloryzacja wynagrodzenia

- 1. Strony postanawiają, iż dokonają w formie pisemnego aneksu zmiany wynagrodzenia w wypadku wystąpienia którejkolwiek ze zmian przepisów wskazanych w art. 142 ust. 5 ustawy z dnia 29 stycznia 2004 r. Prawo zamówień publicznych, tj. zmiany:
 - a. stawki podatku od towarów i usług,
 - b. wysokości minimalnego wynagrodzenia za pracę ustalonego na podstawie art. 2 ust. 3-5 ustawy z dnia 10 października 2002 r. o minimalnym wynagrodzeniu za pracę,
 - c. zasad podlegania ubezpieczeniom społecznym lub ubezpieczeniu zdrowotnemu lub wysokości stawki składki na ubezpieczenia społeczne lub zdrowotne.
- 2. Zmiana wysokości wynagrodzenia obowiązywać będzie od dnia wejścia w życie zmian o których mowa w ust. 1.
- 3. W wypadku zmiany, o której mowa w ust. 1 lit. a) wartość netto wynagrodzenia Wykonawcy nie zmieni się, a określona w aneksie wartość brutto wynagrodzenia zostanie wyliczona na podstawie nowych przepisów.

4. W przypadku zmiany, o której mowa w ust 1 lit. b) wynagrodzenie Wykonawcy ulegnie zmianie o wartość wzrostu całkowitego kosztu Wykonawcy wynikającą ze zwiększenia wynagrodzeń osób bezpośrednio wykonujących zamówienie do wysokości zmienionego minimalnego wynagrodzenia, z uwzględnieniem wszystkich obciążeń publicznoprawnych od kwoty wzrostu minimalnego wynagrodzenia.
5. W przypadku zmiany, o którym mowa w ust I lit. c) wynagrodzenie Wykonawcy ulegnie zmianie o wartość wzrostu całkowitego kosztu Wykonawcy, jaką będzie on zobowiązany dodatkowo ponieść w celu uwzględnienia tej zmiany, przy zachowaniu dotychczasowej kwoty netto wynagrodzenia osób bezpośrednio wykonujących zamówienie na rzecz Zamawiającego.
6. Za wyjątkiem sytuacji o której mowa w ust. I lit. a), wprowadzenie zmian wysokości wynagrodzenia wymaga uprzedniego złożenia przez Wykonawcę oświadczenia o wysokości dodatkowych kosztów wynikających z wprowadzenia zmian, o których mowa w ust I litera b) i c).

§ 6. Nadzór nad wykonaniem umowy

1. Zamawiający wyznaczy osobę upoważnioną do wykonywania stałego nadzoru nad jakością prac wykonywanych przez Wykonawcę.
2. Przedstawiciel Zamawiającego będzie przekazywał wyznaczonej osobie przez Wykonawcę w formie pisemnej lub osobiście przez niego wyznaczonej osobie wszelkie uwagi dotyczące wykonywanych prac w ramach przedmiotu umowy.
3. Przedstawiciel Zamawiającego będzie sporządzał raz na kwartał raporty kontroli jakości posiłków wykonywanych przez Wykonawcę, które następnie będą mu przekazywane
4. W przypadku stwierdzenia przez Zamawiającego niewykonania lub niewłaściwego wykonania prac wchodzących w zakres przedmiotu umowy. Zamawiający ma prawo wezwać upoważnionego pracownika Wykonawcy do usunięcia stwierdzonych nieprawidłowości a następnie poinformować o tym fakcie Wykonawcę lub osobę przez niego upoważnioną.
5. Zamawiający ustanawia swoich przedstawicieli, upoważnionych do kontroli realizacji umowy, a w szczególności do sprawdzania stanu sanitarno-higienicznego wszystkich pomieszczeń kuchni głównej i kuchni mlecznej, wg harmonogramu.
6. Zamawiając ustanawia swojego przedstawiciela upoważnionego do kontroli w zakresie odpowiedniego przygotowania, dystrybucji i temperatury posiłków, zgodności ilościowej wydawanych porcji z ilością zamawianych oraz jakości pod względem walorów smakowych, estetycznych i urozmaicenia diet.

§ 7. Odpowiedzialność wykonawcy.

1. Wykonawca ponosi odpowiedzialność za :
 - a) prawidłową organizację pracy w poszczególnych działach kuchni, łącznie z obsadą stanowiskową na zmianie tj. szef zmiany – 1, kucharz- 2, pomoc kuchenna
 - b) przestrzeganie zasad czystości i higieny, z zachowaniem obowiązujących stref dla kuchni mlecznej i kuchni głównej (procedura sprzątania)
 - c) zabezpieczenie potrzebnego sprzętu do prawidłowego przygotowania i dystrybucji posiłków.
 - d) wywóz odpadów konsumpcyjnych i komunalnych
 - e) uszkodzenie lub zniszczenie mienia
 - f) wystąpienie epidemii zakażeń szpitalnych, potwierdzonej udokumentowanym mikrobiologicznie czynnikiem zakaźnym pochodzącym z kuchni lub od personelu kuchennego oraz za pokrycie wszelkich kosztów tym wywołanych.

§ 8. Zabezpieczenie należytego wykonania umowy.

Zamawiający wymaga od Wykonawcy zabezpieczenia należytego wykonania umowy w wysokości 5% ceny brutto oferty w wysokości **zł.**

Zabezpieczenie Wykonawca wnosi w formie:

§ 9. Czas trwania umowy.

1. Umowa zostaje zawarta na okres 30 /trzydziestu / miesięcy, licząc od daty zawarcia umowy.
2. W przypadku stwierdzenia rażącego naruszenia zasad i obowiązków określonych w niniejszej umowie oraz rozwiązania umowy najmu pomieszczeń kuchni Zamawiający ma prawo po uprzednim pisemnym bezskutecznym wezwaniu, do jednostronnego rozwiązania umowy, bez zachowania okresu wypowiedzenia.
3. Umowa może zostać rozwiązana każdym czasie na mocy porozumienia stron.

§ 10. Kary umowne.

1. Niezależnie od zabezpieczenia należytego wykonania umowy, strony ustalają dodatkowe zabezpieczenia w formie kar umownych.
2. Wykonawca płaci Zamawiającemu kary umowne:
 - a) 0.1 % miesięcznego wynagrodzenia za każdy dzień opóźnienia liczonego od dnia wyznaczonego Wykonawcy na zmianę sposobu wykonywania umowy lub za każdy dzień opóźnienia w usunięciu nieprawidłowości o których mowa w par.3 ust.2
 - b) za nie przystąpienie do wykonania umowy lub odstąpienia od umowy przez Zamawiającego z winy Wykonawcy w wysokości 10 % wartości ceny ofertowej brutto za przedmiot umowy.
 - c) 1000 złotych za każdy stwierdzony przypadek:
 - stwierdzonego braku ilości, bądź obniżonej jakości posiłków, zgłoszony kucharzowi odpowiedzialnemu za przygotowywanie posiłków na zmianie, na piśmie przez oddział i nie uzupełniony w ciągu 60 minut. od chwili zgłoszenia
 - zaniedbania pod względem sanitarno-higienicznym potwierdzonego dodatnimi wynikami badań mikrobiologicznych.
 - wystąpienia epidemii zakażeń szpitalnych spowodowanej przez udokumentowany mikrobiologicznie czynnik zakaźny pochodzący z kuchni lub od personelu kuchennego.
 - odstępstwa od obowiązującego programu żywienia i dystrybucji posiłków, wytycznych Instytutu Żywności i Żywienia dla żywienia zbiorowego w szpitalach
 - d) w przypadku dwukrotnego stwierdzenia przez Zamawiającego faktu wykonywania czynności związanych z realizacją przedmiotu umowy przez osoby niezatrudnione na podstawie umowy o pracę (niezależnie czy przez Wykonawcę czy Podwykonawcę), Zamawiający ma prawo odstąpić od umowy z winy Wykonawcy.
 - e) za każdy przypadek nieprzedłożenia przez Wykonawcę Zamawiającemu umów o pracę osób wykonujących czynności w ramach przedmiotu umowy, Wykonawca zapłaci Zamawiającemu karę umowną w wysokości 100 zł.
 - f) za każdy przypadek dopuszczenia przez Wykonawcę do realizacji czynności objętych przedmiotem umowy przez osoby nie zatrudnione na podstawie umowy o pracę, Wykonawca zapłaci Zamawiającemu karę umowną w wysokości 1000 zł brutto.
3. Podstawę zastosowania kary pieniężnej stanowić będzie protokół sporządzony przez Zamawiającego.

§ 11. Zmiany w umowie.

Wszelkie zmiany w umowie wymagają formy pisemnej pod rygorem nieważności

§ 12. Postanowienia końcowe.

1. Strony ustalają, że w sprawach nieuregulowanych w niniejszej umowie będą miały zastosowanie przepisy kodeksu Cywilnego oraz ustawy - Prawo Zamówień Publicznych.
2. W przypadku zaistnienia sporu strony zobowiązują się przekazać sprawy do sądu miejscowo właściwego dla Zamawiającego.
3. Umowę sporządzono w dwóch jednobrzmiących egzemplarzach, po jednym dla każdej ze stron.

Wykonawca:

Zamawiający

UMOWA NAJMU – KUCHNIA SZPITALNA - wzór

zawarta w dniu2019 r. w Przeworsku pomiędzy :

A) Samodzielnym Publicznym Zakładem Opieki Zdrowotnej w Przeworsku

adres; 37-200 Przeworsk, ul. Szpitalna nr 16, NIP 794-15-27-016
reprezentowanym przez ; mgr inż. Grzegorza Jedynaka - Dyrektora
zwanym w dalszej części umowy **"ZAMAWIAJĄCYM"**,
a

B)

z siedzibą: NIP
reprezentowaną przez:
zwaną w dalszej części umowy **"WYKONAWCĄ"**

a łącznie zwanymi w dalszej części umowy Stronami.

Niniejszą umowę strony zawarły w związku z udzieleniem Wykonawcy zamówienia publicznego na usługę zapewnienia całodziennego wyżywienia pacjentów Szpitala.

Artykuł 1

1. ZAMAWIAJĄCY oddaje a WYKONAWCA bierze w najem do odpłatnego używania : lokal użytkowy (kuchnia szpitalna) o powierzchni **699,00 m2**, położony w budynku przy **ul. Szpitalnej 16 w Przeworsku** wraz z wyposażeniem Kuchni Szpitalnej wymienionym w załączniku Nr 1 do umowy zwany dalej lokalem.
2. W lokalu znajduje się instalacja centralnego ogrzewania, elektryczna, wodnokanalizacyjna, ciepłej wody.
3. Przekazanie Wykonawcy przedmiotu najmu nastąpi z dniem2019 r. na podstawie protokołu zdawczo-odbiorczego.
4. Wykonawca nie wnosi zastrzeżeń do stanu technicznego lokalu.

Artykuł 2

1. WYKONAWCA zobowiązuje się wykorzystywać przedmiot najmu na świadczenie usługi polegającej na zapewnieniu całodziennego żywienia pacjentów Szpitala w ramach odrębnej umowy z dnia:
2. W okresie umowy WYKONAWCA zobowiązuje się korzystać z przedmiotu najmu z należytą starannością zgodnie z jego przeznaczeniem oraz technicznymi warunkami eksploatacji oraz przepisami prawa (w szczególności przepisami dotyczącymi bezpieczeństwa i higieny pracy oraz przepisami p. poż).
3. WYKONAWCA nie może wykorzystywać lokalu na inne cele niż określone w ust I, i bez pisemnej zgody ZAMAWIAJĄCEGO. WYKONAWCA nie może oddawać przedmiotu najmu bądź jego części w podnajem, dzierżawę, poddzierżawę, użytkowanie lub użyczenie osobom trzecim .
4. Wykonawca będzie ponosić odpowiedzialność za stan techniczny przedmiotu najmu przed organami kontrolnymi.

Artykuł 3

1. Wszelkie trwałe zmiany przedmiotu najmu, w tym również ulepszenia i remonty kapitalne mogą być dokonane przez WYKONAWCĘ wyłącznie za zgodą ZAMAWIAJĄCEGO
2. Koszty i wydatki związane z wykonaniem bieżących remontów i napraw oraz ulepszeń (przebudowa, rozbudowa, rekonstrukcja, adaptacja, modernizacja oraz inne prace zmieniające wartość użytkową przedmiotu najmu) i remontów kapitalnych przedmiotu najmu obciążają WYKONAWCĘ.
3. Wykonawcę obciąża obowiązek dostosowania pomieszczenia kuchni do wymogów określonych przepisami Rozporządzenia ministra Zdrowia z dnia 10 listopada 2006 ws. Wymagań jakim powinno odpowiadać pod względem fachowym i sanitarnym pomieszczenia i urządzenia zakładu opieki zdrowotnej.
4. ZAMAWIAJĄCY ma prawo do kontroli w każdym czasie przy udziale przedstawiciela Wykonawcy

urządzeń zainstalowanych w pomieszczeniach Kuchni w zakresie prawidłowej eksploatacji sieci zasilających i odpływowych poszczególnych urządzeń

5. Obowiązki remontowe urządzeń i instalacji w zakresie do urządzeń pomiarowych w budynku kuchni z wyłączeniem instalacji pary technologicznej która nie posiada urządzeń pomiarowych i rozdział obowiązków remontowych zostaje wyznaczony w miejscu zaworów odcinających kolektora parowego w pomieszczeniu węzła parowego kuchni spoczywa na Zamawiającym. Obowiązek remontowy urządzeń i instalacji od tych punktów na całej powierzchni kuchni spoczywa na Wykonawcy.
6. Wykonawca zobowiązany jest do utrzymania w należytym stanie sanitarnym osadnika tłuszczu (okresowe oczyszczanie min. raz na kwartał)
7. Stan techniczny budynku kuchni, ilość instalacji, urządzeń wchodzących w skład przedmiotu najmu oraz kontroli stanów ilościowych wynajmowanych składników majątkowych w razie uchybień, Zamawiający określi pisemnie sposób ich usunięcia. Nie wyklucza to zastosowania przez Zamawiającego kar umownych. W przypadku nie zrealizowania, nie przestrzegania ustalonych postanowień Zamawiający zastrzega sobie prawo do rozwiązania niniejszej umowy za wypowiedzeniem ze skutkiem natychmiastowym ze strony Wykonawcy, po uprzednim bez skutecznym wezwaniu do usunięcia uchybień.

Artykuł 4

1. WYKONAWCA jest zobowiązany płacić ZAMAWIAJĄCEMU czynsz najmu w uzgodnionej wysokości i terminach.
2. WYKONAWCA będzie płacił ZAMAWIAJĄCEMU czynsz najmu miesięcznie z góry w terminie do **15-dnia** każdego miesiąca.
3. Strony ustalają miesięczną stawkę czynszu najmu (brutto) w wysokości: **12 000,00 zł** (słownie: dwanaście tysięcy złotych)
4. W przypadku świadczenia usług przez Wykonawcę na rzecz innych podmiotów, miesięczna stawka czynszu wzrośnie do 75%- jednak nie mniej niż 40% - za każdy podmiot
Wysokość stawki będzie uzgodniona każdorazowo przez Strony na podstawie udokumentowanych danych przedstawionych przez Wykonawcę. Zmiana stawki czynszu nastąpi w formie aneksu do umowy
5. ZAMAWIAJĄCY może jednostronnie podwyższyć WYKONAWCY czynsz najmu o wskaźnik wzrostu cen towarów i usług konsumpcyjnych ogłaszany przez Prezesa GUS w Dzienniku Urzędowym po upływie każdego roku trwania umowy.
6. Oprócz czynszu Wykonawca zapłaci Zamawiającemu opłaty za świadczenia dodatkowe wg, następujących zasad :
 - a) energia elektryczna - zgodnie z cennikiem ZKE taryfa C11
 - b) zimna woda - kalkulacja sporządzona przez Zamawiającego (cena wyliczona na podstawie średnich kosztów dostawców wody dla Zamawiającego.
 - c) odprowadzenie ścieków - kalkulacja sporządzona przez Zamawiającego (koszt oczyszczania ścieków)
 - d) ciepła woda ,para technologiczna ,centralne ogrzewanie - kalkulacja sporządzona przez Zamawiającego (koszty wytworzenia mediów)
 - e) gaz - cennik Taryfa Dla Paliw Gazowych według Grupy Taryfowej W3
7. Opłaty za świadczenia dodatkowe będą rozliczane odrębną od czynszu fakturą w następnym miesiącu po wykonaniu usługi z terminem płatności 14 - dni od otrzymania faktury.
8. WYKONAWCA na własny koszt ma prawo do zainstalowania urządzeń pomiarowych

Artykuł 5

1. Umowa została zawarta na czas określony – od _____ (na 30 miesięcy).
2. Umowa może być rozwiązana w każdym czasie na mocy porozumienia stron.

Artykuł 6

1. ZAMAWIAJĄCY zastrzega sobie prawo natychmiastowego wypowiedzenia umowy bez zachowania okresu wypowiedzenia w formie oświadczenia złożonego WYKONAWCY w przypadku gdy wystąpi co najmniej jedna z niżej wymienionych okoliczności:
 - a) WYKONAWCA będzie opóźniał się z zapłatą należnego ZAMAWIAJĄCEMU czynszu najmu za okres co najmniej 2 miesięcy.
 - b) WYKONAWCA będzie wykorzystywał przedmiot najmu niezgodnie z jego przeznaczeniem

oraz przyjętymi uzgodnieniami,

c) WYKONAWCA w rażący sposób narusza inne postanowienia niniejszej umowy.

d) Nastąpi rozwiązanie umowy o świadczenie usług całodziennego żywienia pacjentów Szpitala.

2. W przypadku rozwiązania umowy z powyższego tytułu WYKONAWCA jest zobowiązany zwrócić ZAMAWIAJĄCEMU przedmiot najmu w terminie określonym przez ZAMAWIAJĄCEGO.

Artykuł 7

1. Po rozwiązaniu(wygaśnięciu) umowy WYKONAWCA jest zobowiązany zwrócić ZAMAWIAJĄCEMU przedmiot najmu w stanie nie pogorszonym ponad zużycie będące następstwem prawidłowej eksploatacji i używania przedmiotu najmu wraz z rezultatami bieżących remontów i napraw oraz ulepszeń i remontów kapitałnych.
2. Przekazanie przedmiotu najmu, oraz wyposażenia Kuchni Szpitalnej ZAMAWIAJĄCEMU po rozwiązaniu (lub wygaśnięciu) umowy najmu nastąpi na podstawie protokołu zdawczo - odbiorczego podpisanego przez strony umowy.

Artykuł 8

1. Wszelkie zmiany lub uzupełnienia umowy mogą być dokonane za zgodą stron w formie pisemnej pod rygorem nieważności.
2. W sprawach nie uregulowanych umową mają zastosowanie odpowiednie przepisy Kodeksu Cywilnego.
3. Ewentualne spory rozstrzygać będzie sąd właściwy miejscowo dla ZAMAWIAJĄCEGO.
4. Załączniki do umowy stanowią jej integralną część.
5. Umowa została sporządzona w dwóch jednakowo brzmiących egzemplarzach po jednym dla każdej strony.

WYKONAWCA

ZAMAWIAJĄCY

PROTOKÓŁ ZDAWCZO – ODBIORCZY

Lp.	Nazwa urządzenia	Ilość sztuk	Uwagi
1	Apteczka	2	
2	Biurko	1	
3	Regały	5	
4	Szafa BHP	11	
5	Szafa 3-drzwiowa	1	
6	Parownik PG-wmontowane	6	
7	Higrometr	1	
8	Agregaty	1	
9	Wanna żeliwna	1	
10	Wyparzacznik gastronomiczny	1	
11	Piekarnik PS 211	1	
12	Lampa bakteriobójcza	2	
13	Patelnia E PE-025	1	
14	Lodówka chłodziarko-zamrażarka	1	
15	Lodówki	2	
16	Sterylizator HS-400 PA	1	
17	Wagi (dziesiętna - 1, stołowa - 1, towarowa - 2)	4	
18	Odważniki	10	
19	Wózek do przewożenia z podgrzewaczem	2	
20	Obierarka OZP	1	
21	Gaśnica	3	
22	Dźwig towarowo-osobowy	2	
23	Szafka got. kuchenna	2	
24	Maszyna do mięsa	1	
25	Wentylatory	4	
26	Naświetlacz	1	
27	Wózki do potraw otwarte	3	
28	Wózki do potraw zamknięte	1	

Wykonawca**Zamawiający**