



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ
7^η Υ.ΠΕ ΚΡΗΤΗΣ
ΓΕΝΙΚΟ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟ ΧΑΝΙΩΝ
"Ο ΑΓΙΟΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ"

Χανιά 9-9-2014
 Αριθ. Διακ. 56Π

ΓΡΑΦΕΙΟ ΠΡΟΜΗΘΕΙΩΝ

Πληροφορίες : **Ε. Σαμψάκη**
 Τηλέφωνο : **2821-22309**
 FAX : **28210-22329**

Δ Ι Α Κ Η Ρ Υ Ξ Η
ΠΡΟΧΕΙΡΟΥ ΔΙΑΓΩΝΙΣΜΟΥ

Το Γενικό Νοσοκομείο Χανίων "Ο ΑΓΙΟΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ " έχοντας υπόψη τις διατάξεις :

1. Του Ν. Δ. 2592/53 (Φ Ε Κ 254/Α/1953) "Περί οργανώσεως της ιατρικής αντίληψης όπως τροποποιήθηκαν συμπληρώθηκαν και ισχύουν σήμερα.
2. Του Ν. 2889/02-03-2001 (Φ Ε Κ 37/Α/01) " Βελτίωση και εκσυγχρονισμός του Εθνικού Συστήματος Υγείας και άλλες διατάξεις (ΚΕΦΑΛΑΙΟ Α΄ ΑΡΘΡΟ 5 Καθορισμός αρμοδιοτήτων των Σ. Δ. των Νοσηλευτικών Ιδρυμάτων κ.λ.π.).
3. Του Ν. 3867 (ΦΕΚ 128/Α/03.08.2010) περί «Εποπτείας ιδιωτικής ασφάλισης, σύστασης εγγυητικού κεφαλαίου ιδιωτικής ασφάλισης ζωής, οργανισμών αξιολόγησης πιστοληπτικής ικανότητας και άλλες διατάξεις αρμοδιότητας του Υπουργείου Οικονομικών» (Άρθρο 27 παρ. 11)
4. Τον Ν.2955/2001 (ΦΕΚ256/02-11-2001).
5. Του Ν. 2286/95 (Φ Ε Κ 19/Α/95) "Προμήθειες του Δημόσιου Τομέα & ρυθμίσεις συναφών θεμάτων".
6. Του Π. Δ. 60/07 (Φ Ε Κ 64/Α/16-3-2007) προσαρμογή Ελληνικής Νομοθεσίας στις διατάξεις της Οδηγίας 2004/18/ΕΚ "περί συντονισμού των διαδικασιών σύναψης δημοσίων συμβάσεων έργων, προμηθειών και υπηρεσιών.
7. Του Π.Δ. 118/07 (Φ Ε Κ 150/Α/07) "Κανονισμός Προμηθειών Δημοσίου Δικαίου"
8. Του Ν. 3389/2005 "Σύμπραξη Δημόσιου & Ιδιωτικού Τομέα"
9. Του Ν. 2362/95 "Περί Δημόσιου Λογιστικού "
10. Τον Ν.2522/1977 περί Δικαστική προστασία κατά το στάδιο που προηγείται της σύναψης δημοσίων έργων, κρατικών προμηθειών και υπηρεσιών (ΦΕΚ 178 Τ.Α.)
11. Τον Ν. 3918/2011 περί Διαρθρωτικών αλλαγών στο σύστημα υγείας και άλλες διατάξεις (ΦΕΚ 31 Τ.Α.)
12. Του Π.Δ.394/96 (ΦΕΚ 266/Α/96) "Κανονισμός Προμηθειών Δημοσίου Δικαίου" Κ.Π.Δ.(ΦΕΚ.266/Α/4.12.96).
13. Την με αριθ. 37 / πρκ. 9 / 30-7-2014 απόφαση του Ενιαίου Διοικητικού Συμβουλίου του Γ.Ν.Χ – Θ.Ψ.Π.Χ σχετικά με την έγκριση διενέργειας πρόχειρου μειοδοτικού διαγωνισμού.
14. Τον Ν. 3886/2010 περί Δικαστικής προστασίας κατά τη σύναψη συμβάσεων- Εναρμόνιση της ελληνικής νομοθεσίας με την Οδηγία 89/665/ΕΟΚ του Συμβουλίου της 21^{ης} Ιουνίου 1989 (L 395) και την Οδηγία 92/13/ΕΟΚ του Συμβουλίου της 25^{ης} Φεβρουαρίου 1992 (L 76), όπως τροποποιήθηκαν με την Οδηγία 2007/66/ΕΚ του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου και του Συμβουλίου της 11^{ης} Δεκεμβρίου 2007 (L 335) (ΦΕΚ 173 Τ.Α.)

Π Ρ Ο Κ Η Ρ Υ Ξ Ξ Ε Ι**Πρόχειρο μειοδοτικό διαγωνισμό για την
ΣΙΤΙΣΗ ΕΦΗΜΕΡΕΥΟΝΤΩΝ ΙΑΤΡΩΝ ΤΟΥ Κ.Υ ΒΑΜΟΥ**

Προϋπολογισθείσα δαπάνη : 20.000,00 Ευρώ συμπεριλαμβανομένου του ΦΠΑ.

Ημερομηνία λήξης υποβολής προσφορών η 29η Σεπτεμβρίου 2014 ημέρα **Δευτέρα** και ώρα **2^{οο}** στο Γραφείο Προμηθειών του Γενικού Νοσοκομείου Χανίων.

Ημερομηνία αποσφράγισης προσφορών η 30^η Σεπτεμβρίου 2014 ημέρα **Τρίτη** και ώρα **10^{οο}** στο Γραφείο Προμηθειών του Γενικού Νοσοκομείου Χανίων.

Οι ενδιαφερόμενοι θα πρέπει να καταθέσουν σφραγισμένη προσφορά έως **29η Σεπτεμβρίου 2014** ημέρα **Δευτέρα** και ώρα **2^{οο}** στο Γρ. προμηθειών ή στο Πρωτόκολλο του Νοσοκομείου.

Ο Διαγωνισμός θα διενεργηθεί **την 30^η Σεπτεμβρίου 2014** ημέρα **Τρίτη** και ώρα **10^{οο}** στο Γραφείο Προμηθειών του Νοσοκομείου από την τριμελή επιτροπή που έχει ορισθεί με την παραπάνω απόφαση του Δ.Σ..

Κατά την ώρα αποσφράγισης των προσφορών μπορούν να παρευρίσκονται και οι ενδιαφερόμενοι. Αντιπροσφορές δεν γίνονται δεκτές και απορρίπτονται ως απαράδεκτες .

Διευκρινήσεις μετά την κατάθεση των προσφορών απορρίπτονται ως απαράδεκτες, εκτός αν ζητηθούν από την επιτροπή.

Προκειμένου να εξοικονομείται χρόνος και να επιταχύνονται οι διαδικασίες η αποσφράγιση των προσφορών θα πραγματοποιηθεί ενιαία χωρίς διάκριση σταδίων/φάσεων (Αξιολόγηση Δικαιολογητικών, Αξιολόγηση Τεχνικής Προσφοράς και Οικονομικής Προσφοράς).

Προσφορές που παραδίδονται μετά την προαναφερόμενη ημερομηνία και ώρα θα επιστρέφονται ως εκπρόθεσμες .

ΠΡΟΣΦΟΡΕΣ: Οι προσφορές υποβάλλονται δακτυλογραφημένες σε δύο αντίγραφα στην Ελληνική γλώσσα . Για την αναγραφή των ορολογιών και των τύπων δύναται να χρησιμοποιηθεί και η ξένη γλώσσα. Η προσφορά θα είναι χωρίς ξέσματα, σβησίματα, διορθώσεις και δεν υπόκειται σε χαρτόσημο και δεν θα φέρει αριθμητικά πολλαπλασιαστικά και προσθετικά λάθη.

Ο φάκελος της προσφοράς θα είναι σφραγισμένος και θα φέρει τις ενδείξεις :

- α) Η λέξη " προσφορά "
- β) Ο πλήρης τίτλος του Νοσοκομείου, ήτοι " ΓΕΝΙΚΟ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟ ΧΑΝΙΩΝ "
- γ) Ο αριθμός διακήρυξης.
- δ) Η ημερομηνία διενέργειας του διαγωνισμού.
- ε) Τα στοιχεία του αποστολέα.

Απαραίτητη στο φάκελο της προσφοράς η προσκόμιση δισκέτας **H/Y** σε πρόγραμμα **Microsoft**.

Η ηλεκτρονική αποστολή του φύλλου της διακήρυξης του διαγωνισμού θα πραγματοποιείται αφότου η εταιρεία δώσει εντολή σε εταιρεία ταχυμεταφορών ή σε αντιπρόσωπο της και πληρωθεί το σχετικό παράβολο στο Ταμείο του Νοσοκομείου. Απαραίτητη προϋπόθεση είναι να δοθεί από την εταιρεία ταχυμεταφορών ή από τον αντιπρόσωπο της εταιρείας η διεύθυνση ηλεκτρονικού ταχυδρομείου της ενδιαφερόμενης εταιρείας, όπου και θα αποσταλεί ηλεκτρονικά η διακήρυξη καθώς επίσης και ο α/α του σχετικού παραβόλου, ο οποίος θα σημειώνεται και θα κρατείται σε σχετικό αρχείο στο Γρ. Προμηθειών.

Το σχετικό παράβολο από το Ταμείο του Νοσοκομείου (**όπου θα αναγράφεται ο διαγωνισμός για τον οποίο πληρώθηκε**) προσκομίζεται υποχρεωτικά στο φάκελο των δικαιολογητικών συμμετοχής **ΕΠΙ ΠΟΙΝΗ ΑΠΟΡΡΙΨΕΩΣ**.

Το ποσό που απαιτείται για την ηλεκτρονική αποστολή της διακήρυξης του διαγωνισμού ανέρχεται σε **10 ΕΥΡΩ** θα πληρώνεται με ταχυδρομική επιταγή έπ' ονόματι του αρμόδιου υπαλλήλου προμηθειών ή με μετρητά στο Ταμείο του Νοσοκομείου.

ΙΣΧΥΣ ΤΩΝ ΠΡΟΣΦΟΡΩΝ

Οι προσφορές ισχύουν και δεσμεύουν τους προμηθευτές για ενενήντα (90) ημέρες.

Η έναρξη προθεσμίας αρχίζει από την επομένη της διενέργειας του διαγωνισμού.

Ο χρόνος ισχύος της προσφοράς θα αναφέρεται στην προσφορά.

ΤΙΜΗ: Η τιμή θα δοθεί σε ΕΥΡΩ. Στην τιμή θα περιλαμβάνονται οι κρατήσεις υπέρ τρίτων καθώς και κάθε άλλη επιβάρυνση (μεταφορικά) εκτός του Φ.Π.Α., που θα αναφέρεται χωριστά και βαραίνει το Νοσοκομείο.

ΑΠΟΣΦΡΑΓΙΣΗ ΠΡΟΣΦΟΡΩΝ –ΑΝΤΙΠΡΟΣΦΟΡΕΣ- ΔΙΕΥΚΡΙΝΗΣΕΙΣ :

Η αποσφράγιση των προσφορών θα γίνει από την επιτροπή διεξαγωγής του διαγωνισμού. Κατά την ώρα αποσφράγισης των προσφορών μπορούν να παρευρίσκονται και οι ενδιαφερόμενοι . Αντιπροσφορές δεν γίνονται δεκτές και απορρίπτονται ως απαράδεκτες .

Διευκρινήσεις μετά την κατάθεση των προσφορών απορρίπτονται ως απαράδεκτες, εκτός αν ζητηθούν από την επιτροπή.

ΕΝΣΤΑΣΕΙΣ : Για το παραδεκτό της άσκησης ένστασης προσκομίζεται παράβολο κατάθεσης υπέρ του Δημοσίου ποσού ίσου με το 0,10 επί τοις εκατό (0.10%) επί της προϋπολογισμένης αξίας του υπό προμήθεια είδους το ύψος του οποίου δεν μπορεί να είναι μικρότερο των (1.000) και μεγαλύτερο των πέντε χιλιάδων (5.000) ευρώ. Το παράβολο αποτελεί δημόσιο έσοδο και καταχωρείται στον κωδικό αριθμό εσόδου (ΚΑΕ) 3741 (παράβολα από κάθε αιτία). Με κοινή απόφαση των Υπουργών Οικονομίας Οικονομικών και Ανάπτυξης μπορεί να αναπροσαρμόζεται το ποσοστό του παραβόλου και το ύψος των ανωτέρω ποσών.

ΚΡΑΤΗΣΕΙΣ :

Οι νόμιμες κρατήσεις που επιβαρύνουν τον προμηθευτή είναι :

1. 1,5 % υπέρ Μ. Τ. Π. Υ. στην καθαρή αξία του Τιμολογίου χωρίς ΦΠΑ .
2. Χαρτόσημο 2,40% επί του Μ. Τ. Π. Υ.
3. 2% Ε.Π.Υ
4. Φόρος 4% στην καθαρή αξία του Τιμολογίου μείον τις κρατήσεις .
5. 0,10% επί της καθαρής αξίας εκτός ΦΠΑ. Υπέρ Ενιαίας Ανεξάρτητης Αρχής Δημοσίων Συμβάσεων (ΑΑΔΣ).
6. 3,60% (χαρτόσημο + ΟΓΑ χαρτοσήμου) επί του 0,10% του ΕΑΑΔΣ.

ΧΡΟΝΟΣ ΠΛΗΡΩΜΗΣ : Η πληρωμή θα γίνει αφού προηγουμένως ο προμηθευτής έχει εκπληρώσει πλήρως τις υποχρεώσεις οι οποίες πηγάζουν από τους όρους της σύμβασης, με χρηματικό ένταλμα θεωρημένο από την υπηρεσία του Ελεγκτικού Συνεδρίου σύμφωνα με το Ν. 2649/97.

Σε περίπτωση που η πληρωμή του συμβασιούχου καθυστερήσει από την αναθέτουσα αρχή εξήντα (60) ημέρες μετά την υποβολή του τιμολογίου πώλησης από αυτόν, η αναθέτουσα αρχή (οφειλέτης), σύμφωνα με τα οριζόμενα στο π.δ. 166/2003 (ΦΕΚ 138/Α/ 5.6.2003) «Προσαρμογή της Ελληνικής νομοθεσίας στην οδηγία 2000/35 της 29.6.2000 για την καταπολέμηση των καθυστερήσεων πληρωμών στις εμπορικές συναλλαγές, καθίσταται υπερήμερος και οφείλει τόκους χωρίς να απαιτείται όχληση από τον συμβασιούχο. Επισημαίνεται ότι η υποβολή του τιμολογίου πώλησης δεν μπορεί να γίνει προ της ημερομηνίας εκδόσεως του πρωτοκόλλου οριστικής ποιοτικής και ποσοτικής παραλαβής.

ΑΠΟΡΡΙΨΗ ΠΡΟΣΦΟΡΩΝ : Οι προσφορές κρίνονται απορριπτέες και επιστρέφονται στις παρακάτω περιπτώσεις:

1. Όταν ο προσφέρων δεν δηλώνει στην προσφορά του :

- α) Το χρόνο ισχύος της προσφοράς .
- β) Το χρόνο παράδοσης.
- 2. Όταν ο χρόνος ισχύος της προσφοράς είναι μικρότερος του προβλεπόμενου στη διακήρυξη.
- 3. Όταν ο χρόνος παράδοσης είναι μεγαλύτερος από τον προβλεπόμενο στη διακήρυξη .
- 4. Όταν η προσφορά δεν είναι δακτυλογραφημένη ή φέρει ξέσματα – σβησίματα – διορθώσεις.
- 5. Όταν η προσφερόμενη τιμή δίδεται σε συνάλλαγμα ή θέτει όρο αναπροσαρμογής .
- 6. Όταν θέτει όρο πληρωμής εφ' όσον δεν προβλέπεται από την διακήρυξη.
- 7. Όταν δεν καταθέτουν δείγματα ή προσπέκτους , ενώ αυτά προβλέπονται από τη διακήρυξη.

8. ΠΡΟΣΟΧΗ: Σύμφωνα με το άρθρο 13 του Ν. 3918/2011, στο στάδιο κατακύρωσης του διαγωνισμού θα πραγματοποιηθεί σύγκριση των τιμών των οικονομικών προσφορών με αυτές του Παρατηρητηρίου Τιμών, όπως καταγράφονται κατά την τελευταία ημέρα της προθεσμίας υποβολής των προσφορών. Οι οικονομικές προσφορές που είναι ανώτερες από τις κατά τα ανωτέρω παραδεκτές τιμές, απορρίπτονται. (Ο κωδικός του Παρατηρητηρίου Τιμών και οι τιμές θα πρέπει να συμπληρώνονται επί ποινή απορρίψεως στην προσφορά. Σε περίπτωση που το είδος δεν συμπεριλαμβάνεται στο Παρατηρητήριο Τιμών θα πρέπει αυτό να αναφέρεται με θεωρημένη υπεύθυνη δήλωση από τον προσφέροντα.)

ΧΡΟΝΟΣ ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ: Ο χρόνος παράδοσης μετράει από την επόμενη ημέρα της υπογραφής της σύμβασης μεταξύ Νοσοκομείου και Προμηθευτή . Προσφορά στην οποία θα αναφέρεται χρόνος μεγαλύτερος του προβλεπόμενου στη διακήρυξη, δεν θα λαμβάνεται υπ' όψιν .

ΤΟΠΟΣ ΚΑΙ ΤΡΟΠΟΣ ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ : Σαν τόπος παράδοσης ορίζεται το Κ.Υ Βάμου.

Σε περίπτωση που το προς παράδοση είδος κριθεί απορριπτικό ο προμηθευτής υποχρεούται να το αντικαταστήσει .

ΚΗΡΥΞΗ ΕΚΠΤΩΤΟΥ ΠΡΟΜΗΘΕΥΤΗ: Ο προμηθευτής κηρύσσεται έκπτωτος στις παρακάτω περιπτώσεις:

A) Αν δεν υπογράψει τη σύμβαση στην προαναφερόμενη καθορισμένη προθεσμία .

B) Αν δεν παραδώσει το υπό προμήθεια είδος εντός του ορισθέντος χρόνου.

Και στις δύο περιπτώσεις ο προμηθευτής υπόκειται στις κυρώσεις που προβλέπονται από το Π. Δ. 394/96 ,όπως αυτό τροποποιήθηκε από το Π.Δ.118/07.

Ο ΔΙΟΙΚΗΤΗΣ

ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΣ ΔΟΥΛΓΕΡΑΚΗΣ

A. ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΠΡΟΔΙΑΓΡΑΦΕΣ

1. Ο προμηθευτής θα πρέπει να τηρεί όλες τις αγορανομικές διατάξεις και να εφαρμόζει τις οδηγίες του κώδικα υγιονομικής νομοθεσίας που διέπουν τους χειρισμούς τροφίμων σε όλα τα στάδια δηλαδή παραλαβή πρώτων υλών, προετοιμασία, παρασκευή και διανομή για κατανάλωση. Ιδιαίτερα θα πρέπει να μερινιά για την πρόληψη τροφικών δηλητηριάσεων και σαλμονελλώσεων.
2. Τα φαγητά να παραδίδονται σε ατομική συσκευασία (με σερβίτσιο μιας χρήσεως) ή μεριδοποιημένα και να είναι σε θερμοκρασία κατά την παράδοση άνω των 65 °C.
3. Οι σαλάτες και το τυρί θα παραδίδονται σε ατομικές συσκευασίες.
4. Το βάρος των φαγητών ανά μερίδα που καθορίζεται στη διακήρυξη είναι σε μαγειρεμένη μορφή.
5. Το βάρος ανά μερίδα για τις σαλάτες εποχής που καθορίζεται στη διακήρυξη είναι σε ωμή μορφή και για τις βραστές σε μαγειρεμένη.
6. Το ΚΥ θα καθορίσει επιτροπή παραλαβής φαγητού η οποία έχει την ευθύνη για την τήρηση των όρων της σύμβασης. Η επιτροπή παραλαβής έχει το δικαίωμα να επισκεφθεί τους χώρους παρασκευής χωρίς καμία προειδοποίηση προκειμένου να σχηματίσει άποψη για τη διαδικασία παρασκευής των γευμάτων.
- 7. Οι τιμές θα δοθούν ανά μερίδα ανεξάρτητα από το είδος του πιάτου.**

B. ΠΑΡΑΓΓΕΛΙΑ – ΠΑΡΑΔΟΣΗ – ΠΑΡΑΛΑΒΗ ΦΑΓΗΤΩΝ

1. Τα υπό προμήθεια έτοιμα φαγητά και τρόφιμα θα πρέπει να παραδίδονται καθημερινά στο Κ.Υ και συγκεκριμένα το γεύμα 13.30-14.30 και το δείπνο 20.00-21.00 σε χώρο που θα υποδείξει η διεύθυνση του ΚΥ.
2. Η παραγγελία θα δίνεται τηλεφωνικά ή με fax μέχρι τις 12.00 της προηγούμενης μέρας και σε αυτήν θα καθορίζεται ο αριθμός των ζητούμενων μερίδων.
3. Το Κ.Υ διατηρεί το δικαίωμα μέχρι τις 08.00 της ημέρας εκτέλεσης της παραγγελίας να τροποποιεί αυτή με έγγραφη ειδοποίηση μέσω fax ή τηλεφωνικά αυξομειώνοντας τις μερίδες μέχρι 10%.
4. Η μεταφορά των φαγητών στο Κ.Υ θα γίνεται με καθαρά και απολυμασμένα μεταφορικά μέσα του προμηθευτή. Το πλύσιμο και η απομάκρυνση των σκευών μεταφοράς του φαγητού είναι ευθύνη του προμηθευτή.
5. Σε περίπτωση που ο προμηθευτής καθυστερήσει να παραδώσει τα φαγητά στο Κ.Υ ή παραλείψει να φέρει ορισμένα από όσα έχουν παραγγελθεί ή δεν τα παραδώσει καθόλου, ή σε περίπτωση απόρριψης των ειδών από την επιτροπή παραλαβής και μη αντικατάστασής τους σε ταχθείσα ημερομηνία εντός μιας ώρας το αργότερο, τότε το Κ.Υ μπορεί να αγοράσει αυτά ή αντίστοιχα προϊόντα από το ελεύθερο εμπόριο. Σε αυτή την περίπτωση η τυχόν επιπλέον διαφορά τιμής μεταξύ της συμβατικής και της εκ του ελεύθερου εμπορίου αγοράς, καθώς και κάθε άλλη πρόσθετη δαπάνη που θα προκύψει από την αιτία αυτή, βαρύνουν τον προμηθευτή και καταλογίζονται σε βάρος του μετά από σχετική απόφαση της Διεύθυνσης του Κ.Υ.

Γ. ΠΟΙΟΤΙΚΕΣ & ΠΟΣΟΤΙΚΕΣ ΠΡΟΔΙΑΓΡΑΦΕΣ ΠΡΩΤΩΝ ΥΛΩΝ -ΜΕΝΟΥ

1. Θα προτιμηθεί ο προμηθευτής και οι χορηγητές των πρώτων υλών που χρησιμοποιεί, να εφαρμόζουν σύστημα ανάλυσης επικινδυνότητας και κρίσιμων σημείων ελέγχου HACCP για τους χώρους παραγωγής, επεξεργασίας, συσκευασίας, αποθήκευσης και διακίνησης των χορηγούμενων ειδών.
2. Τα δεκατέσσερα εβδομαδιαία γεύματα θα πρέπει να έχουν ενδεικτικά τουλάχιστον την πιο κάτω βασική σύνθεση:
 - 2 γεύματα με φρέσκο κιμά και σαλάτα εποχής
 - 2 γεύματα με λαδερά ή ζυμαρικά και τυρί φέτα Α' ποιότητας
 - 3 γεύματα με κοτόπουλο, τυρί φέτα και σαλάτα εποχής

-3 γεύματα με κρέας, ζυμαρικά ή πατάτες και σαλάτα εποχής

-2 γεύματα με ψάρι-θαλασσινά και σαλάτα εποχής

-2 γεύματα με όσπρια, τυρί φέτα, αντσούγιες ή ελιές

Όλα τα παραπάνω γεύματα θα συνοδεύονται με φρούτο εποχής.

Ο προμηθευτής υποχρεούται κατά την αρχή κάθε εβδομάδας να αναρτά σε εμφανές σημείο του χώρου εστίασης το μενού της εβδομάδας και να το υποβάλλει σε καθορισμένο υπάλληλο του Κ.Υ.

3. Για την παρασκευή των φαγητών ο ανάδοχος υποχρεούται να χρησιμοποιεί υλικά αρίστης ποιότητας.

Ειδικότερα:

α. Τα κρέατα θα είναι όλα νωπά και αρίστης ποιότητας.

β. Τα λαχανικά θα είναι επίσης αρίστης ποιότητας και κατά προτίμηση εποχής. Στον κατάλογο του εστιατορίου θα αναγράφεται με σαφήνεια αν το είδος του φαγητού είναι κατεψυγμένο.

γ. Τα βούτυρα και τα ελαιόλαδα θα είναι Α' ποιότητας. Ειδικότερα θα χρησιμοποιούνται και έπειτα από έγκριση της επιτροπής:

-ελαιόλαδο για σαλάτα οξύτητας 0 - 1 βαθμών

-ελαιόλαδο για φαγητά οξύτητας 0 – 1.5 βαθμών

-ελαιόλαδο για τηγανητά οξύτητας 0 – 1.5 βαθμών

-βούτυρο γάλακτος για την παρασκευή ορισμένων γλυκισμάτων.

4. Τα γεύματα θα παρέχονται δύο φορές την ημέρα και θα είναι διαφορετικό το μεσημεριανό φαγητό από το βραδινό. Το μενού δεν θα επαναλαμβάνεται την ίδια ημέρα (μεσημέρι - βράδυ), ούτε στα γεύματα της επόμενης μέρας.

5. Το ψωμί θα είναι ημέρας τύπου 70%.

6. Η ποσότητα του ελαιολάδου για τις σαλάτες θα είναι 20 γρμ. / μερίδα.

7. Το λάδι, αλάτι, λεμόνι ή ξύδι που θα χρησιμοποιούνται σε σαλάτες και φαγητά για την ποιότητα και ασφάλεια των τροφίμων κρίνεται απαραίτητο να προστίθενται λίγο πριν το σερβίρισμα.

8. Η ποσότητα, της σάλτσας, όπου προβλέπεται από τη συνταγή, θα αφορά το 20% - 30% του προβλεπόμενου βάρους του τροφίμου που συνοδεύεται με σάλτσα.

9. Τα είδη τυρόπιτα, σπανακόπιτα, πίτσα θα είναι ταψιού.

10. Το μοσχάρι και το χοιρινό θα είναι άνευ οστών, άλιπα, νωπά. Επίσης, θα είναι είτε σε φέτες είτε σε μικρά κομμάτια.

11. Το ψάρι θα είναι κατεψυγμένο, φέτα ή φιλέτο, Α' ποιότητας. Δε θα περιέχει οστά εντός ή εκτός σάρκας (πλην μεγάλου εμφανούς οστού που αφαιρείται εύκολα).

12. Το κοτόπουλο θα είναι νωπό Α' ποιότητας, μπουτί ή φιλέτο στήθος.

13. Ο κιμάς στα μπιφτέκια, κεφτέδες, σουτζουκάκια κλπ. θα προέρχεται από μοσχαρίσιο κρέας, νωπό άλιπο, Α' ποιότητας.

14. Τα φαγητά θα είναι μαγειρεμένα πάντα την ημέρα παράδοσης, καλοβρασμένα ή καλοψημένα και σερβιρισμένα προσεκτικά στην ατομική συσκευασία ή στα ταψιά gastronom, .

15. Φαγητά όπως λαδερά και σουπές θα έχουν τη σωστή αναλογία σε σάλτσα ή υγρό και ρύζι ή ζυμαρικό ή ανάλογο στερεό περιεχόμενο.

16. Τα επιδόρπια θα παραδίδονται κρύα σε θερμοκρασίες που προβλέπονται από τη νομοθεσία.

17. Όσα είδη είναι συσκευασμένα / τυποποιημένα όπως τα είδη ζαχαροπλαστικής / επιδόρπια θα είναι σε ατομική συσκευασία και θα έχουν την κατάλληλη σήμανση και ημερομηνία παραγωγής / λήξης.

18. Για φαγητά που προβλέπουν γαρνιτούρα (ρύζι – πατάτες – πουρέ, κ.λ.π.) να τοποθετούνται σε χωριστά ταψιά gastronom που θα κλείνει ερμητικά ή σε άλλη κατάλληλη συσκευασία χωριστά από το κύριο γεύμα.

19. Το τριμμένο τυρί θα παραδίδεται ξεχωριστά, σε ατομική συσκευασία με κατάλληλη σήμανση (και ημερομηνία παραγωγής / λήξης). Τα τυριά θα παραδίδονται μεριδοποιημένα ή ατομικά συσκευασμένα με κατάλληλη σήμανση (και ημερομηνία παραγωγής / λήξης).

20. Το ψωμί θα παραδίδεται συσκευασμένο ώστε να μην αλλοιώνονται τα οργανοληπτικά του χαρακτηριστικά.

21. Ενδεικτικά μενού συμπεριλαμβάνονται στο παράρτημα Η.

22. Τόσο η ατομική συσκευασία όσο και τα ταψιά των φαγητών αλλά και τα ισοθερμικά δοχεία να είναι κατάλληλα για τρόφιμα και να φέρουν το σχετικό ειδικό σήμα καταλληλότητας.

Δ. ΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΗ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ ΓΕΥΜΑΤΩΝ

1. Απαιτείται διαφορετικός χώρος προετοιμασίας, κρεάτων, πουλερικών, ψαριών, λαχανικών, με ξεχωριστό εξοπλισμό προς αποφυγή τροφικών δηλητηριάσεων και σαλμονελλώσεων.

2. Τα τρόφιμα θα πρέπει να είναι προστατευμένα σε όλα τα στάδια φύλαξης – προετοιμασίας – παρασκευής – παράδοσης στο ΚΥ από έντομα, τρωκτικά κ.λ.π. .

3. Οι κτιριακές εγκαταστάσεις του προμηθευτή, ο εξοπλισμός προετοιμασίας παρασκευής και μεταφοράς των γευμάτων καθώς και όλες οι επιφάνειες και τα δάπεδα της εταιρείας του θα πρέπει να βρίσκονται πάντοτε καθαρά.

4. Το προσωπικό που διαθέτει ο προμηθευτής πρέπει να τηρεί τους κανόνες υγιεινής:

- Να φέρει κατάλληλη καθαρή ενδυμασία (σκουφιά – ρόμπα – ποδιά-γάντια)
- Να φέρει απαραίτητως ατομικό βιβλιάριο υγείας σε ισχύ.

5. Η διακίνηση του έτοιμου φαγητού από το χώρο παραγωγής προς το ΚΥ πρέπει να γίνεται σε ισοθερμικά δοχεία και να διανέμεται στους γιατρούς του ΚΥ σε θερμοκρασία άνω των 65°C , για να αποφευχθεί ο κίνδυνος ανάπτυξης μικροοργανισμών και μικροβίων στο φαγητό και επομένως δηλητηριάσεων, ιδίως κατά τους καλοκαιρινούς μήνες.

6. Θα προτιμηθεί το εστιατόριο παρασκευής φαγητού να διαθέτει, πιστοποίηση συστήματος ISO και H.A.C.C.P. από διαπιστευμένο φορέα πιστοποίησης.

Ε. ΚΑΤΑΓΩΓΗ ΠΡΟΣΦΕΡΟΜΕΝΩΝ ΥΛΙΚΩΝ

Οι ενδιαφερόμενοι υποχρεούνται να αναφέρουν στις προσφορές τους τους προμηθευτές των πρώτων υλών που θα χρησιμοποιήσουν και τους προμηθευτές των έτοιμων ειδών που πιθανά θα προσφέρουν.

Αναλυτικότερα, ο συμμετέχων πρέπει να δηλώνει στην προσφορά του τους προμηθευτές των πρώτων υλών καθώς και τον τόπο εγκατάστασής τους αλλά και τα αντίστοιχα στοιχεία των εργοστασίων / προμηθευτών όταν για την παραγωγή του τελικού προϊόντος μεσολαβούν διάφορες φάσεις βιομηχανοποίησης ή όταν κάποια είδη παράγονται σε άλλα εργοστάσια. Προσφορά στην οποία δεν υπάρχει η παραπάνω δήλωση απορρίπτεται.

ΣΤ. ΠΕΡΙΠΤΩΣΕΙΣ ΠΟΥ ΚΗΡΥΣΣΕΤΑΙ ΕΚΠΤΩΤΟΣ Ο ΠΡΟΜΗΘΕΥΤΗΣ

1. Ποιότητα, Ασφάλεια και Υγιεινή Τροφίμων

- Χημικές επιμολύνσεις που οφείλονται στην παρουσία χημικών ουσιών που είναι τοξικές για τον άνθρωπο, των οποίων η παρουσία απαγορεύεται τελείως ή περιορίζεται κάτω από καθορισμένα όρια (εντομοκτόνα, πρόσθετα, χημικά καθαριστικά, διοξίνες, φυτοφάρμακα κ.α.)

- Μικροβιακές επιμολύνσεις που οφείλονται στην παρουσία παθογόνων / μη παθογόνων μικροοργανισμών και είναι ορατές μακροσκοπικά (γεύση, οσμή, χρώμα).

- Μικροβιακές επιμολύνσεις που οφείλονται στην παρουσία παθογόνων / μη παθογόνων μικροοργανισμών και είναι μη ορατές μακροσκοπικά.

- Φυσικές επιμολύνσεις από ξένα σώματα, ως προς το τρόφιμο: Υλικά συσκευασίας (μέταλλο, γυαλί, ξύλο, πλαστικό κ.α.).
- Προσωπικό (τρίχες, νύχια κ.α.).
- Εργαλεία καθαρισμού / υλικά συντήρησης / φτερά και περιπτώματα ζώων κ.α. .

2.Κακός χειρισμός των φαγητών κατά την παρασκευή, συσκευασία, αναθέρμανση και διακίνηση:

- Άβραστο ή καμένο φαγητό
- Παρεκκλίσεις από την απαιτούμενη εσωτερική θερμοκρασία του φαγητού κατά την παράδοσή του
- Διακίνηση και παράδοση του ζεστού φαγητού σε θερμοκρασία μικρότερη από 65 οC (επικίνδυνη ζώνη ανάπτυξης μικροοργανισμών)
- Μη ικανοποιητική εμφάνιση και συσκευασία φαγητού.
- Διάρκεια ζωής μη αναμενόμενη στα συσκευασμένα είδη ή ακατάλληλη σήμανση.

3. Αποκλίσεις από τους όρους της σύμβασης που αναφέρονται στην παράγραφο Γ «Ποιοτικές και ποσοτικές προδιαγραφές».

4. Αριθμός μερίδων της παραγγελίας ή ποσότητα ανά μερίδα

Αφορά αποκλίσεις στον αριθμό των μερίδων καθώς και στην ποσότητα κάθε μερίδας όπως προβλέπεται από την παραγγελία του ΚΥ και τους όρους της σύμβασης (μεριδολόγιο) αντίστοιχα.

5. Αλλαγή υπό παραγγελία ειδών – χρόνος παράδοσης των γευμάτων

Αφορά αλλαγή κάποιου είδους από τα προβλεπόμενα στην παραγγελία του ΚΥ χωρίς προηγούμενη ενημέρωση και προέγκριση του ΚΥ.

Επίσης χρόνους παράδοσης των γευμάτων όπως προβλέπονται από τη διακήρυξη.

H. ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΟΣ ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΦΑΓΗΤΩΝ – ΠΟΣΟΤΗΤΑ ΑΝΑ ΜΕΡΙΔΑ-ΕΙΔΗ

1.ΣΑΛΑΤΕΣ

- Ντομάτα 250 γρμ.
- Ντομάτα – Αγγούρι 250 γρμ.
- Αγγούρι 300 γρμ.
- Χόρτα βραστά (παντζάρια, ραδίκια, αντίδια, βλήτα) 300 γρμ.
- Λάχανο βραστό 300 γρμ.
- Μπρόκολο-Κουνουπίδι βραστό 300 γρμ
- Κολοκυθάκια βραστά 300 γρμ.
- Λάχανο ωμό τριμμένο 250 γρμ
- Λάχανο – καρότο τριμμένο ωμό 200-50 γρμ.
- Αμπελοφάσουλα 250 γρμ.
- Μελιτζανοσαλάτα 100 γρμ.
- Ταραμοσαλάτα 100 γρμ

2.ΟΣΠΡΙΑ

- Φακές 350 γρμ.
- Φασόλια 350 γρμ.
- Ρεβίθια σούπα 350 γρμ.
- Γίγαντες πλακί 400 γρμ.
- Φάβα 300 γρμ.

3.ΣΟΥΠΕΣ

- Ψαρόσουπα 300 γρμ.
- Μαγειρίτσα 400 γρμ

4.ΡΥΖΙΑ

- Σπανακόρυζο 400 γρμ.
- Πιλάφι ρύζι άσπρο 200 γρμ.
- Ρύζι με ανάμεικτα λαχανικά 200γρμ. ρύζι – 150γρμ. λαχανικά

5.ΠΑΤΑΤΕΣ

- Πατάτες στο φούρνο ριγανάτες 300 γρμ.
- Πατάτες πουρές 200 γρμ.
- Πατάτες βραστές 300 γρμ.
- Πατάτες τηγανητές 200 γρμ.

6.ΖΥΜΑΡΙΚΑ

(Μακαρόνια Νο3, Νο 6, μακαρονάκι κοφτό,κριθαράκι, χυλοπίτες)

- Με σάλτσα ντομάτα 300 γρμ. μακαρόνια – 100γρμ. ντομάτα
- Με κιμά 300γρμ. μακαρόνια – 150γρμ. κιμά
- Άσπρα 300 γρμ.
- Μακαρόνια καρμπονάρα (ζαμπόν-μπέικον, τυρί, κρέμα γάλακτος) 200γρμ. μακαρόνια – 150γρμ. σάλτσα

7.ΓΕΜΙΣΤΑ /ΝΤΟΛΜΑΔΕΣ

- Ντομάτες-Πιπεριές γεμιστές με ρύζι 400 γρμ.
- Ντομάτες - Πιπεριές γεμιστές με κιμά – ρύζι 400 γρμ.
- Κολοκυθάκια γεμιστά με κιμά - ρύζι 300 γρμ.
- Ντολμάδες γιαλατζί με αμπελόφυλλα 300 γρμ
- Ντολμάδες με αμπελόφυλλα ρύζι & κιμά 300 γρμ.
- Λαχανοντολμάδες (ρύζι – κιμά) με ή χωρίς αυγολέμονο 400 γρμ.

8.ΜΟΥΣΑΚΑΣ – ΠΑΣΤΙΤΣΙΟ

- Μουσακάς με κολοκυθάκια, πατάτες & κιμά 450γρμ.(200 γρμ.πατάτες- 200 γρμ. κολοκύθια-100γρμ. κιμά)
- Μουσακάς με μελιτζάνες, πατάτες & κιμά 450γρμ.(250 γρμ.μελιτζάνες- 200 γρμ κολοκύθια – 100γρμ. κιμά)
- Παστίσιο (μακαρόνια & κιμά) 450γρμ. μακαρόνια – 100γρμ. κιμάς

10.ΛΑΔΕΡΑ ΦΑΓΗΤΑ

- Αρακάς με πατάτες 250γρμ. αρακάς – 150γρμ. πατάτες
- Αρακάς με αγκινάρες 400 γρμ. (2 τεμ. αγκινάρες)
- Αρακάς λαδερός 400 γρμ.
- Λαχανικά τηγανητά(κολοκύθι,μελιτζάνα) 300 γρμ.
- Μπριάμ 400 γρμ.
- Μελιτζάνες ιμάμ 450 γρμ.
- Μελιτζάνες τηγανητές με σάλτσα 400 γρμ.
- Μπάμιες λαδερές φιλές 450 γρμ.
- Φασολάκια λαδερά 400 γρμ.
- Φασολάκια με πατάτες 250γρμ. φασοάκια – 150γρμ. πατάτες

-Αγκινάρες αλά πολίτα (4τεμ. Αγκινάρες) 450 γρμ.

11.ΠΙΤΕΣ – ΜΠΟΥΡΕΚΙ – ΠΙΤΣΑ

- Τυρόπιτα 350 γρμ.
- Σπανακόπιτα 350 γρμ.
- Σπανακοτυρόπιτα 350 γρμ.
- Πίτσες διάφορες 350 γρμ.
- Μπουρέκι 350 γρμ.

12.ΚΡΕΑΣ

Αρνί

- Αρνί φρικασέ (μαρούλι) 250γρμ. αρνί – 250γρμ. μαρούλια
- Αρνί Πάσχα με πατάτες φούρνου 200γρμ. αρνί – 250 γρμ. πατάτες

Κουνέλι

- Κουνέλι στιφάδο με πατάτες 200γρμ.κουνέλι– 300γρμ. πατάτες φούρνου ή 200 γρμ, πατάτες τηγανητές

Μοσχάρι

- Μοσχάρι με αρακά 200γρμ. μοσχάρι – 300γρμ. αρακά
- Μοσχάρι στιφάδο 250γρ.μοσχάρι– 300γρμ. κρεμμύδια
- Μοσχάρι βραστό – σούπα με κριθαράκι, πατάτες & καρότα 200γρμ. μοσχάρι – 300γρμ.κριθαράκι-λαχανικά
- Μοσχάρι κοκκινιστό ή λεμονάτο 200 γρμ. μοσχάρι
- Μοσχάρι κοκκινιστό ή λεμονάτο με ρύζι 200γρμ. μοσχάρι– 200γρμ. ρύζι
- Μοσχάρι κοκκινιστό ή λεμονάτο με πατάτες 200γρμ. μοσχάρι– 300 γρμ. πατάτες
- Μοσχάρι κοκκινιστό ή λεμονάτο με ζυμαρικό 200γρμ. μοσχάρι – 200γρμ. ζυμαρικό
- Μοσχάρι κοκκινιστό ή λεμονάτο με πουρέ 200γρμ. μοσχάρι – 200γρμ. πουρέ
- Μοσχάρι ψητό με πατάτες φούρνου 200γρμ. μοσχάρι – 300γρμ. πατάτες
- Μοσχάρι ψητό με πιλάφι 200γρμ. μοσχάρι – 230 γρμ. πιλάφι
- Μοσχάρι ψητό με πουρέ 200γρμ. μοσχάρι – 200 γρμ. πουρέ
- Μοσχάρι ψητό με ζυμαρικό 200γρμ. μοσχάρι – 230γρμ. ζυμαρικό
- Μοσχαρίσιες μπριζόλες με πιλάφι 300γρμ. μοσχάρι – 150 γρμ. πιλάφι
- Μοσχαρίσιες μπριζόλες με πατάτες φούρνου 300γρμ. μοσχάρι – 300 γρμ. πατάτες

Χοιρινό

- Χοιρινό με σέλινο αυγολέμονο 200γρμ. χοιρινό – 300γρμ. σέλινο
- Χοιρινό λεμονάτο με πατάτες 200γρμ .χοιρινό – 300γρμ. πατάτες
- Χοιρινές μπριζόλες με πατάτες φούρνου 300γρμ.χοιρινό – 300γρμ. πατάτες
- Χοιρινές μπριζόλες με πιλάφι και αρακά
300γρμ. μπριζόλες – 150γρμ. πιλάφι –50 γρμ.αρακά
- Χοιρινό λεμονάτο με πουρέ 200γρμ. χοιρινό – 200γρμ. πουρέ
- Χοιρινό λεμονάτο με ρύζι 200γρμ. χοιρινό – 200γρμ.ρύζι
- Χοιρινό Σουβλάκι με πατάτες φούρνου 250γρμ. – 300γρμ.πατάτες
- Χοιρινό Σνίτσελ με πατάτες φούρνου 200γρμ. – 300γρμ.πατάτες

Κιμάς

- Γιουβαρλάκια με ντομάτα (5 τεμ.) 300 γρμ.
- Γιουβαρλάκια αυγολέμονο (5 τεμ.) 300 γρμ.
- Σουτζουκάκια 200 γρμ.
- Κεφτέδες με σάλτσα 200 γρμ.
- Κεφτέδες στο φούρνο 200 γρμ.
- Μπιφτέκια σχάρας (2 τεμάχια) με πατάτες φούρνου 200γρμ. μπιφτέκι – 300γρμ. πατάτες
- Μπιφτέκια σχάρας με πουρέ 200γρμ. μπιφτέκι – 200γρμ. πουρέ
- Μπιφτέκια σχάρας με ζυμαρικό 200γρμ. μπιφτέκι – 200γρμ.ζυμαρικό
- Μπιφτέκια σχάρας με ρύζι (2 τεμ.) 200γρμ. μπιφτέκι – 200γρμ. ρύζι
- Σουτζουκάκια με πουρέ 200γρμ. σουτζουκάκια – 200γρμ. πουρές
- Μελιτζάνες παπουτσάκια 450 γρμ. (100γρμ. κιμάς)
- Κεφτέδες με πατάτες φούρνου 200γρμ. κεφτέδες – 300γρμ.πατάτες
- Σουτζουκάκια με πιλάφι 200γρμ. σουτζουκάκια – 200 γρμ. Ρύζι

Πουλερικά

- Κοτόπουλο ψητό με ρύζι (πιλάφι) 250γρμ. κοτόπουλο – 200γρμ. ρύζι
- Κοτόπουλο ψητό με πατάτες φούρνου 250γρμ. κοτόπουλο – 300γρμ.πατάτες
- Κοτόπουλο ψητό με ζυμαρικό 250γρμ. κοτόπουλο– 200γρμ. ζυμαρικό
- Κοτόπουλο σουβλάκι 250 γρμ.
- Κοτόπουλο με μπάμιες 250γρμ. κοτόπουλο – 200γρμ.μπάμιες
- Κοτόπουλο κοκκινιστό ή λεμονάτο 250γρμ. κοτόπουλο
- Κοτόπουλο κοκκινιστό ή λεμονάτο με πουρέ 250γρμ. κοτόπουλο – 200γρμ. πουρέ
- Κοτόπουλο κοκκινιστό ή λεμονάτο με πιλάφι 250γρμ. κοτόπουλο – 200γρμ. πιλάφι
- Κοτόπουλο κοκκινιστό ή λεμονάτο με ζυμαρικό 250γρμ. κοτόπουλο – 200γρμ. ζυμαρικό
- Κοτόπουλο σούπια (στήθος) 250γρμ.κοτόπουλο – 200γρμ.(ζυμαρικό ή ρύζι)
- Κοτόπουλο φιλέτο ρολό με πατάτες φούρνου 250γρμ. κοτόπουλο – 300γρμ. πατάτες
- Γαλοπούλα με πατάτες 250γρμ.γαλοπούλα – 300γρμ. πατάτες

13.ΨΑΡΙΑ – ΘΑΛΑΣΣΙΝΑ

- Βραστό 250 γρμ.
- Πλακί στο φούρνο 350 γρμ.
- Τηγανητό (φιλέτο ή φέτα) κατεψυγμένη 250 γρμ.
- Ψητό με πατάτες 250γρμ. ψάρι – 300 γρμ. πατάτες
- Ψαρόσουπια με ρύζι, καρότα, πατάτες & σέλινο 250 γρ. ψάρι – 300 γρ. σούπια
- Βακαλάος αλίπαστος τηγανητός 250 γρμ.
- Σουπιές με σπανάκι 200γρμ. σουπιές-250γρμ. σπανάκι
- Χταπόδι με ρύζι ή μακαρονάκι κοφτό 200γρμ. χταπόδι-200γρμ. ζυμαρικό
- Καλαμαράκια με ρύζι 200γρ. καλαμαράκια–200γρμ. ρύζι
- Καλαμαράκια τηγανητά 250 γρμ.
- Καλαμαράκια τηγανητά με πατάτες 200γρμ. καλαμαράκια - 150γρμ. πατάτες

14.ΓΛΥΚΑ

- Βασιλόπιτα 100 γρμ.
- Κέικ απλό 100 γρμ.
- Κουραμπιέδες 1 τμχ.

- Μελομακάρονα 1 τμχ.
- Τσουρέκι ατομικό 100 γραμ.
- Χαλβάς με σιμιγδάλι (λαδιού) 150 γραμ.
- Κουλουράκια πασχαλινά 2 τμχ.
- Γαλακτομπούρεκο 100 γρμ. (1 τεμάχιο)
- Ραβανί 100 γρμ. (1 τεμάχιο)
- Κανταίφι κλασικό 100 γρμ. (1 τεμάχιο)

15.ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ

- Ψωμί 50 γρμ / φέτα
- Ελιές 50 γρμ.
- Σαρδέλες ακέφαλες σε ελαιόλαδο 100 γρμ. (στραγγισμένο)

16.ΤΥΡΙΑ

- Γραβιέρα αλμυρή 50 γρμ.
- Τυρί τριμμένο 30 γρμ.
- Φέτα 50 γρμ.
- Ανθότυρος 50 γρμ.

17.ΦΡΟΥΤΑ

- Αχλάδι 1 τεμάχιο
- Βερίκοκα 3 τεμάχια
- Καρπούζι 500 γρμ.
- Μανταρίνια 2 τεμάχια
- Μήλα golden ή starkin 1 τεμάχιο
- Πεπόνι 300 γρμ.
- Πορτοκάλι 1 τεμάχιο
- Ροδάκινο 1 τεμάχιο
- Σταφύλι σταφίδα 200 γρμ.

**Η ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΟΣ
ΤΟΥ ΓΕΝΙΚΟΥ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟΥ ΧΑΝΙΩΝ**

ΚΑΝΙΤΣΑΚΗ ΧΡΙΣΤΙΝΑ

Ο μέγιστος αριθμός γευμάτων ημερησίως είναι 8 (οκτώ) :

4 γεύματα το μεσημέρι

4 γεύματα το βράδυ