**Załącznik nr 4 do SWZ**

**nr sprawy:** **38/SM/2024**

# **OPIS PRZEDMIOTU ZAMÓWIENIA**

# **WYMAGANIA**

**w zakresie organizacji i jakości żywienia**

1. Żywienie realizowane będzie codziennie dla całodobowych nieetatowych służb wewnętrznych, szkoleń rotacyjnych (2 dniowe), oraz w przypadku organizowania szkoleń podstawowych (16 dniowe), wyrównawczych (8 dniowe) oraz kursów instruktorsko-metodycznych MZSz (ilość dni uzależniona od organizatora) dla żołnierzy biorących udział w tych szkoleniach. Śniadanie, obiad   
   i kolacja wydawane będą jako oddzielne posiłki w czasie określonym Porządkiem Dnia ćwiczących pododdziałów. W razie zaistnienia potrzeby posiłek kolacyjny wydawany będzie przy obiedzie.
2. Żywienie w czasie sytuacji kryzysowych i ogłoszenia mobilizacji realizowane będzie następująco: śniadanie, obiad i kolacja wydawane będą jako oddzielne posiłki w godzinach określonych we wcześniejszych zamówieniach Usługobiorcy przekazanych Wykonawcy.
3. **Wykonawca** będzie świadczył usługi żywieniowe w formie gotowanych posiłków lub suchego prowiantu oraz w systemie mieszanym zgodnie z zamówieniami przekazywanymi Wykonawcy przez Usługobiorcę.
4. Posiłki śniadaniowe każdego dnia będą przygotowywane w jednym zestawie. W skład śniadań uwzględniać: przetwory mleczne, pieczywo, masło naturalne bądź inne tłuszcze, dodatki do pieczywa (wędliny, konserwy, produkty nabiałowe, dżem, miód, itp.), dodatki warzywne i gorące napoje. Zastrzega się aby posiłki przywożone tylko dla służb dyżurnych były zapakowane w taki sposób, aby nie doszło do ich zanieczyszczenia (wędliny i produkty nabiałowe, dzielone z całości na części np. plasterki wędliny, sera jak również owoce, warzywa nie będące w całości – ćwiartka papryki, sałatki, itp. - zapakowane próżniowo bądź też hermetycznie). Do posiłku należy planować napój ciepły.
5. Posiłki obiadowe przygotowywać w zestawie trzech dań obejmujących: zupę z pieczywem, drugie danie z dwoma dodatkami warzywnymi (w tym jeden w postaci surówki), deser oraz napój. Dla urozmaicenia żywienia dekadowo w składzie drugich dań obiadowych planować w połowie potrawy mięsne (w tym ryby) i w połowie pozostałe potrawy z mięsa rozdrobnionego, półmięsne i bezmięsne. Te same rodzaje zup i drugich dań nie mogą wystąpić częściej niż raz w dekadzie. Kompot podawać nie częściej niż co drugi dzień na przemian z innymi napojami, jak soki i napoje owocowe, warzywne lub owocowo-warzywne. Na deser planować budynie, kisiele wzbogacone owocami, galaretki, koktajle mleczne, ciasta, słodycze itp. w taki sposób, aby nie doszło do ich zanieczyszczenia (podobnie jak śniadanie - zapakowane próżniowo) wg. normy przewidzianej podczas pełnienia całodobowej służby wewnętrznej.
6. Posiłki kolacyjne przygotowywać jako potrawy gorące uzupełnione pieczywem z dodatkami.   
   W daniach kolacyjnych bez udziału potrawy gorącej należy odpowiednio zwiększać dodatki do pieczywa. Niezależnie od formy kolacji (gotowanej, suchej) zaleca się planować dodatek w formie owocu lub warzywa oraz napoje. W przypadku posiłków kolacyjnych w formie suchej wydawanej razem z obiadem produkty muszą być zapakowane w taki sposób, aby nie doszło do ich zanieczyszczenia. Zastrzega się aby posiłki kolacyjne przywożone tylko dla służb dyżurnych były zapakowane w taki sposób, aby nie doszło do ich zanieczyszczenia (podobnie jak śniadanie - zapakowane próżniowo lub hermetycznie).
7. W czasie świąt państwowych i wojskowych określonych w odrębnych przepisach należy planować posiłki akcentując okolicznościowy charakter, w tym typowe potrawy żołnierskie, atrakcyjne desery, owoce, ciasto. Do posiłku należy planować ciepły napój.
8. W trakcie układania jadłospisów dekadowych należy kierować się zasadami:

* jeżeli występuje w pierwszym śniadaniu dodatek podstawowy w formie jarskiej to w drugim śniadaniu musi wystąpić w formie mięsnej – i odwrotnie;
* w posiłku obiadowym zupy o podwyższonej wartości energetycznej należy planować do drugich dań o niższej wartości energetycznej – i odwrotnie;
* surówki łączone z jarzynami gotowanymi powinny być dobierane z różnych warzyw, a także być kontrastowe pod względem kolorystycznym;
* nie należy planować dodatków warzywnych do drugich dań obiadowych z warzyw stanowiących podstawowy składnik zupy;
* w przypadkach przygotowywania zup z warzyw kiszonych nie należy planować tych warzyw   
  w postaci dodatków do dania drugiego.

1. Wydawanie takich środków spożywczych jak masło, musztarda, dżemy, miód, soki w kartonikach realizowane będzie w opakowaniach jednostkowych (jedno opakowanie na jednego żywionego). Cena ww. artykułów uwzględniana jest przy wycenie jadłospisu.
2. Do przygotowywanych posiłków będzie stosowanywykaz asortymentowo - ilościowy produktów spożywczych oraz wymagane parametry energetyczne i odżywcze opisane w tabeli poniżej.
3. Stosowane w żywieniu produkty spożywcze będą zgodne z obowiązującymi Polskimi Normami oraz w I kategorii jakości.
4. Wykonawca jest zobowiązany w terminie nie później niż na 3 dni przed rozpoczęciem realizacji zamówienia sporządzić szczegółowy jadłospis dekadowy zawierający gramaturę potraw oraz kalkulację kosztów produktów spożywczych użytych do ich wytworzenia.
5. Wykonawca jest zobowiązany do przedstawienia Szefowi Służby Żywnościowej Zamawiającego jadłospisu, o którym mowa w ust. 12, w celu jego weryfikacji i zatwierdzenia nie później niż na 2 dni robocze przed rozpoczęciem dostarczania posiłków Usługobiorcy. Zatwierdzony jadłospis podlega realizacji bez wprowadzania jakichkolwiek zmian przez Wykonawcę.
6. Wykonawca jest zobowiązany do sporządzenia jadłospisu, o którym mowa w ust. 13, w taki sposób aby dania podstawowe wchodzące w skład wszystkich posiłków nie powtarzały się w okresie kolejnych 10 dni.
7. Wykonawca na własny koszt zapewni pobieranie i przechowanie próbek żywności - zgodnie   
   z rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dnia 17 kwietnia 2007 r. w sprawie pobierania   
   i przechowywania próbek żywności przez zakłady żywienia zbiorowego typu zamkniętego (t. j.: Dz. U z 2007 r. nr 80, poz. 545).
8. Wykonawca zapewni we własnym zakresie i na własny koszt niezbędną ilość zamykanych sztywnych pojemników na odpady pokonsumpcyjne oraz odbiór i utylizację tych odpadów.
9. Wykonawca jest zobowiązany do odbioru odpadów z posiłku podczas dostawy kolejnego posiłku.
10. Odbiór odpadów z ostatniego zamówionego posiłku nastąpi po zakończeniu spożywania tego posiłku przez żołnierzy Usługobiorcy.
11. Posiłki będą dostarczane i wydawane przez Wykonawcę w godzinach zgodnych z porządkiem dnia lub harmonogramem (programem) szkolenia ustalonym przez Usługobiorcę i wskazanym   
    w zamówieniu przesłanym do Wykonawcy.
12. Porządek dnia przewiduje następujące godziny wydawania posiłków:

Śniadanie: 06.00 – 08.00

Obiad: 13.00 – 15.00

Kolacja: 18.00 – 19.00

1. Wykonawca będzie dostarczał posiłki zamówione przez Usługobiorcę do miejsc wykonywania zadań służbowych przez żołnierzy Usługobiorcy, położonych w obrębie miejscowości: Alwernia, Andrychów, Brzeszcze, Chrzanów, Kęty, Oświęcim, Trzebinia, Wadowice oraz miejsc oddalonych od nich w promieniu maksymalnie 20 km. Usługobiorca jest odpowiedzialny za przygotowanie miejsc wydawania i spożywania posiłków w sposób odpowiadający wymaganiom sanitarnym.
2. Wykonawca zapewni dowóz posiłków do miejsc wymienionych w ust. 21. Posiłki będą wydawane przez Wykonawcę w opakowaniach zbiorczych (specjalistyczne termosy, termoporty gwarantujące utrzymanie właściwej temperatury oraz jakości wydawanych potraw), zawierających opakowania jednostkowe oddzielne dla każdego żywionego (lunch boxy, opakowania z wieczkiem na zupę itp). Wykonawca zobowiązuje się do zapewnienia odpowiedniej ilości naczyń jednorazowych do wydania posiłków oraz przyprawy (sól i pieprz).
3. Usługobiorca jest zobowiązany do przekazywania Wykonawcy w formie pisemnej za pośrednictwem poczty elektronicznej zamówień na przygotowanie posiłków, zawierających zbiorcze zestawienie ilościowe osób zaplanowanych do żywienia oraz konkretne miejsca dostarczenia poszczególnych posiłków. Zamówienie będzie zawierało:

* ilość osób żywionych według stosowanych w wojsku norm wyżywienia,
* podział według stosowanych form wyżywienia (żywienie ciepłym posiłkiem, suchy prowiant),
* konkretne miejsca i godziny dostarczenia posiłków.

1. W przypadku żywienia uczestników szkoleń odbywających się w dniach roboczych, zamówienia będą przekazywane Wykonawcy przez Usługobiorcę w dniu poprzedzającym żywienie do godz. 12.00, natomiast w przypadku szkoleń w weekendy zamówienia te będą przekazywane Wykonawcy przez Usługobiorcę w każdą środę poprzedzającą weekend szkoleniowy do godz. 13.00. W przypadku żywienia całodobowych nieetatowych służb dyżurnych zamówienie na posiłki będzie składane najpóźniej dwa dni robocze przed rozpoczęciem kolejnego miesiąca rozliczeniowego. Ewentualne zmiany w ilości osób żywionych, które mogą zaistnieć po rozpoczęciu szkolenia weekendowego (różnica pomiędzy ilością osób zaplanowanych na ćwiczenia, a ilością faktycznych uczestników szkolenia) będą przekazywane Wykonawcy przez Usługobiorcę pisemnie za pośrednictwem poczty elektronicznej najpóźniej przy dostarczeniu pierwszego posiłku na szkolenie weekendowe. Dopuszczalna różnica pomiędzy ilością osób wcześniej zgłoszonych, a ilością osób faktycznie żywioną może wynosić 10%. Do rozliczenia w fakturze Wykonawca przyjmie ilość faktycznie wydanych posiłków.
2. Ilość planowanych w 2025 r. należności:

Norma 020: 24 320 racji dziennych

40% Normy 110: 2 232 dodatków do racji dziennych.

1. Dokumenty uprawniające do wyżywienia:

Żołnierze Obrony Terytorialnej: art. 330 ust. 1 pkt 1 ustawy z dnia 11 marca 2022 r. o obronie Ojczyzny (Dz. U. z 2024 r. poz. 248), § 35 ust. 1 pkt 6 lit. c, § 40 pkt 2 lit. d oraz § 42 ust. 1 pkt 3 rozporządzenia Ministra Obrony Narodowej z dnia z dnia 13 maja 2022 r. w sprawie umundurowania i wyżywienia oraz innych należności wydawanych żołnierzom niebędącym żołnierzami zawodowymi (Dz. U. z 2022 r. poz. 1131 ze zm.).

Żołnierze zawodowi: art. 334 ust. 1 ustawy z dnia 11 marca 2022 r. o obronie Ojczyzny (Dz. U.   
z 2024 r. poz. 248), § 7 ust. 1 pkt 6 lit. c, § 13 pkt 2 lit. c oraz § 15 ust. 1 pkt 3 rozporządzenia Ministra Obrony Narodowej z dnia 28 kwietnia 2022 r. w sprawie bezpłatnego wyżywienia żołnierzy zawodowych Sił Zbrojnych Rzeczypospolitej Polskiej (Dz. U. z 2022 r. poz. 1080 ze zm.).

**ZESTAW ASORTYMENTOWO-ILOŚCIOWY PRODUKTÓW SPOŻYWCZYCH ORAZ WYMAGANE PARAMETRY ENERGETYCZNE l ODŻYWCZE NORMY WYŻYWIENIA SZKOLNEJ 020**

**SKŁAD ILOŚCIOWY I ASORTYMENT ŚRODKÓW SPOŻYWCZYCH ZAWARTYCH  
W ZASADNICZYCH ORAZ DODATKOWYCH NORMACH WYŻYWIENIA ŻOŁNIERZY**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **WYSZCZEGÓLNIENIE** | **NORMA WYŻYWIENIA**  **(w g na osobę)** |  |  |  |
|  | **WYSZCZEGÓLNIENIE** | **NORMA WYŻYWIENIA (w g na osobę)** |
| **1** | **2** |  | **1** | **2** |
| Filet z dorsza mrożony | 7 |  | Papryka świeża | 3 |
| Filet z morszczuka mrożony | 7 |  | Pomidor świeże | 25 |
| Filet z mintaja mrożony | 6 |  | Ogórki świeże | 15 |
| Kons. rybna filet z makreli w ol. | 10 |  | Sałata | 25 |
| Kons. rybna filet z makreli w pom. | 18 |  | Kapusta świeża biała | 30 |
| Antrykot wołowy b/k kręgosłupa | 20 |  | Kapusta świeża czerwona | 8 |
| Wołowina zrazowa b/k | 24 |  | Kapusta pekińska | 10 |
| Udo z kurczaka | 17 |  | Kapusta brukselska świeża | 5 |
| Pierś z kurczaka | 15 |  | Kalafior świeży | 10 |
| Karkówka wieprzowa b/k | 25 |  | Rzodkiewka | 10 |
| Łopatka wieprzowa b/k | 25 |  | Pietruszka korzeniowa | 10 |
| Schab wieprzowy b/k | 20 |  | Seler korzeniowy | 10 |
| Szynka wieprzowa surowa b/k | 10 |  | Por | 10 |
| Mięso wieprz od szynki drobne | 10 |  | Natka pietruszki | 1 |
| Schab wieprzowy b/k | 20 |  | Koperek zielony | 1 |
| Kiełbasa parówkowa specjalna | 3 |  | Szczypiorek | 1 |
| Parówki specjalne | 3 |  | Czosnek | 2 |
| Mortadela specjalna | 3 |  | Cytryny | 2 |
| Kiełbasa biała parzona | 5 |  | Truskawki świeże | 10 |
| Kiełbasa podlaska | 5 |  | Wiśnie świeże | 5 |
| Kiełbasa wojskowa | 5 |  | Śliwki świeże | 12 |
| Kiełbasa śląska | 5 |  | Jabłka świeże | 160 |
| Kiełbasa toruńska | 5 |  | Fasola | 15 |
| Kiełbasa zwyczajna | 5 |  | Groch specjalnie łuszczony | 12 |
| Kiełbasa krakowska parzona | 10 |  | Pyzy ziemniaczane | 25 |
| Kiełbasa szynkowa wieprzowa | 10 |  | Kluski śląskie | 25 |
| Baleron | 5 |  | Kluski kopytka | 25 |
| Szynka wieprz. gotowana | 5 |  | Sok z czarnej porzeczki | 15 |
| Boczek wędzony b/k | 10 |  | Sok wieloowocowy | 50 |
| Parówki drobiowe | 5 |  | Kapusta kwaszona | 30 |
| Szynka z kurczaka | 4 |  | Ogórki kwaszone | 15 |
| Szynka z indyka | 4 |  | Chrzan tarty | 2 |
| Mortadela drobiowa | 4 |  | Koncentrat pomid. 30% | 7 |
| Gatunkowa mielonka kons. wieprz | 9 |  | Mieszanka warzyw kons. 2 skład. | 10 |
| Konserwa tyrolska | 8 |  | Mieszanka warzyw kons. 3 skład. | 10 |
| Gulasz wieprzowy podsmażany | 6 |  | Groszek kons. | 10 |
| Gulasz wołowy podsmażany | 5 |  | Fasola kons. | 5 |
| Pasztet wiejski | 4 |  | Kapusta brukselska zamroż. | 3 |
| Pasztet turystyczny | 4 |  | Fasola szparag zamroż. | 10 |
| Konserwa salceson saperski | 2 |  | Drożdżówki z nadzieniem | 50 |
| Mielonka drobiowa | 1 |  | Makowiec | 5 |
| Konserwa pasztet z drobiu | 1 |  | Jabłecznik | 5 |
| Konserwa z boczku | 1 |  | Suchary specjalne | 30 |
| Fasola po bretońsku | 2 |  | Makarony | 22 |
| Kapusta biała z mięsem | 2 |  | Cukier kryształ | 50 |
| Gołąbki w sosie pomidorowym | 5 |  | Batony czekoladowe | 5 |
| Klopsiki w sosie pomidorowym | 5 |  | Miód naturalny | 5 |
| Jaja świeże | 0,50 szt. |  | Dżem wysokosłodzony śliwk. | 6 |
| Mleko spożywcze 2% tł. | 300 |  | Dżem wysokosłodzony trusk. | 6 |
| Śmietana 18% tł. | 23 |  | Koncentrat rosół wołowy | 2 |
| Jogurt naturalny 2% tł. | 50 |  | Olej rzepakowy uniwersalny | 10 |
| Kefir 1,5-2% tł. | 50 |  | Słonina kons. spec. | 4 |
| Ser twarogowy półtłusty | 15 |  | Słonina świeża | 6 |
| Ser gouda tłusty | 20 |  | Smalec wieprzowy | 9 |
| Ser topiony tłusty | 10 |  | Liść laurowy | 0,05 |
| Serek homogenizowany waniliowy | 15 |  | Papryka mielona ( pieprz turecki) | 0,10 |
| Masło extra | 25 |  | Pieprz naturalny | 0,15 |
| Ziemniaki | 550 |  | Majeranek | 0,15 |
| Buraki ćwikłowe | 30 |  | Ziele angielskie | 0,15 |
| Marchew świeża | 50 |  | Sól | 25 |
| Cebula świeża | 30 |  | Musztarda | 2 |
| Fasola szparag świeża | 10 |  | Ketchup | 2 |
| Różyczki kalafiora zamroż. | 5 |  | Przypraw do zup w płynie | 4 |
| Szpinak zamrożony | 5 |  | Przyprawa do mięsa | 0,15 |
| Mąka pszenna specjalna 750 | 18 |  | Przyprawa do ryb | 0,15 |
| Kasza gryczana | 3 |  | Ocet | 1 |
| Kasza jęczmienna mazurska | 3 |  | Kwas cytrynowy spożywczy | 0,10 |
| Kasza jęczmienna pęczak | 3 |  | Panier | 3 |
| Kasza manna | 3 |  | Kakao 10-12% tł | 2 |
| Płatki kukurydziane | 5 |  | Kawa naturalna mielona | 4 |
| Mieszanki zbożowe musli | 5 |  | Kawa nat rozp. inst | 1 |
| Ryz biały | 10 |  | Kawa zbożowa specjalna | 4 |
| Bułki pszenne zwykłe | 100 |  | Herbata | 2,5 |
| Chleb żytni razowy | 120 |  | Jaja świeże | 25 (0,5szt) |
| Chleb zwykły | 350 |  | Ryby i przetwory rybne w przeliczeniu na filety ryb morskich | 58 |
| Produkty strączkowe | 27 |  | Ziemniaki | 700 |
| Przetwory zbożowe | 73 |  | Warzywa i owoce bogate w wit. C | 132 |
| Pieczywo | 670 |  | Warzywa i owoce karotenowe | 160 |
| Mięso i przetwory w przeliczeniu na mięso | 292 |  | Inne warzywa i owoce | 365 |
| Tłuszcze zwierzęce w przeliczeniu na smalec | 19 |  | Cukier i słodycze | 73 |
| Tłuszcze roślinne w przeliczeniu na olej | 10 |  | Produkty pozostałe | 50,5 |
| Mleko i przetwory mleczne w przeliczeniu na mleko | 850 |  | Masło i śmietana w przeliczeniu na masło | 46 |

***Uwaga****: Produkty żywnościowe muszą być zgodne z Polskimi Normami oraz w I kategorii jakości.*

**PARAMETRY ENERGETYCZNE l ODŻYWCZE NORMY WYŻYWIENIA SZKOLNEJ 020**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Lp** | **Wyszczególnienie** | **Jm** | **Norma wyżywienia szkolna 020** |
| **1** | **2** | **3** | **4** |
| 1 | Wartości energetyczne | kJ | 18380 |
| kcal | 4390 |
| 2 | Białko roślinne | g | 66 |
| 3 | Białko zwierzęce | g | 82 |
| 4 | Tłuszcze roślinne | g | 28 |
| 5 | Tłuszcze zwierzęce | g | 120 |
| 6 | Wapń | mg | 1311 |
| 7 | Fosfor | mg | 2514 |
| 8 | Żelazo | mg | 37 |
| 9 | Magnez | mg | 576 |
| 10 | Witamina A | ug | 1360 |
| 11 | Witamina C | mg | 136 |

**Wykaz wskaźników przeliczeniowych podlegających stosowaniu przy kompensowaniu różnic produktów spożywczych faktycznie zużytych   
w procesie żywienia z wielkościami normatywnymi**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Lp** | | **Nazwa grupy produktów** | **Współczynnik przeliczeniowy za 100g produktu podstawowego** |
| **Nazwa produktu** |
| **1** | | **2** | **3** |
|  | | **01 PRODUKTY STRĄCZKOWE -** |  |
| w przeliczeniu na ziarno fasoli |
| 1 | | Fasola | 100 |
| 2 | | Groch | 100 |
| 3 | | Mączki i grysy sojowe | 80 |
| 4 | | Koncentraty l danie - strączkowe | 70 |
| 5 | | Zupy niezagęszczone - strączkowe | 600 |
| 6 | | Zupy zagęszczone - strączkowe | 300 |
|  | | **02 PRZETWORY ZBOŻOWE -** |  |
| w przeliczeniu na kasze jęczmienne |
| 7 | | Kasza jęczmienna | 100 |
| 8 | | Kasza gryczana | 100 |
| 9 | | Kasza manna | 100 |
| 10 | | Płatki owsiane | 100 |
| 11 | | Płatki kukurydziane | 100 |
| 12 | | Ryż | 100 |
| 13 | | Mieszanki zbożowe musli | 100 |
| 14 | | Mąki pszenne i żytnie - wszystkie typy | 100 |
| 15 | | Makarony - wszystkie gatunki | 100 |
| 16 | | Koncentraty l danie - zbożowe | 70 |
| 17 | | Zupy w puszkach niezagęszczone - zbożowe | 600 |
| 18 | | Zupy w puszkach zagęszczone - zbożowe | 300 |
| 19 | | Kaszanki - wszystkie rodzaje | 200 |
| 20 | | Pierogi, naleśniki, krokiety - wszystkie rodzaje | 150 |
| 21 | | Kisiele | 100 |
|  | | **03 PIECZYWO -** |  |
| w przeliczeniu na chleb |
| 22 | | Chleb świeży - wszystkie gatunki | 100 |
| 23 | | Bułki pszenne - wszystkie gatunki | 100 |
| 24 | | Bułki i rogale słodkie *(pieczywo półcukiernicze)* | 100 |
| 25 | | Bułka tarta | 60 |
| 26 | | Chleb utrwalony | 100 |
| 27 | | Suchary | 60 |
|  | | **04 MIĘSO l PRZETWORY -** |  |
| w przeliczeniu na mięso bez kości *(b/k)* |
| 30 | | Boczek surowy b/k | 100 |
| 31 | | Boczek surowy z/k | 110 |
| 32 | | Golonka surowa | 110 |
| 33 | | Karkówka wieprzowa b/k | 100 |
| 34 | | Karkówka wieprzowa z/k | 110 |
| 35 | | Łopatka wieprzowa b/k | 100 |
| 36 | Łopatka wieprzowa z/k | | 110 |
| 37 | Schab wieprzowy b/k | | 100 |
| 38 | Schab wieprzowy z/k | | 110 |
| 39 | Mięso wieprzowe od szynki b/k | | 100 |
| 40 | Mięso wieprzowe od szynki z/k | | 110 |
| 41 | Żeberka wieprzowe | | 130 |
| 42 | Antrykot wołowy | | 130 |
| 43 | Karkówka wołowa | | 120 |
| 44 | Mostek wołowy | | 120 |
| 45 | Polędwica wołowa | | 100 |
| 46 | Rozdbef wołowy | | 120 |
| 47 | Rozbratel wołowy | | 120 |
| 48 | Szponder | | 105 |
| 49 | Wołowina *zrazowa* | | 100 |
| 50 | Mięso cielęce w tuszach | | 120 |
| 51 | Górka nerkowa cielęca | | 110 |
| 52 | Łopatka cielęca b/k | | 100 |
| 53 | Łopatka cielęca z/k | | 110 |
| 54 | Udziec cielęcy b/k | | 100 |
| 55 | Udziec cielęcy z/k | | 105 |
| 56 | Wędzonki | | 70 |
| 57 | Kiełbasy homogenizowane i drobno rozdrobnione | | 120 |
| 58 | Kiełbasy średnio i grubo rozdrobnione | | 100 |
| 59 | Kiełbasy średnio i grubo rozdrobnione suszone | | 50 |
| 60 | Wędliny podrobowe | | 150 |
| 61 | Produkty blokowe | | 120 |
| 62 | Konserwy wieprzowe - gulaszowe | | 75 |
| 63 | Konserwa z boczku | | 80 |
| 64 | Konserwy mięsne gatunkowe | | 75 |
| 65 | Konserwy mięsne delikatesowe | | 60 |
| 66 | Pozostałe konserwy mięsne i półmięsne | | 150 |
| 67 | Flaki | | 150 |
| 68 | Podroby | | 150 |
| 69 | Koncentraty II danie | | 50 |
| 70 | Kurczaki | | 130 |
|  | **05 TŁUSZCZE ZWIERZĘCE -** | |  |
| w przeliczeniu na smalec | |
| 71 | Smalec | | 100 |
| 72 | Słonina świeża | | 110 |
| 73 | Słonina konserwowa | | 100 |
|  | **06 TŁUSZCZE ROŚLINNE** | |  |
| w przeliczeniu na olej | |
| 74 | Olej jadalny | | 100 |
| 75 | Margaryny - wszystkie typy | | 125 |
| 76 | Masła roślinne - wszystkie typy | | 125 |
| 77 | Majonez - wszystkie typy | | 75 |
|  | 07 MLEKO l PRZETWORY MLECZNE - | |  |
| w przeliczeniu na mleko | |
| 78 | Mleko 3,2% tłuszczu | | 100 |
| 79 | Jogurty - wszystkie typy | | 100 |
| 80 | Kefir - wszystkie typy | | 100 |
| 81 | Mleko w proszku | | 13 |
| 82 | Ser twarogowy tłusty | | 20 |
| 83 | Ser twarogowy chudy | | 40  ` |
| 84 | Sery dojrzewające - wszystkie typy | | 10 |
| 85 | Sery topione - wszystkie typy | | 20 |
|  | **08 MASŁO I ŚMIETANA** | |  |
| w przeliczeniu na masło | |
| 86 | Masło naturalne – wszystkie typy | | 100 |
| 87 | Śmietana - średnio | | 350 |
|  | **09 JAJA –** 2 sztuki | |  |
| 88 | Jaja świeże kurze | | 100 |
| 89 | Jaja kurze w proszku | | 20 |
|  | **10 RYBY I PRZETWORY RYBNE -** | |  |
| w przeliczeniu na filety ryb morskich | |
| 90 | Śledzie solone – filety | | 100 |
| 91 | Filety rybne | | 100 |
| 92 | Ryby świeże morskie | | 130 |
| 93 | Ryby świeże morskie – tusze | | 110 |
| 94 | Ryby wędzone | | 75 |
| 95 | Karp świeży | | 150 |
| 96 | Karp świeży – tusze | | 120 |
| 97 | Ryby słodkowodne świeże | | 120 |
| 98 | Ryby słodkowodne świeże - tusze | | 110 |
| 99 | Konserwy rybne w oleju | | 60 |
| 100 | Konserwy rybne w pomidorach | | 60 |
| 101 | Pozostałe konserwy rybne | | 70 |
|  | **11 ZIEMNIAKI -** | |  |
|  | W przeliczeniu na ziemniaki świeże | |  |
| 102 | Ziemniaki jadalne | | 100 |
| 103 | Kostka ziemniaczana | | 20 |
| 104 | Piure ziemniaczane | | 20 |
| 105 | Ziemniaczane wyroby kulinarne | | 80 |
|  | **12 WARZYWA I OWOCE BOGATE W WITAMINĘ C** | |  |
| 106 | Kapusta świeża | | 100 |
| 107 | Kapusta kwaszona | | 100 |
| 108 | Natka pietruszki, szczypiorek i koperek zielony | | 100 |
| 109 Chrzan tarty | Chrzan tarty | | 80 |
| 110 | Kalafiory | | 100 |
| 111 | Papryka świeża | | 100 |
| 112 | Truskawki | | 100 |
| 113 | Porzeczki czarne | | 100 |
| 114 | Owoce cytrusowe | | 100 |
| 115 Pomidory | Pomidory | | 100 |
|  | **13 WARZYWA I OWOCE KARTONOWE** | |  |
| 116 | Marchew świeża | | 100 |
| 117 | Zielony groszek i fasola | | 100 |
| 118 | Sałata | | 100 |
| 119 | Szpinak | | 100 |
| 120 | Mieszanki warzywne konserwowe – MWK2 i MWK3 | | 100 |
| 121 | Groszek i fasolka - konserwowa | | 100 |
| 122 | Sok pomidorowy | | 100 |
| 123 | Koncentrat pomidorowy | | 25 |
| 124 Warzywa | Warzywa suszone | | 20 |
| 125 | Botwina | | 100 |
| 126 | Sałatki warzywne | | 100 |
|  | **14 INNE WARZYWA i OWOCE** | |  |
| 127 | Buraki świeże | | 100 |
| 128 | Ogórki świeże i kiszone | | 100 |
| 129 | Rzodkiewka | | 100 |
| 130 | Rabarbar | | 100 |
| 131 | Czosnek | | 100 |
| 132 | Pietruszka - korzeń | | 100 |
| 133 | Por | | 100 |
| 134 | Seler | | 100 |
| 135 | Pieczarka uprawna | | 100 |
| 136 | Grzyby suszone | | 15 |
| 137 | Jabłka i pozostałe owoce | | 100 |
| 138 | Kompoty owocowe | | 150 |
| 139 | Soki pitne | | 120 |
| 140 | Zupy jarzynowe w puszkach niezagęszczone | | 400 |
| 141 | Zupy jarzynowe w puszkach zagęszczone | | 200 |
| 142 | Konserwy obiadowe jednodaniowe jarzynowe | | 150 |
| 143 | Owoce suszone | | 20 |
|  | **15 CUKRY l SŁODYCZE -** | |  |
| w przeliczeniu na cukier | |
| 144 | Cukier | | 100 |
| 145 | Kawa zbożowa z cukrem | | 120 |
| 146 | Czekolada twarda | | 100 |
| 147 | Syropy i soki zagęszczone | | 150 |
| 148 | Dżemy i powidła | | 130 |
| 149 | Miód naturalny | | 100 |
| 150 | Miód sztuczny | | 100 |
| 151 | Batony owocowe | | 125 |
| 152 | Karmelki twarde i witaminizowane | | 100 |
| 153 | Kakao | | 100 |

**ZALECANE WIELKOŚCI PORCJI POTRAW I NAPOJÓW**

NALEŻNOŚĆ SZKOLNA 020

PIERWSZE ŚNIADANIE

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Grupy potraw** | **Jm** | **Wielkość porcji** |
| Zupy śniadaniowe: |  |  |
| - zupy mleczne | g | 400-450 |
| Podstawowe dania śniadaniowe |  | Wielkość porcji przy stosowaniu dań łączonych |
| - wędzonki i kiełbasy wydawane na zimno | g | 50-60 |
| - kiełbasy wydawane na gorąco | g | 100 |
| - wędliny podrobowe | g | 50 |
| - konserwy mięsne i mięsne produkty | g | 50 |
| blokowe |  |  |
| - mięsa wydawane na zimno | g | 50 |
| - wyroby podrobowe | g | 60-70 |
| - pasty śniadaniowe zawierające w swym |  |  |
| składzie produkty stanowiące źródło białka | g | 50-60 |
| zwierzęcego |  |  |
| - jaja (gotowane) | szt. | 1 |
| - jajecznice | g | 100-120 |
| - konserwy rybne | g | 70-75 |
| - sery twarde | g | 50-60 |
| - sery topione | g | 50 |
| - sery twarogowe, twarożki | g | 70-80 |
| - dżemy, marmolady, miód naturalny | g | 50 |
| - naleśniki, pierogi | g | 150-200 |
| Dodatki śniadaniowe uzupełniające I: |  |  |
| - masło | g | 20 |
| - masło roślinne | g | 20 |
| Dodatki śniadaniowe uzupełniające II: |  |  |
| - z warzyw | g | 80-100 |
| - owoce | g | 100-150 |
| Pieczywo, w tym: |  |  |
| - chieb żytnio-pszenny | g | 75-100 |
| - bułki różne |  | 100 |
| Ciasto | g | 70-100 |
| Napoje | g | 400-450 |

**DRUGIE ŚNIADANIE**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Grupy potraw** | **Jm** | **Wielkość porcji** |
| Podstawowe dania śniadaniowe: |  |  |
| - wędzonki i kiełbasy | g | 50 |
| - wędliny podrobowe | g | 50 |
| - konserwy mięsne i mięsne produkty | g | 50 |
| blokowe |  |  |
| - past śniadaniowe zawierające w swym |  |  |
| składzie produkty stanowiące źródło białka | g | 50 |
| zwierzęcego |  |  |
| - jaja (gotowane) | szt. | 1 |
| - konserwy rybne | g | 70-75 |
| - sery twarogowe, twarogi, twarożki itp. | g | 60-80 |
| - sery twarde | g | 50 |
| - sery topione | g | 50 |
| - dżemy, marmolady, miód naturalny | g | 50 |
| - ciasto, pieczywo półcukiernicze | g | 100 |
| Dodatki śniadaniowe uzupełniające I: |  |  |
| - masło, masło roślinne | g | 15 |
| Dodatki śniadaniowe uzupełniające II: |  |  |
| - z warzyw | g | 60-80 |
| - owoce | g | 100 |
| Pieczywo: |  |  |
| - bułki różne | g | 100 |
| Napoje | g | 400 |
| Jogurt, kefir itp. | g | 250 |

**OBIAD**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Grupy potraw** | **Jm** | **Wielkość porcji** | |
| Zupy obiadowe | g | 450-500 | |
| Dania obiadowe główne |  | Składnik podstawowy | Sosy |
| Potrawy mięsne gotowane: |  |  |  |
| - mięsa gotowane wieprzowe (porcjowe) z sosami | g | 85-90 | 100 |
| - mięsa gotowane wołowe (porcjowe) z sosami | g | 70-75 | 100 |
| - mięsa gotowane mielone (pulpety) z sosami | g | 120-140 | 100 |
| - kiełbasy na gorąco | g | 100 |  |
| Potrawy mięsne smażone: |  |  |  |
| - mięsa wołowe i wieprzowe (porcjowe) saute' | g | 75-90 |  |
| - mięsa wieprzowe (porcjowe) panierowane | g | 100-110 |  |
| - mięsa mielone (kotlety) | g | 110-125 |  |
| - kiełbasy smażone | g | 90-100 |  |
| - wątróbka smażona | g | 115 |  |
| Potrawy mięsne duszone: |  |  |  |
| - gulasze | g | 220-250 |  |
| - mięsa wieprzowe (porcjowe) duszone z sosami | g | 75-80 | 100 |
| - mięsa wołowe (porcjowe) duszone z sosami | g | 70-80 | 100 |
| - mięsa mielone (klopsiki) z sosami | g | 90-95 | 100 |
| Potrawy z drobiu (kurczaki): |  |  |  |
| - pieczone | g | 150-170 |  |
| - duszone | g | 125-140 |  |
| Potrawy z ryb: |  |  |  |
| - ryby smażone saute' (filety) | g | 110-120 |  |
| - ryby smażone panierowane | g | 140-145 |  |
| - ryby po grecku | g | 115-120 | 100 |
| - klopsiki rybne z sosami | g | 100-105 | 100 |
| - kotlety rybne | g | 160-170 |  |
| - potrawy ze śledzi | g | 160-170 |  |
| Potrawy półmięsne: |  |  |  |
| - bigosy | g | 300-350 |  |
| - inne potrawy warzywno-mięsne (gulasze, gołąbki itp.) | g | 250-300 |  |
| - potrawy mączno-mięsne (pierogi, naleśniki, pyzy itp.) | g | 300-350 |  |
| Potrawy z jaj |  |  |  |
| - jaja z sosami | szt. | 2 | 100 |
| Inne potrawy bezmięsne: |  |  |  |
| - knedle, pyzy, naleśniki itp. | g | 300-350 |  |
| Dodatki obiadowe podstawowe: |  |  | |
| - ziemniaki | g | 250-275 | |
| - kasze, ryż, makarony, frytki | g | 200-220 | |
| Dodatki obiadowe uzupełniające: |  |  | |
| - surówki warzywne | g | 75-90 | |
| - dodatki z warzyw gotowanych | g | 70-80 | |
| - sałata | g | 45-50 | |
| - sałatki konserwowe | g | 60-70 | |
| Desery: |  |  | |
| - galaretki owocowe itp. | g | 150-200 | |
| - budynie, kisiele | g | 200-250 | |
| - kompoty , napoje owocowe itp. | g | 350-400 | |
| - herbata itp. | g | 400 | |
| - ciasta | g | 100 | |
| - owoce świeże | g | 100-150 | |
| Pieczywo: |  |  | |
| - chleb żytnio-pszenny | g | 100 | |

**KOLACJA**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Grupy potraw** | **Jm** | **Wielkość porcji** |
| Dania kolacyjne gorące: |  |  |
| - bigos, gołąbki, potrawy z kapusty i mięsa itp. | g | 350-400 |
| - fasolka po bretońsku, fasolka w sosie | g | 300-350 |
| pomidorowym itp. |  |  |
| - gulasze mięsne, półmięsne z warzywami itp. | g | 250-300 |
| - dania typu „risotto" itp. | g | 350-400 |
| - kaszanka na gorąco | g | 250-300 |
| - wątróbka smażona | g | 150-200 |
| - naleśniki z mięsem, pierogi z mięsem, pyzy z mięsem | g | 250-300 |
| - kiełbasy na gorąco |  | 120-140 |
| - potrawy z ryb (ryby po grecku, po kaszubsku) | g | 200-225 |
| - jajecznice | g | 100-150 |
| - naleśniki z dżemem, knedle, pierogi z serem, z owocami, kluski śląskie, racuchy, placki ziemniaczane itp. | g | 250-350 |
|  |  | **Proponowana wielkość porcji przy stosowaniu dań łączonych** |
| Dania kolacyjne zimne: |  |  |
| - wędzonki, kiełbasy i mięsne produkty blokowe | g | 50-60 |
| - mięsa pieczone (zimne) |  | 50 |
| - wędliny podrobowe | g | 60-70 |
| - konserwy rybne | g | 70-75 |
| - ryby wędzone | g | 100-120 |
| - potrawy ze śledzi | g | 75-80 |
| - jaja (gotowane) | szt. | 1 |
| - sałatki z jaj | g | 80-100 |
| - sery twarde | g | 50-60 |
| - sery topione | g | 50 |
| - sery twarogowe, twarożki itp. | g | 80-100 |
| - sałatki jarzynowe | g | 120-150 |
| - dżemy, marmolady, miód itp. | g | 60-70 |
| Dodatki kolacyjne uzupełniające I: |  |  |
| - masło, masło roślinne | g | 15-20 |
| Dodatki kolacyjne uzupełniające II: |  |  |
| - z warzyw | g | 70-80 |
| - owoce | g | 100 |
| Pieczywo |  |  |
| - chleb żytnio-pszenny oraz inne asortymenty | g | 150-200 |
| chleba (razowy, sitkowy itp.) |  |  |
| Napoje | g | 400-450 |

## **WYMAGANIA**

**w zakresie utrzymania stanu sanitarno-higienicznego żywienia   
oraz sprawowania nadzoru**

**WYKONAWCA:**

1. Zapewni utrzymanie właściwego stanu sanitarno - higienicznego pomieszczeń przygotowywania posiłków, ich wyposażenia technicznego i technologicznego a także w zakresie wymaganej higieny produktów żywnościowych, produkcji, przechowywania i dystrybucji posiłków, określone   
   w następujących przepisach:
   * Ustawie z dnia 25 sierpnia 2006r. o bezpieczeństwie żywności i żywienia (t.j.: Dz. U. z 2023 r. poz. 1448)
   * rozporządzeniu (WE) nr 852/2004 Parlamentu Europejskiego i Rady Europejskiej z dnia 29 kwietnia 2004 r. w sprawie higieny środków spożywczych.
   * Rozporządzeniu Ministra Zdrowia z dnia 17 kwietnia 2007 r. (t.j.: Dz.U z 2007r. nr 80, poz. 545) w sprawie pobierania i przechowywania próbek żywności przez zakłady żywienia zbiorowego typu zamkniętego.
2. Zapewni by produkty żywnościowe będące przedmiotem dostaw w szczególności nie mogły naruszać wymagań określonych w przepisach:
   * Ustawie z dnia 25 sierpnia 2006r. o bezpieczeństwie żywności i żywienia (t.j.: Dz. U. z 2023 r. poz. 1448);
   * Rozporządzeniu komisji (WE) nr 2073/2005 z dnia 15 listopada 2005r. w sprawie kryteriów mikrobiologicznych dotyczących środków spożywczych (Dz.U.UE.L.2005.338.1)
   * Rozporządzeniu komisji (WE) nr 1881/2006 z dnia 19 grudnia 2006r. ustalające najwyższe dopuszczalne poziomy niektórych zanieczyszczeń w środkach spożywczych (Dz.U.UE.L.2006.364.5)
   * Rozporządzeniu (WE) nr 1829/2003 Parlamentu Europejskiego i Rady z dnia 22 września 2003r. w sprawie genetycznie zmodyfikowanej żywności i paszy,(Dz.U.UE.L.2003.268.1)
   * Rozporządzenie Ministra Obrony Narodowej z dnia 28 kwietnia 2022 r. w sprawie bezpłatnego wyżywienia żołnierzy zawodowych Sił Zbrojnych Rzeczypospolitej Polskiej (t.j.: Dz.U. 2022 poz. 1080).
   * Rozporządzeniu Rady Ministrów z dnia 28 maja 1996r. w sprawie profilaktycznych posiłków   
     i napojów (t.j.: Dz. U. z 1996r. nr 60 poz. 279 ze zm.).
3. Będzie bezwzględnie przestrzegał wszelkich warunków zdrowotnych żywienia i żywności obowiązujących w Unii Europejskiej, Polsce i Resorcie Obrony Narodowej.
4. Zapewni Personel kuchenny, osoby przewożące oraz osoby wydające posiłki posiadające aktualne **Orzeczenie lekarskie do celów sanitarno-epidemiologicznych.**
5. Będzie posiadał w swojej dyspozycji **co najmniej dwa** środki transportowe do przewozu posiłków, które są zatwierdzone i zarejestrowane w Państwowej Inspekcji Sanitarnej poprzez wydanie **opinii lub decyzji o dopuszczeniu środka transportu do transportu żywności**, umożliwiające dokonanie kontroli sanitarnej pojazdu przez upoważnione osoby i organy kontroli sanitarnej (WOMP, Sanepid).
6. Będzie posiadał w ramach zatrudnienia osobę z uprawnieniami dietetyka.
7. **Będzie posiadał wdrożony system HACCP w zakładzie macierzystym i miejscach przygotowywania posiłków.**
8. Zapewni gospodarkę i postępowanie z odpadami, w tym również odbiór i utylizację, powstającymi w trakcie żywienia zbiorowego, zgodnie z Ustawą z dnia 14 grudnia 2012 r. o odpadach (Dz. U. z 2023 r. poz. 1587).
9. Zapewni możliwość kontroli zakładu oraz jakości odbieranych posiłków poprzez nadzór Wojskowej Inspekcji Weterynaryjnej lub Sanitarnej WOMP w zakresie kontroli:

* Procesów technologicznych;
* Jakości surowców użytych do produkcji;
* Stanu sanitarnego pomieszczeń oraz maszyn;
* Higieny personelu oraz badań okresowych;
* Warunków socjalnych;
* Warunków magazynowania surowców i gotowych produktów;
* Środków transportu;
* Dokumentacji systemowej.

**WARUNKI**

**wzajemnych rozliczeń finansowych**

1. Przygotowywanie przez Wykonawcę posiłków będących przedmiotem niniejszej umowy będzie realizowane według dziennej wartości pieniężnej dla zasadniczej normy wyżywienia szkolnej 020 w wymiarze 100% (I śniadanie - 25%, II śniadanie - 10%, obiad - 40%, kolacja - 25%), zgodnie z Rozporządzeniem Ministra Obrony Narodowej z dnia 13 maja 2022 r. w sprawie umundurowania i wyżywienia oraz innych należności wydawanych żołnierzom niebędącym żołnierzami zawodowymi (t.j.: Dz.U. 2022 poz. 1131) oraz Rozporządzeniem Ministra Obrony Narodowej z dnia 28 kwietnia 2022 r. w sprawie bezpłatnego wyżywienia żołnierzy zawodowych Sił Zbrojnych Rzeczypospolitej Polskiej (t.j.: Dz.U. 2022 poz. 1080). Norma wyżywienia szkolna 020 będzie powiększona o proporcjonalną wartość narzutu określoną w załączniku nr 2 do umowy – „Szczegółowa oferta cenowa”.

* dla zasadniczej normy wyżywienia „020” - stawki pieniężnej normy „020” w wymiarze 100% + narzut brutto.
* dla zasadniczej normy wyżywienia „020” - stawki pieniężnej normy „020” w wymiarze 50% + proporcjonalna wartość narzutu brutto.
* dla zasadniczej normy wyżywienia „020” - stawki pieniężnej normy „020” w wymiarze 40% + proporcjonalna wartość narzutu brutto.
* dla zasadniczej normy wyżywienia „020” - stawki pieniężnej normy „020” w wymiarze 35% + proporcjonalna wartość narzutu brutto.
* dla zasadniczej normy wyżywienia „020” - stawki pieniężnej normy „020” w wymiarze 25% + proporcjonalna wartość narzutu brutto.

1. Wysokość dziennej normy zasadniczej 020 jest waloryzowana decyzją Ministra Obrony Narodowej na wniosek Szefa Inspektoratu Wsparcia.
2. Wykonawca po zrealizowaniu żywienia otrzyma zapłatę przelewem **w rozliczeniu miesięcznym na wskazane konto.** Zamawiający zapłaci Wykonawcy za faktycznie wydane posiłki zgodnie   
   z otrzymaną fakturą. W przypadku zamawiania przez Zamawiającego poszczególnych posiłków, zgodnie z podziałem procentowym normy żywnościowej, zapłata następuje po przeliczeniu na pełne racje żywnościowe.

**Wymiar finansowy zasadniczej normy wyżywienia**

1. Przez zasadniczą normę wyżywienia należy rozumieć ilość środków spożywczych przysługujących żołnierzowi w ciągu doby.
2. Normy wyżywienia mają ustaloną wartość pieniężną (brutto):

* zasadnicza „020” w wymiarze 100% 30,80 zł
* zasadnicza „020” w wymiarze 50% 15,40 zł
* zasadnicza „020” w wymiarze 40% 12,32 zł
* zasadnicza „020” w wymiarze 35% 10,78 zł
* zasadnicza „020” w wymiarze 25% 7,70 zł
* dodatkowa „110” w wymiarze 40% 4,19 zł

1. Przez wartość pieniężną normy wyżywienia należy rozumieć wartość produktów spożywczych (brutto), w cenach zakupu, wchodzących w skład zasadniczej normy wyżywienia. Cena produktów w opakowaniach jednostkowych tj. (ketchup, miód, dżem, musztarda itp.) stanowi koszt wchodzący w wartość całodziennej normy wyżywienia.
2. W warunkach wymagających odrębnego planowania posiłków podział wartości pieniężnej zasadniczej normy wyżywienia szkolnej 020 na poszczególne posiłki wynosi:

* I śniadanie 25 %
* II śniadanie 10 %
* Obiad 40 %
* Kolacja 25 %

1. Wyżywienie należy przyrządzać w kuchni macierzystej **WYKONAWCY** oraz serwować w formie trzech oddzielnych posiłków, uwzględniając podział wartości kalorycznej produktów spożywczych na poszczególne posiłki w następujący sposób:

* I śniadanie 20-25 %
* II śniadanie 15-20 %
* Obiad 35-40 %
* Kolacja 20-25 %