

## Załącznik Nr 1 do SWZ

Opis przedmiotu zamówienia

Nazwa	<u>Świadczenie usługi cateringu na potrzeby podopiecznych Punktu opieki dla osób z niepełnosprawnościami z Ukrainy</u>
Planowany termin realizacji	Realizacja usługi w terminie: od dnia podpisania umowy do dnia 31 grudnia 2024 r.
Opis przedmiotu zamówienia	<p>1. Przedmiotem umowy jest zapewnienie całodziennego wyżywienia dla 50 podopiecznych przebywających w Punkcie opieki dla osób z niepełnosprawnościami z Ukrainy przy ul. Marii Skłodowskiej-Curie 27/29 w Toruniu.</p> <p>2. Grupa docelowa to mieszkańcy ewakuowanego z obwodu chmielnickiego internatu i domu dziecka w Międzybożu na Ukrainie. W związku z tym, iż ewakuowana została cała placówka, podopieczni przebywają w Budynkach nr 1 i 4 pod wyżej wymienionym adresem, wg podziału, który stosowany był w ich rodzimej placówce i nie może ulec zmianie. Łącznie w Punkcie opieki w Budynkach nr 1 i 4 przebywa obecnie 55 osób, z czego w Budynku nr 1 – 21 osób (11 dziewcząt i kobiet oraz 10 chłopców i mężczyzn), a w Budynku nr 4 – 34 osoby (34 chłopców i mężczyzn). Jedna podopieczna z budynku 1 przebywa czasowo w hospicjum. Podopieczni posiadają polskie orzeczenia o niepełnosprawności: 45 podopiecznych to osoby z niepełnosprawnością w stopniu znacznym, 3 – umiarkowanym i 7 osób – z orzeczeniem o niepełnosprawności. Mieszkańcy Punktu opieki to osoby w wieku 9-36 lat, z czego w Budynku nr 1 mieszka 14 osób pełnoletnich i 7 osób niepełnoletnich, a w Budynku nr 4 - 31 osób pełnoletnich i 3 osoby niepełnoletnie. W związku z niepełnosprawnościami, grupę docelową stanowią osoby o znacznie obniżonym ogólnym poziomie funkcjonowania, które wymagają całodobowej opieki i wspierania w czynnościach codziennych.</p> <p>3. Usługa stanowiąca przedmiot umowy świadczone będą codziennie, w dni powszednie, soboty, niedziele i święta.</p> <p>4. Usługa w zakresie przygotowywania i dostaw całodziennego żywienia dla 51 osób obejmuje śniadanie, drugie śniadanie, obiad, podwieczorek i kolację dostarczanych do siedziby Zamawiającego w godzinach wskazanych w poniższych harmonogramie:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a) śniadanie oraz drugie śniadanie między godziną 7:00 a 8:00,</li> <li>b) obiad, podwieczorek oraz kolacja między godziną 12:00 a 13:00.</li> </ul> <p>Godziny dostaw całodziennego żywienia uzależnione są pory karmienia, tj:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- śniadanie 8:00-8:30</li> <li>- drugie śniadanie 11:00-11:15</li> <li>- obiad 13:00-13:30</li> <li>- podwieczorek 16:00-16:30</li> <li>- kolacja 18:00-18:30</li> </ul> <p>5. Posiłki należy przygotowywać z uwzględnieniem zaleceń lekarskich i diet stosowanych w Punkcie opieki. Zamawiający żywienie opiera na następujących dietach:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a) 38 osób będących na diecie ogólnej</li> </ul>



Województwo  
Kujawsko-Pomorskie



(34 osoby z budynku nr 4 i 4 osoby z budynku nr 1)

b) 12 osób leżących będących na diecie lekkostrawnej, w tym 1 osoba chorująca na fenylketonurię (wszystkie osoby z budynku nr 1).

Ze względu na trwający proces terapeutyczny i możliwość zmiany diet w wyniku diagnoz liczba poszczególnych diet może ulec zmianie. Zamawiający będzie na bieżąco przekazywał informację o ilości posiłków w ramach każdej z diet. W przypadku zmniejszenia lub zwiększenia ilości posiłków Zamawiający poinformuje Wykonawcę o tym fakcie i oczekuje wprowadzenia korekty w terminie nie większym niż 3 dni. Jednakże w przypadku powrotu podopiecznych do Ukrainy, Zleceniodawca może wstrzymać realizowaną usługę w ciągu 30 dni od poinformowania o tym Wykonawcy.

#### Zalecenia dla poszczególnych diet:

Zalecenia żywienia zbiorowego dla grupy 50 osób.

#### Całodzienne zapotrzebowanie kaloryczne osób aktywnych fizycznie:

- dzieci w wieku 9-12 lat – 1800-2050 kcal
- młodzież w wieku 13-18 lat – 2450-3000 kcal
- osoby dorosłe:
  - mężczyźni - 2100-2700 kcal
  - kobiety - 1600-2200 kcal

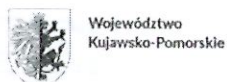
#### Całodzienne zapotrzebowanie kaloryczne osób leżących:

- młodzież w wieku 16-18 lat – 1800-2570 kcal
- osoby dorosłe:
  - mężczyźni – 1800-2300 kcal
  - kobiety - 1400-1880 kcal

Spożycie białka powinno być na poziomie 10–20% całodiennej energii, tłuszczu 20–35% całodiennej energii oraz węglowodanów na poziomie 45-65% całodiennej energii.

#### Całodzienne zapotrzebowanie na białko:

- dzieci w wieku 9-12 lat – 32 g/os./dobę
- młodzież w wieku 13-18 lat – 43-49 g/os./dobę
- osoby dorosłe:
  - mężczyźni – 37-66 g/os./dobę





- kobiety – 33-58 g/os./dobę

**Całodziennie zapotrzebowanie na tłuszcze:**

- dzieci w wieku 9-12 lat – 60-68 g/os./dobę
- młodzież w wieku 13-18 lat – 70-80 g/os./dobę
- osoby dorosłe:
  - mężczyźni – 37-66 g/os./dobę
  - kobiety – 53-68 g/os./dobę

**Zalecane maksymalne ilości nasyconych kwasów tłuszczowych:**

- dzieci w wieku 9-12 lat – 12-15 g/os./dobę
- młodzież w wieku 13-18 lat – 13,6-22 g/os./dobę
- osoby dorosłe:
  - mężczyźni – 18-22 g/os./dobę
  - kobiety – 14,5-17 g/os./dobę

**Cena oferty powinna uwzględniać powyższe zalecenia dotyczące zapotrzebowania kalorycznego i zapotrzebowania na makroskładniki w podziale na następujące grupy wiekowe:**

Przedziały wiekowe	Budynek 1		Budynek 4		suma
	K	M	K	M	
osoby w wieku 9 - 12 lat	1	0	0	1	2
osoby w wieku 13 - 18 lat	3	1	0	3	7
osoby powyżej 18 r.ż.	6	5	0	30	41
suma	10	6	0	34	50

**Dieta ogólna – zalecenia:**

Dieta oparta na piramidzie zdrowego żywienia dzieci i młodzieży oraz osób dorosłych:

1. Należy spożywać posiłki regularnie (4-5 posiłków co 3-4 godziny).
2. Warzywa i owoce powinny być spożywane jak najczęściej i w jak największej ilości.  
Należy pamiętać o właściwych proporcjach: 3/4 – warzywa i 1/4 – owoce.
3. Należy spożywać produkty zbożowe, zwłaszcza pełnoziarniste.
4. Zaleca się spożywanie codziennie co najmniej 2 dużych szklanek mleka.

Możesz je zastąpić jogurtem, kefirem i – częściowo – serem.

5. Należy ograniczyć spożycie mięsa (zwłaszcza czerwonego i przetworzonych produktów mięsnych do 0,5 kg/tyg.), zaleca się natomiast spożywać ryby, nasiona roślin strączkowych i jaja.
6. Należy ograniczać spożycie tłuszczów zwierzęcych i zastępować je olejami roślinnymi.
7. Należy ograniczać spożycie cukru i słodyczy i zastępować je owocami i orzechami.
8. Nie należy dosalać potraw, a kupować produkty z niską zawartością soli, używać ziół, które mają cenne składniki i poprawiają smak.
9. Należy pamiętać o piciu wody, co najmniej 1,5 l dziennie

Środki spożywcze, stosowane w ramach żywienia zbiorowego, dobiera się w taki sposób, aby:

1. na całodienne żywienie składały się środki spożywcze pochodzące z różnych grup środków spożywczych;
2. posiłki zawierały produkty z następujących grup środków spożywczych: produkty zbożowe lub ziemniaki, warzywa lub owoce, mleko lub produkty mleczne, mięso, ryby, jaja, orzechy, nasiona roślin strączkowych i inne nasiona oraz tłuszcze;
3. zupy, sosy oraz potrawy sporządzane były z naturalnych składników, bez użycia koncentratów spożywczych, z wyłączeniem koncentratów z naturalnych składników;
4. w ciągu tygodnia były podawane nie więcej niż dwie-trzy porcje potrawy smażone, przy czym do smażenia jest używany olej roślinny rafinowany o zawartości kwasów jednonienasyconych powyżej 50% i zawartości kwasów wielonienasyconych poniżej 40% (olej rzepakowy lub oliwa z oliwek);
5. napoje zawierały nie więcej niż 10 g cukrów w 250 ml produktu gotowego do spożycia;
6. każdego dnia były podawane: a) co najmniej dwie porcje mleka lub produktów mlecznych, b) co najmniej jedna porcja z grupy mięso, jaja, orzechy, nasiona roślin strączkowych, c) warzywa lub owoce w każdym posiłku, d) co najmniej jedna porcja produktów zbożowych w śniadaniu, obiedzie;
7. w żywieniu całodziennym było podawane przynajmniej pięć porcji warzyw lub owoców;
8. co najmniej raz w tygodniu była podawana porcja ryby.

**Dieta lekkostrawna – zalecenia:**

1. Spożywanie 5 posiłków dziennie, w regularnych odstępach czasowych (co 2-3



Województwo  
Kujawsko-Pomorskie





godziny). Ostatni posiłek 2-3 godziny przed snem.

2. Aby nie obciążać przewodu pokarmowego, zalecaną metodą przygotowywania potraw jest przede wszystkim gotowanie w wodzie lub na parze, duszenie bez obsmażania oraz pieczenie w folii, pergaminie lub naczyniach żaroodpornych bez dodatku tłuszczu.
3. Spożywanie posiłków o umiarkowanej temperaturze, aby nie podrażniać przełyku. Unikanie spożywania potraw gorących i zimnych.
4. Wyeliminowanie z diety produktów długo zalegających w żołądku, wzmagających wydzielania soku żołądkowego, wzmagających perystaltykę jelit, powodujących wzdęcia oraz bogatych w błonnik pokarmowy np. tłuste produkty, potrawy smażone na tłuszczu i wędzone, nasiona roślin strączkowych, ostre przyprawy.
5. Ograniczenie spożycia produktów pełnoziarnistych oraz surowych warzyw i owoców zgodnie z indywidualną tolerancją.
6. Stosowanie metod, dzięki którym błonnik pokarmowy będzie lepiej tolerowany:
  - usuwanie skórki i pestek z warzyw i owoców,
  - oddzielanie i usuwanie twardych i zwłókniałych części roślin (np. z fasolki, szparagów czy kalarepy),
  - wydłużanie czasu gotowania,
  - rozdrabnianie np. przez miksowanie, przecieranie przez sito.
7. Wypijanie minimum 1,5-2 litrów płynów dziennie (oprócz wody zawartej w potrawach i produktach).

**Produkty zalecane i niezalecane w diecie lekkostrawnej:**

Grupa produktów	Zalecane	Nie zalecane
Warzywa	- warzywa w formie obranej i przetworzonej termicznie (gotowane/pieczone): marchewka, korzeń pietruszki, burak, dynia, kabaczek, cukinia, papryka pieczona bez skórki, brokuł, szpinak, młoda fasolka szparagowa, groszek cukrowy - na surowo: zielona sałata, starta marchewka z jabłkiem (marchewka może być sparzona), pomidor bez skórki, cykorja, ogórek kiszony	- cebula, por, czosnek, - kapusta, kalafior, brukselka, rzodkiewki - ogórek surowy, papryka ze skórą - grzyby - w occie i konserwowe - inne kiszony
	- owoce w formie obranej, przetartej i/lub przetworzonej termicznie	- cytryny, pomarańcze, mandarynki, grejpfruty, limonki, śliwki, wiśnie,



Województwo  
Kujawsko-Pomorskie



	Owoce	(gotowane/pieczone): jabłko, gruszka, brzoskwinia, banan, jagody, borówki, morele, mango, melon	czereśnie, winogrona, gruszki, porzeczki - owoce z drobnymi pestkami np. maliny, figi, truskawki - suszone, kandyzowane, w syropach
	Produkty zbożowe	<ul style="list-style-type: none"> <li>- pieczywo: pszenne, bułki pszenne, sucharki - drobne kasze: jaglana, manna, kuskus, kukurydziana, jęczmienna drobna</li> <li>- komosa ryżowa, amarantus</li> <li>- ryż biały</li> <li>- jasne makarony: pszenne, ryżowe</li> <li>- płatki owsiane górskie błyskawiczne, płatki ryżowe, płatki jaglane</li> <li>- chrupki kukurydziane, wafle ryżowe</li> <li>- mąka pszenna oczyszczona, kukurydziana, ryżowa, ziemniaczana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- pieczywo: pełnoziarniste, pumpernikiel</li> <li>- płatki zbożowe: owsiane, jęczmienne, orkiszowe, żytnie - otręby: pszenne, żytnie, owsiane</li> <li>- gruboziarniste kasze: bulgur, gryczana, jęczmienna pęczak</li> <li>- ryż: brązowy, dziki, czerwony - makaron pełnoziarnisty</li> <li>- pieczywo cukiernicze - dosładzane płatki śniadaniowe, muesli</li> </ul>
	Ziemniaki	- gotowane, pieczone w folii (bez dodatku tłuszczu)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ziemniaki z dodatkiem tłustych sosów, zasmażki, śmietany, masła np. puree</li> <li>- smażone</li> <li>- frytki, chipsy</li> <li>- placki ziemniaczane smażone na tłuszczu</li> </ul>
	Mleko i produkty mleczne	<ul style="list-style-type: none"> <li>- mleko do 2 % zawartości tłuszczu - produkty mleczne naturalne (bez dodatku cukru) do 2% zawartości tłuszczu np. jogurt, kefir, maślanka, skyr, serek ziarnisty, zsiadłe mleko</li> <li>- chude i półtłuste sery twarogowe</li> <li>- mozzarella light</li> <li>- naturalne serki twarogowe</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- pełnotłuste mleko</li> <li>- mleko skondensowane</li> <li>- śmietana</li> <li>- jogurty/serki owocowe z dodatkiem cukru, desery mleczne,</li> <li>- ser pełnotłusty twarogowy</li> <li>- ser topiony, sery żółte, sery pleśniowe typu brie, camembert, roquefort</li> <li>- ser feta</li> </ul>



Mięso i przetwory mięsne	<ul style="list-style-type: none"> <li>- chude mięsa bez skóry: cielęcina, kurczak, indyk, królik - w umiarkowanych ilościach chuda wołowina i wieprzowina (schab środkowy, polędwiczki)</li> <li>- chude wędliny, najlepiej domowe: polędwica, szynka gotowana, wędliny drobiowe, pieczony schab środkowy, pieczona pierś z indyka/kurczaka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- tłuste mięsa np. wołowina, wieprzowina (żeberka, karkówka, golonka), baranina, gęsiną, kaczka</li> <li>- tłuste wędliny, np. baleron, salami, boczek, mielonki</li> <li>- konserwy mięsne, wędliny podrobowe np. salceson, pasztety, parówki, kabanosy, kiełbasa, kaszanka</li> </ul>
Ryby i przetwory rybne	<ul style="list-style-type: none"> <li>- chude lub tłuste ryby morskie i słodkowodne: dorsz, sola, morszczuk, miruna, sandacz, leszcz, szczupak, okoń, makrela, łosoś, halibut, karp</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ryby w oleju np. śledzie</li> <li>- ryby wędzone</li> <li>- konserwy rybne</li> <li>- paluszki rybne w panierce</li> </ul>
Jaja	<ul style="list-style-type: none"> <li>- jaja gotowane na miękko, w koszulce</li> <li>- jajecznica na parze</li> <li>- omlet smażony bez tłuszczu lub na niewielkiej ilości tłuszczu</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>jajko na twardo</li> <li>- smażone na dużej ilości tłuszczu: maśle, boczku, smalcu</li> <li>- jajka z majonezem, tłustymi sosami</li> </ul>
Nasiona roślin strączkowych i ich przetwory	<ul style="list-style-type: none"> <li>- napój sojowy bez dodatku cukru</li> <li>- naturalne tofu</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wszystkie, np. soja, ciecierzycyca, groch, soczewica, fasola, bób</li> <li>- pasty z nasion roślin, strączkowych</li> <li>- mąka sojowa</li> <li>- makarony z nasion roślin strączkowych np. z fasoli, grochu</li> </ul>
Tłuszcze	<ul style="list-style-type: none"> <li>- tłuszcze roślinne np. oliwa z oliwek, olej rzepakowy, lniany</li> <li>- masło i masło klarowane,</li> <li>- mieszanki masła z olejami roślinnymi niezawierające oleju palmowego,</li> <li>- margaryny miękkie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>smalec, słonina</li> <li>- margaryny twarde (w kostce)</li> <li>- oleje tropikalne: palmowy, kokosowy</li> </ul>
Orzechy, pestki, nasiona	<ul style="list-style-type: none"> <li>- brak</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- orzechy, np. włoskie, laskowe</li> <li>- pestki i nasiona, np. dyni, słonecznika</li> <li>- solone, w czekoladzie, w karmelu, miodzie, posypkach, panierkach i chipsach</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- domowe ciasto drożdżowe/szarlotka</li> <li>- kisiele, galaretki, budyń bez dodatku cukru, biszkopty, sucharki, chałka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>cukier, syrop glukozowo-fruktozowy, fruktoza</li> <li>- konfitury i dżemy wysokosłodzone -</li> </ul>

	<p>Stodyczne, desery, słone przekąski</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- dżemy owocowe bez pestek o niskiej zawartości cukru</li> <li>- miód</li> <li>- gorzka czekolada min. 70% kakao</li> </ul>	<p>czekolady mleczne i białe, wyroby czekoladowe</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- cukierki i gumy bez cukru zawierające alkohole cukrowe, takie jak sorbitol, mannitol i ksylitol</li> <li>- słone przekąski</li> <li>- lody</li> <li>- ciasta z kremem, ciasta, torty, batony, bita śmietana, pączki, faworki</li> <li>cukierki, chałwa</li> </ul>
	<p>Napoje</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>woda mineralna niegazowana</li> <li>- słaby napar z herbaty czarnej, zielonej i owocowej</li> <li>- bulion warzywny</li> <li>- napary ziołowe</li> <li>- kawa zbożowa, kawa bezkofeinowa</li> <li>- kompoty</li> <li>- napoje roślinne bez dodatku cukru (np. ryżowe, owsiane, migdałowe)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- kawa naturalna</li> <li>- woda gazowana</li> <li>- "wody" smakowe</li> <li>- soki owocowe, nektary</li> <li>- słodkie napoje gazowane i niegazowane słodzone cukrem/syropem glukozowo-fruktozowym/fruktozą</li> <li>- napoje energetyczne</li> <li>- napoje alkoholowe</li> </ul>
	<p>Przyprawy i sosy</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- pieprz ziołowy</li> <li>- melisa, cynamon, wanilia, goździki, kminek, ziele angielskie, szafran</li> <li>- suszone zioła np. natka pietruszki, koperek, lubczyk, majeranek, tymianek, oregano estragon, bazylija, zioła prowansalskie, imbir, rozmaryn</li> <li>- papryka słodka - sok z cytryny, limonki</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- kostki rosółowe</li> <li>- sól np. kuchenna, himalajska, morska</li> <li>- mieszanki przypraw zawierające dużą ilość soli</li> <li>- płynne przyprawy wzmacniające smak - gotowe sosy</li> <li>- majonez</li> <li>- ostre przyprawy: czosnek, cebula, pieprz, chilli/ostra papryka - musztarda, chrzan, ocet</li> </ul>
	<p>Potrawy</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>zupy na słabych wywarach warzywnych lub chudych mięsnych</li> <li>- mięsa i ryby przyrządzone z wykorzystaniem zalecanych technik kulinarnych</li> <li>- ryż, kasze i makarony z grupy</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zupy na tłustych wywarach mięsnych</li> <li>- zupy i sosy z zasmażką</li> <li>- zupy, sosy w proszku, zupki chińskie</li> <li>- żywność typu fast food (np. frytki, hamburgery, hot-dogi, kebab, zapiekanki) - gotowe dania w słoikach,</li> </ul>



	zalecanych, lekko rozklejone - kopytka kluski śląskie, kluski lane z wody, pierogi z wody z chudym mięsem lub serem twarogowym, naleśniki smażone na patelni bez tłuszczu	w panierce - mięsa i ryby w panierce
Obróbka technologiczna potraw	- gotowanie w wodzie, gotowanie na parze - grillowanie (grill elektryczny, patelnie grillowe, w przypadku grilla węglowego/ogrodowego na tackach) - pieczenie w folii, pergaminie lub pod przykryciem bez tłuszczu* - smażenie bez dodatku tłuszczu* - duszenie bez wcześniejszego obsmażania  *staraj się nie dodawać tłuszczu, jednak okazjonalnie możesz użyć niewielkiej ilości zalecanego tłuszczu roślinnego, np. oliwy z oliwek lub oleju rzepakowego	- smażenie na głębokim tłuszczu - duszenie z wcześniejszym obsmażeniem na głębokim tłuszczu - pieczenie w dużej ilości tłuszczu - panierowanie

**Dieta w fenylketonurii – zalecenia:**

Fenylketonuria (z ang. Phenylketonuria, PKU) jest wrodzoną wadą metabolizmu dotyczącą jednego z aminokwasów – feniloalaniny (Phe). Spowodowana jest niedoborem enzymu – hydrosylazy feniloalaninowej (PAH), co prowadzi do kumulacji aminokwasu we krwi oraz mózgu, zamiast dalszego jej przetwarzania. Podstawą terapii fenylketonurii jest specjalna dieta. Nieleczona PKU może prowadzić do ciężkiego upośledzenia umysłowego, problemów z zachowaniem i padaczki. Można temu zapobiec, stosując przez całe życie dietę z ograniczeniem Phe i Tyr (dieta niskobiałkowa – o niskiej podaży białka z produktów spożywczych). Dieta musi być uzupełniana dostosowanym do choroby preparatem białkowym (zawierającym wszystkie aminokwasy poza Phe i Tyr).

1. Prawidłowo zbilansowany jadłospis opiera się na odpowiedniej podaży mikro i makroskładników z pożywienia naturalnego, żywności niskobiałkowej oraz z preparatu PKU.
2. Należy dostosować ilość spożywanej feniloalaniny (Phe) do własnej tolerancji, na podstawie wyników badań (w uzgodnieniu z lekarzem lub dietetykiem).
3. Należy spożywać regularnie 5 posiłków dziennie co 3 godziny.
4. Źródłem białka w diecie jest preparat bezfeniloalaninowych dopasowany dla każdego pacjenta indywidualnie.
5. Dopuszczoną w pożywieniu ilość feniloalaniny należy rozdzielić równomiernie do posiłków, ponieważ jednorazowe spożycie całej dostępnej dawki tego aminokwasu



Województwo  
Kujawsko-Pomorskie



może doprowadzić do zachwiania równowagi metabolicznej organizmu.

6. Należy unikać żywności wysokobiałkowej: mięso, ryby, jaja, ser, fasola i orzechy zawierają duże ilości białka oraz feniloalaniny. By obniżyć stężenie feniloalaniny we krwi, należy wykluczyć te produkty z diety.
7. Należy regularnie spożywać produkty niskobiałkowe (oznaczone znakiem PKU), które dostarczają niezbędnej ilości białka bez feniloalaniny (np. produkty Milupa: kaszka, makaron, ryż, napój, płatki śniadaniowe). Pomijanie wyznaczonych porcji preparatu PKU może doprowadzić do poważnych niedoborów ważnych składników odżywczych.
8. Należy pamiętać, aby cukry proste (cukier, dżem, marmolada, landrynki, lizaki, konfitury, miód) nie były podstawowym źródłem energii w diecie.
9. Należy uważać na suszone owoce, ponieważ zawierają więcej Phe niż świeże. Zaleca się ograniczyć spożycie soli oraz produktów ją zawierających, ze względu na jej negatywne działanie na organizm.
10. Powinno się wypijać 5 – 6 szklanek wody dziennie, w trakcie oraz między posiłkami. Zbyt małe ilości wypijanej wody, prowadzą do odwodnienia organizmu oraz dalszych negatywnych efektów takich jak zmęczenie, brak koncentracji czy nawet zaburzenia układu pokarmowego czy krwionośnego.
11. Zaleca się codzienną aktywność fizyczną.

**Produkty zalecane i niezalecane w feniloketonurii:**

Produkty dozwolone	Produkty do ograniczenia	Produkty niedozwolone
<ul style="list-style-type: none"> <li>- oleje roślinne (olej rzepakowy)</li> <li>- cukier</li> <li>- cukierki owocowe, landrynki</li> <li>- lizaki</li> <li>- wody mineralne</li> <li>- zagęstniki (mączka chleba świętojańskiego</li> <li>- Karob, pektyny, karagen, agar, guar, guma arabska) - preparaty białkowe, specjalistyczne w proszku bez feniloalaniny</li> <li>- herbaty</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- masło</li> <li>- margaryna</li> <li>- warzywa, w tym ziemniaki</li> <li>- owoce</li> <li>- dżemy, marmolady powidła</li> <li>- miód</li> <li>- ryż</li> <li>- wypieki i wyroby z mąki o zmniejszonej zawartości białka (mąka, makarony, pieczywo, ciastka PKU)</li> <li>- tapioka</li> <li>- sago</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>mięso, w tym drób</li> <li>- przetwory mięsne</li> <li>- wędliny</li> <li>- ryby i owoce morza</li> <li>- mleko - produkty mleczne/nabiał (kefiry, jogurt, sery twarogowe, żółte, topione, lody, śmietana)</li> <li>- jajka - nasiona roślin strączkowych (groch, fasola, soja, soczewica, bób, kukurydza)</li> <li>- orzechy</li> <li>- produkty zbożowe (pieczywo, mąka, makarony, kasze, płatki,</li> </ul>



Województwo  
Kujawsko-Pomorskie





			kukurydza) - czekolada - mak - siemię lniane - żelatyna - aspartam (słodzik dodawany do słodczy i napojów)
<b>Miejsce świadczenia usługi</b>	<p>6. Zamawiający umożliwi świadczenie usług poprzez zapewnienie właściwych warunków sanitarno – higienicznych w miejscu ich wykonywania.</p> <p>Zamawiający zobowiązuje się do udostępnienia Wykonawcy pomieszczeń do przechowywania sprzętu i urządzeń czyszczących oraz środków czystości.</p> <p>7. Zamawiający nie dopuszcza możliwości wydawania posiłków z półproduktów. Posiłki powinny być przygotowywane z surowców świeżych i wysokiej jakości z zachowaniem reżimów dietetycznych i sanitarnych. Posiłki powinny być wykonane bez użycia produktów typu instant, gotowych produktów oraz ulepszaczy.</p> <p>8. Świadczenie powyżej wskazanych usług winny być zgodne i prowadzone przez cały okres obowiązywania umowy w standardzie wskazanym w zamówieniu.</p> <p><b>Punkt opieki dla osób z niepełnosprawnościami z Ukrainy przy ul. Marii Skłodowskiej-Curie 27/29, 87-100 Toruń.</b></p> <p>Jednocześnie Zamawiający informuje, że w związku z planowanym remontem jednego z budynków, w którym realizowana będzie przedmiotowa usługa, zakłada się przeniesienie części podopiecznych do innego budynku w tym samym kompleksie, lub do innej lokalizacji na terenie miasta Torunia. W związku z powyższym istnieje możliwość, iż usługa będąca przedmiotem zamówienia realizowana będzie w dwóch lokalizacjach. Jednak mimo możliwych zmian lokalizacji zakres usługi, jak również liczba podopiecznych, dla których realizowana będzie usługa nie ulegną zmianie. Zasady rozliczeń z Wykonawcą również nie ulegną zmianie.</p>		
<b>Wymagania SARS-CoV-2</b>	<p>1. Wykonawca winien przestrzegać procedur higienicznych dotyczących higieny rąk, środków transportu, urządzeń i sprzętu oraz stosowania preparatów myjących i dezynfekujących dopuszczonych w kontakcie z żywnością.</p> <p>2. W przypadku wystąpienia na terytorium Rzeczypospolitej Polskiej stanu epidemii wywołanego przez zakażenia wirusem SARS-CoV-2, w szczególnie uzasadnionych przypadkach za zgodą Zamawiającego:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• wszelkie usługi stanowiące przedmiot zamówienia należy realizować zgodnie z obowiązującymi instrukcjami dotyczącymi realizacji usług pielęgnacyjno-opiekuńczych i innymi zaleceniami wydanymi przez odpowiednie służby i organy państwa,</li> <li>• wymaga się od Wykonawcy właściwego postępowania z osobami podejrzanymi o zakażenie oraz pozostawienie w stałym kontakcie z lokalnymi służbami sanitarno-epidemiologicznymi.</li> </ul>		



<p><b>Opis wymagań dotyczących Wykonawcy oraz jego personelu, a także pozostałe informacje dotyczące zamówienia</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Wykonawca zapewni wykonanie zamówienia przez osoby posiadające odpowiednie kwalifikacje i dopuszczone do wykonywania czynności.</li> <li>2. Osoby, które Wykonawca wyznaczy do obsługi cateringu na terenie Punktu opieki muszą zostać przeszkolone przed przystąpieniem do pracy, w szczególności w zakresie :             <ul style="list-style-type: none"> <li>- bezpieczeństwa i higieny pracy,</li> <li>- przepisów przeciw pożarowych,</li> <li>- utrzymania czystości pomieszczeń,</li> <li>- higieny rąk.</li> </ul> </li> <li>3. Wykonawca zobowiązany jest do:             <ul style="list-style-type: none"> <li>- zachowania w tajemnicy wszystkich informacji dotyczących działalności podmiotu i przebywających w nim podopiecznych,</li> <li>- przestrzegania obowiązujących u Zamawiającego wewnętrznych przepisów porządkowych oraz ppoż i bhp;</li> <li>- świadczenia usług będących przedmiotem niniejszej umowy własnym personelem bądź poprzez podwykonawcę oraz odpowiedniego przeszkolenia osób, które będą wykonywały usługę;</li> <li>- zapewnienia terminowości i wysokiej jakości wykonywanych prac.</li> </ul> </li> <li>4. Wykonawca jest zobowiązany zapewnić odpowiednie ubranie ochronne personelowi świadczącemu usługi (fartuch, rękawiczki jednorazowe, maseczki i inne ubranie) dostosowane do wykonywanych usług z uwzględnieniem stanu epidemii.</li> <li>5. Zamawiający zastrzega sobie prawo kontrolowania, jakości i terminowości prac realizowanych przez pracowników wyznaczonych przez Wykonawcę do realizacji umowy.</li> <li>6. Kontroli dokonywać będzie na bieżąco upoważniony pracownik Zamawiającego, który będzie przekazywał Wykonawcy na bieżąco ewentualne uwagi dotyczące realizowanej usługi.</li> <li>7. Zamawiający zastrzega sobie prawo zgłaszania osobie wyznaczonej przez Wykonawcę na wskazany przez niego adres e-mail każde zdarzenie i okoliczność mającą wpływ na poprawność wykonania przedmiotu umowy, proponując sposób naprawienia nieprawidłowości.</li> <li>8. Wykonawca musi przestrzegać wszystkich przepisów związanych z przedmiotem zamówienia, w tym także dotyczących reżimu sanitarnego.</li> <li>9. Wykonawca zobowiązany jest dostarczać tygodniowy jadłospis do wiadomości personelu opiekuńczo-pielęgnacyjnego Punktu opieki, dla wszystkich występujących diet wraz z oznaczeniem alergenów oraz wyliczeniem wartości kalorycznej i odżywczej (białko, tłuszcz, węglowodany) dla każdego rodzaju diety, zgodnie z załącznikiem nr 1 do umowy, na adres e-mail: <a href="mailto:s.stecyk-brochocka@rops.torun.pl">s.stecyk-brochocka@rops.torun.pl</a>. Jadłospisy te powinny zawierać zróżnicowane menu z uwzględnieniem sezonowych produktów oraz propozycji personelu opiekuńczo-pielęgnacyjnego.</li> <li>10. Płatność następować będzie przelewem na rachunek bankowy Wykonawcy podany na fakturze VAT w terminie 30 dni od daty otrzymania prawidłowo wystawionej faktury VAT, o ile Zleceniobiorca posiadał będzie środki na koncie.</li> <li>11. Wykonawca przed rozpoczęciem przetwarzania danych osobowych zobowiązany jest do podpisania oświadczenia o zapoznaniu się z przepisami o ochronie danych</li> </ol>
---	---



Województwo  
Kujawsko-Pomorskie





	osobowych i obowiązku ich stosowania a szczególnie przepisów 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 o obowiązku zachowania poufności.
--	--



Województwo  
Kujawsko-Pomorskie

