

**Zamawiający:**

**Gmina Majdan Królewski**

ul. Rynek 1A, 36-110 Majdan Królewski

NIP: 814-15-87-980, REGON: 830409695

działająca przez

**Ośrodek Pomocy Społecznej w Majdanie Królewskim,**

ul. Rynek 1A, 36-110 Majdan Królewski,

będący jednostką organizacyjną Gminy Majdan Królewski, reprezentowany przez Kierownika OPS działającego z upoważnienia Wójta Gminy Majdan Królewski.

**SPECYFIKACJA WARUNKÓW ZAMÓWIENIA**

**Postępowania prowadzonego w trybie podstawowym zgodnie z art.275 pkt 1 ustawy**

**Pzp dla zamówienia o szacunkowej wartości poniżej progów unijnych na:**

**Przedmiot zamówienia:**

**„Świadczenie usług przygotowania, dostarczania i wydawania posiłków (usługa cateringowa) dla uczestników Centrum Opiekuńczo–Mieszkalnego w Brzostowej Górze oraz osób wskazanych przez Ośrodek Pomocy Społecznej w Majdanie Królewskim na terenie Gminy Majdan Królewski w okresie od 01.01.2026 r. do 31.12.2026 r.”**

**Nr ogłoszenia**

**2025/BZP 00560608**

**Id postępowania**

**ocds-148610-a75e874e-6c99-42c7-88af-404ac2999f5f**

*Zatwierdził:*

Majdan Królewski dn. 27.11.2025 r.

**I. Nazwa oraz adres zamawiającego, numer telefonu, fax, adres poczty elektronicznej oraz strona internetowa prowadzonego postępowania:**

**1. Zamawiający:**

**Gmina Majdan Królewski**

ul. Rynek 1A, 36-110 Majdan Królewski

NIP: 814-15-87-980, REGON: 830409695

działająca przez

**Ośrodek Pomocy Społecznej w Majdanie Królewskim,**

ul. Rynek 1A, 36-110 Majdan Królewski,

będący jednostką organizacyjną Gminy Majdan Królewski,

reprezentowany przez Kierownika OPS działającego z upoważnienia Wójta Gminy Majdan Królewski.

tel. 15 847 10 46, fax 15 847 18 90

strona internetowa: [www.majdankrolewski.naszops.pl](http://www.majdankrolewski.naszops.pl)

poczta elektroniczna : [ops@majdankrolewski.pl](mailto:ops@majdankrolewski.pl)

adres strony internetowej prowadzonego postępowania:

**<https://ezamowienia.gov.pl/mp-client/search/list/ocds-148610-b9b4037d-b7dd-498e-bdfa-4db3f54c1d8a>**

godziny pracy : poniedziałek, środa-piątek 7:00 – 15:00 , wtorek 8:00 – 16:00

2. W związku z centralizacją rozliczeń podatku VAT w jednostkach organizacyjnych Gminy Majdan Królewski, **wszystkie faktury dotyczące realizacji zamówienia należy wystawiać na Gminę Majdan Królewski (NIP: 814-15-87-980), natomiast odbiorcą usług i płatnikiem jest Ośrodek Pomocy Społecznej w Majdanie Królewskim.**
3. Postępowanie dotyczy udzielenia zamówienia publicznego na świadczenie usług, przygotowania, dostarczania i wydania posiłków:
  - a) dla **uczestników Centrum Opiekuńczo–Mieszkalnego (COM) w Brzostowej Górze**, prowadzonego przez OPS,
  - b) dla **osób wskazanych przez OPS**, którym przyznano pomoc w formie posiłku na podstawie decyzji administracyjnych.
4. W związku z powyższym, **po rozstrzygnięciu postępowania zostanie zawarta jedna umowa:**
  - a) dotycząca żywienia **uczestników Centrum Opiekuńczo–Mieszkalnego (COM) w Brzostowej Górze**, prowadzonego przez OPS
  - b) dotycząca żywienia **osób wskazanych przez OPS**, którym przyznano pomoc w formie posiłku na podstawie decyzji administracyjnych
5. Zawarcie umowy nastąpi z wykonawcą, wyłonionym w niniejszym postępowaniu.

**II. Adres strony internetowej, na której udostępniane będą zmiany i wyjaśnienia treści SWZ oraz inne dokumenty zamówienia bezpośrednio związane z postępowaniem o udzielenie zamówienia:**

Postępowanie prowadzone jest przy użyciu środków komunikacji elektronicznej. Zmiany i wyjaśnienia treści SWZ oraz inne dokumenty zamówienia bezpośrednio związane z postępowaniem o udzielenie zamówienia będą dostępne na stronie <https://ezamowienia.gov.pl/pl/> w zakładce postępowania o których mowa w art.281 ust.1 pkt 1 i 2 Pzp, gdzie będą udostępniane wszystkie zmiany i wyjaśnienia treści SWZ oraz inne dokumenty zamówienia bezpośrednio związane z postępowaniem o udzielenie zamówienia.

### III. Tryb udzielenia zamówienia:

1. Postępowanie o udzielenie zamówienia publicznego prowadzone jest w trybie podstawowym, na podstawie art. 275 pkt 1 ustawy z dnia 11 września 2019r. Prawo zamówień publicznych (Dz.U. z 2024r. , poz.1320 z późn.zm.) – zwanej także „Pzp”, oraz aktów wykonawczych do tej ustawy.
2. W zakresie nieuregulowanym niniejszą Specyfikacją Warunków Zamówienia, zwaną dalej "SWZ", zastosowanie mają przepisy ustawy Pzp.
3. Postępowanie prowadzone jest w języku polskim.
4. Szacunkowa wartość przedmiotowego zamówienia nie przekracza progów unijnych, o których mowa w art. 3 ustawy PZP.
5. W sprawach nieuregulowanych w SWZ będą miały zastosowanie przepisy ustawy PZP, ustawy Kodeks Cywilny oraz ustaw właściwych dla przedmiotu zamówienia.
6. Zadanie finansowane jest ze środków zewnętrznych w formie dotacji dla Gminy wiejskiej Majdan Królewski pochodzące z Funduszu Solidarnościowego oraz dotacji Wojewody Podkarpackiego w ramach programu rządowego „Posiłek w szkole i w domu”.
7. Zamawiający w przedmiotowym postępowaniu :
  - 1) nie przewiduje zawarcia umowy ramowej.
  - 2) nie przewiduje możliwości udzielenia zamówień, o których mowa w art.214 ust.1 pkt 7 i pkt 8.
  - 3) Zamawiający nie przewiduje aukcji elektronicznej.
  - 4) Zamawiający nie przewiduje złożenia oferty w postaci katalogów elektronicznych.
  - 5) Zamawiający nie przewiduje wizji lokalnej
  - 6) Zamawiający nie przewiduje rozliczeń w walutach obcych
  - 7) nie przewiduje zwrotu kosztów udziału w niniejszym postępowaniu o zamówienie publiczne.

### IV. Informacja czy Zamawiający przewiduje wybór najkorzystniejszej oferty z możliwością prowadzenia negocjacji:

Zamawiający nie przewiduje wyboru najkorzystniejszej oferty z możliwością przeprowadzenia negocjacji.

### V. Opis przedmiotu zamówienia:

1. Przedmiotem zamówienia jest **świadczenie usług przygotowania, dostarczania oraz wydawania posiłków** (usługa cateringowa) dla:
  - a) uczestników Centrum Opiekuńczo– Mieszkalnego w Brzostowej Górze, prowadzonego przez OPS, (planowana liczba dożywianych uczestników: około 18 osób pobyt dzienny/dni robocze, 2 osoby – pobyt całodobowy/wszystkie dni w roku) w okresie:
    - a. dla uczestników COM pobyt dzienny w okresie od 01.01.2026 r. do 31.12.2026 r., tj. około 251 dni roboczych,
    - b. dla uczestników COM pobyt całodobowy w okresie od 01.01.2026r. do 31.12.2026r., tj. około 365 dni w roku

- b) osób wskazanych przez Ośrodek Pomocy Społecznej w Majdanie Królewskim, którym przyznano pomoc w formie posiłku na podstawie decyzji administracyjnych, (planowana liczba dożywianych około 16 osób średnio miesięcznie - dowóz do ich miejsc zamieszkania na terenie gminy/dni robocze) w okresie: od 01.01.2026 r. do 31.12.2026 r., w dni robocze tj. około 251 dni roboczych.
2. Usługa obejmuje w szczególności:
- a) przygotowanie posiłków zgodnie z obowiązującymi normami żywieniowymi i sanitarno-higienicznymi,
  - b) dostarczenie posiłków w termosach do wskazanych miejsc,
  - c) wydanie lub przekazanie posiłków odbiorcom,
3. Miejsca dostarczania posiłków:
- a) siedziba Centrum Opiekuńczo– Mieszkalnego w Brzostowej Górze, Brzostowa Góra 110, 36-110 Majdan Królewski
  - b) miejsca zamieszkania osób uprawnionych lub inne lokalizacje wskazane przez OPS - zakres terytorialny świadczenia usług obejmuje **teren Gminy Majdan Królewski**. Wykonawca będzie zobowiązany do dostarczania posiłków do miejsc wskazanych przez Zamawiającego na obszarze gminy, zgodnie z bieżącymi potrzebami wynikającymi z przyznanej pomocy
4. Dostawy posiłków ,odbywać się będą odpowiednio:
- a) dla uczestników COM :
    - a. dostawa śniadania w godzinach od 8:30 - 9:00
    - b. dostawa obiadu w godzinach od 13:00 – 13:30
    - c. dostawa kolacji w godzinach od 17:00 – 17:30
  - b) dla osób wskazanych przez OPS z transportem do ich miejsc zamieszkania na terenie gminy:
    - a. dostawa obiadu w godzinach od 13:00 do 15:00
5. Przewidywana szacunkowa ilość zestawów posiłków w COM (śniadanie, jednodaniowy obiad) wydanych dziennie wynosi 20 sztuk w dni robocze. W dni wolne od pracy 2 sztuki. Kolacja wydanych dziennie zarówno w dni robocze jak i wolne od pracy wynosi 2 sztuki:
- a) Pod pojęciem dziennego zestawu posiłków przypadającego na jednego uczestnika COM pobyt dzienny/dni robocze rozumie się: śniadanie i jednodaniowy obiad.
  - b) Pod pojęciem dziennego zestawu posiłków przypadającego na jednego uczestnika COM pobyt całodobowy/wszystkie dni w roku rozumie się: śniadanie, jednodaniowy obiad i kolacja
6. Przewidywana szacunkowa ilość jednodaniowych obiadów - dowiezionych dziennie w dni robocze osobom wskazanym przez OPS wynosi 16:
- a) Pod pojęciem dziennego posiłku przypadającego na jedną osobę wskazaną przez OPS z dowozem do jego miejsca zamieszkania rozumie się: jednodaniowy obiad.

7. Szczegółowy skład i gramatura posiłków znajduje się w Załączniku nr 1 do wzoru umowy stanowiącym Załącznik nr 7 do SWZ. Wykonawca zobowiązany jest realizować zamówienie na opisanych tam zasadach i warunkach.
8. Ilość posiłków może ulegać zmianie w zależności od dziennej frekwencji w COM, zgłoszeń dłuższych nieobecności w miejscu zamieszkania osób wskazanych przez OPS. Powyższa okoliczność nie może być powodem zmiany ceny.
9. Liczba zamówionych posiłków na podstawie ilości mieszkańców COM korzystających z wyżywienia na dzień następujący, będzie przekazywana z placówki telefonicznie każdego dnia do godz. 11 przez Kierownika COM lub upoważnionego przez niego pracownika.
10. Posiłki muszą być sporządzone zgodnie z wymogami sztuki kulinarnej i sanitarnej dla żywienia zbiorowego oraz odpowiadać zgodnością dekadowemu zestawowi posiłków stanowiącym załącznik nr 1 do wzoru umowy który stanowi Załącznik nr 7 do SWZ.
11. Posiłki powinny być dostarczane gorące w termoizolacyjnych termosach z atestem PZH przeznaczonych do transportu żywności do miejsca wydania w COM a także do miejsca zamieszkania każdej osoby wskazanej przez OPS.
12. Próbkę żywności będą pobierane i przechowywane przez wykonawcę zgodnie z art.72 ustawy z dnia 25 sierpnia 2006r. o bezpieczeństwie żywności i żywienia (Dz.U. z 2023r. poz.1448) i zgodnie z rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dnia 17 kwietnia 2007r. w sprawie pobierania i przechowywania próbek żywności przez zakłady żywienia zbiorowego typu zamkniętego (Dz.U. z 2007r. ,poz.545 z późn.zm.)
13. Wykonawca dostarcza posiłki własnym i na własny koszt transportem i samodzielnie je przygotowuje. Wykonawca dba o właściwy stan dostarczania posiłków (posiłki świeże).
14. Wykonawca zobowiązany jest do odbioru, wywożenia i utylizacji odpadów związanych z usługą żywienia w COM i ponosi tym samym odpowiedzialność za gospodarowanie tymi odpadami oraz ponosi koszty z tym związane zgodnie z ustawą z dnia 14 grudnia 2012 r. o odpadach (Dz. U. z 2023r. poz. 1587 z późn. zm.).
15. Wykonawca oświadcza, że posiada pełne uprawnienia potrzebne do świadczenia usługi wydane przez Państwowego Powiatowego Inspektora Sanitarnego.
16. Stan posiłków i sposób dowożenia musi spełniać wymogi Państwowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej.
17. W przypadku awarii lub innych nie przewidzianych zdarzeń Wykonawca jest zobowiązany zapewnić posiłki o nie gorszej jakości na swój koszt z innych źródeł.
18. Wykonawca zobowiązany jest do przygotowania posiłków o najwyższym standardzie, na bazie produktów najwyższej jakości i bezpieczeństwem zgodnie z normami HACCP.
19. Posiłki mają być przygotowywane zgodnie z procedurami niezbędnymi do zapewnienia bezpieczeństwa żywności i żywienia z uwzględnieniem zapisów określonych w ustawie z dnia 25 sierpnia 2006 r. o bezpieczeństwie żywności i żywienia (Dz. U. z 2023 r. poz. 1448 z późn. zm.). Proces przygotowywania oraz wydawania posiłków odbywać się musi zgodnie z wymogami sanitarnymi, zwłaszcza wymogami dobrej praktyki higienicznej.
20. Posiłki będą przygotowywane przez osoby posiadające zaświadczenie lekarskie z badań przeprowadzonych do celów sanitarno- epidemiologicznych. Osoby, które będą uczestniczyć w przygotowaniu posiłków muszą posiadać wszelkie wymagane ustawowo kwalifikacje i uprawnienia niezbędne do wykonywania przedmiotu zamówienia.
21. W przypadku wzmożonej zachorowalności lub nieobecności uczestników w COM, bądź pozostałych osób wskazanych przez OPS, Zamawiającemu przysługuje prawo do ograniczenia ilości posiłków.

22. Zamawiający zastrzega sobie prawo do zmiany w ilości przedmiotu zamówienia. Rozliczenie finansowe Wykonawcy usługi z Zamawiającym odbywać się będzie na podstawie faktycznie dostarczonych posiłków i ich ceny jednostkowej.
23. Wykonawca wszystkie dostawy wykona w terminie.
24. Wykonawca winien przedstawić w ofercie cenę za wykonanie całości przedmiotu zamówienia, uwzględniając wszystkie niezbędne koszty związane z realizacją zamówienia, wymagane opłaty bez względu na okoliczności i źródła ich powstania oraz opusty, których wykonawca zamierza udzielić.
25. Cenę jednostkową brutto posiłku należy podzielić na następujące składowe :
- 1) koszt przygotowania, dostarczenia posiłku w COM (pobyt dzienny , pobyt całodobowy)**  
**2) koszt przygotowania, dostarczenia posiłku dla osób wskazanych przez OPS + dodatkowo wyszczególniony koszt ich dostarczenia**
26. Oznaczenie Wspólnego Słownika Zamówień:
- 55321000-6** usługi przygotowania posiłków  
**55520000-1** usługi dostarczania posiłków  
**55523000-2** usługi zaprowiantowania innych przedsiębiorstw lub instytucji  
**55521000-8** usługi w zakresie dostaw posiłków do prywatnych gospodarstw domowych
27. Wszelkie wątpliwości dotyczące treści SWZ wykonawca winien wyjaśnić przed sporządzeniem i złożeniem oferty. Wykonawca przed złożeniem oferty uzyskał również wszelkie niezbędne informacje o przedmiocie zamówienia co do ryzyka, trudności i wszelkich innych okoliczności, jakie mają mieć wpływ na złożoną ofertę i bierze pełną odpowiedzialność za odpowiednie wykonanie i bezpieczeństwo wszystkich czynności na miejscu wykonania prac oraz metody i technologie użyte podczas realizacji usługi.
28. Na podstawie art. 462 ust. 2 ustawy Prawo zamówień publicznych Zamawiający określa, że wszystkie czynności składające się na przedmiot zamówienia mają charakter czynności kluczowych, w szczególności:
- przygotowywanie posiłków zgodnie z wymaganymi dietami,
  - zapewnienie bezpieczeństwa i jakości żywności,
  - pakowanie i zabezpieczenie posiłków do transportu,
  - dowóz posiłków do Zamawiającego oraz do miejsc zamieszkania osób wskazanych przez OPS,
  - wydawanie posiłków odbiorcom,
  - prowadzenie dokumentacji żywieniowej i rozliczeniowej,
  - czynności obejmujące przetwarzanie danych osobowych uczestników i odbiorców posiłków.
29. Mając na względzie charakter wskazanych czynności oraz konieczność zapewnienia ciągłości, jakości i bezpieczeństwa świadczonych usług, Zamawiający wymaga, aby wszystkie czynności składające się na przedmiot zamówienia zostały wykonane osobiście przez Wykonawcę.
30. Zamawiający nie dopuszcza powierzenia podwykonawcom realizacji żadnej z czynności wskazanych w ust. 1.
31. Dopuszczalne jest powierzenie podwykonawcom wyłącznie czynności pomocniczych, niezwiązanych z przygotowaniem, transportem, wydawaniem posiłków ani z przetwarzaniem danych osobowych.
32. Jeżeli Wykonawca zamierza powierzyć podwykonawcy czynności pomocnicze, zobowiązany jest wskazać w ofercie zakres powierzanych czynności oraz nazwy podwykonawców, o ile są znani, zgodnie z art. 462 ust. 1 Pzp.
33. Wykonawca ponosi pełną odpowiedzialność za działania i zaniechania podwykonawców na zasadach określonych w art. 462 ust. 5 Pzp.

34. Charakter przedmiotu zamówienia – usługi przygotowania, dostarczania i wydawania posiłków (usługa cateringowa) dla uczestników Centrum Opiekuńczo–Wychowawczego oraz osób wskazanych przez Ośrodek Pomocy Społecznej w Majdanie Królewskim – wymaga zachowania ciągłości świadczenia usług, zapewnienia bezpieczeństwa żywności oraz przestrzegania zasad higieniczno–sanitarnych. Usługa ma charakter społeczny, obejmuje osoby wymagające szczególnej ochrony (w tym osoby starsze, niepełnosprawne oraz objęte pomocą społeczną), a jej realizacja wiąże się również z przetwarzaniem danych osobowych, w tym informacji o stanie zdrowia i danych wrażliwych.

Z uwagi na powyższe, wykonanie czynności kluczowych przez wykonawcę osobiście jest niezbędne dla zapewnienia właściwej jakości i bezpieczeństwa wykonywanych usług, ciągłości realizacji zamówienia oraz odpowiedzialności za przetwarzanie danych osobowych

#### **VI. Terminy wykonania zamówienia :**

Termin realizacji zamówienia: **01 stycznia 2026 r. do 31 grudnia 2026 r.**

#### **VII. Projektowane postanowienia umowy w sprawie zamówienia publicznego, które zostaną wprowadzone do treści tej umowy:**

1. Wybrany Wykonawca jest zobowiązany do zawarcia umowy w sprawie zamówienia publicznego na istotnych warunkach określonych w **Załączniku nr 7 do SWZ**.
2. Zakres usług Wykonawcy wynikający z umowy jest tożsamy z jego zobowiązaniem zawartym w ofercie.
3. Wykonawca w okresie obowiązywania umowy zobowiązany jest posiadać ubezpieczenie od odpowiedzialności cywilnej (deliktowej i kontraktowej łącznie) w zakresie prowadzonej działalności gospodarczej, obejmujące w szczególności działalność polegającą na przygotowywaniu i dostarczaniu posiłków, na sumę gwarancyjną nie niższą niż 100 000,00 zł.
4. Przed podpisaniem umowy Wykonawca przedłoży Zamawiającemu kopię polisy ubezpieczeniowej lub innego dokumentu potwierdzającego zawarcie umowy ubezpieczenia wraz z dowodem opłacenia składki (w przypadku składki płatnej w ratach – dowodem opłacenia pierwszej raty).
5. Wykonawca zobowiązany jest do utrzymywania ważności ubezpieczenia przez cały okres obowiązywania umowy oraz przedkładania, na każde żądanie Zamawiającego, aktualnych dokumentów potwierdzających ciągłość ochrony ubezpieczeniowej.
6. Rozliczenie pomiędzy Zamawiającym , a Wykonawcą będzie odbywało się zgodnie z §5 wzoru umowy **stanowiącym Załączniku nr 7 do SWZ**. Zamawiający nie przewiduje udzielania zaliczek na realizację zamówienia
7. Zmiana umowy podlega unieważnieniu, jeżeli została dokonana z naruszeniem art. 454 i art. 455 ustawy PZP

#### **VIII. Informacje o środkach komunikacji elektronicznej, przy użyciu których zamawiający będzie komunikował się z wykonawcami, oraz informacje o wymaganiach technicznych i organizacyjnych sporządzania, wysyłania i odbierania korespondencji elektronicznej:**

##### **1. Podstawa prawna**

- 1) Zgodnie z art. 68 ustawy z dnia 11 września 2019 r. – Prawo zamówień publicznych (PZP), przekazywanie ofert, wniosków i innych dokumentów w postępowaniu o

udzielenie zamówienia odbywa się przy użyciu środków komunikacji elektronicznej, zapewniających integralność, autentyczność, nienaruszalność i poufność danych.

## **2. Ogólne informacje**

- 1) Postępowanie prowadzone jest w języku polskim w formie elektronicznej za pośrednictwem platformy: <https://ezamowienia.gov.pl>.
- 2) Wykonawca musi posiadać konto typu „Wykonawca” na platformie e-Zamówienia. Szczegóły dotyczące zakładania kont i korzystania z platformy znajdują się w Regulaminie Platformy e-Zamówienia oraz w zakładce „Centrum Pomocy” na stronie platformy.
- 3) Szczegółowe instrukcje dotyczące składania ofert, wniosków i komunikacji dostępne są w Instrukcji użytkownika platformy e-Zamówienia.
- 4) Maksymalny rozmiar przesyłanych plików: 150 MB.
- 5) Dopuszczalne formaty plików: .pdf, .doc, .docx, .xls, .xlsx, .jpg. Dokumenty mogą być skompresowane w formatach .zip lub .7z. Inne formaty plików nie będą akceptowane.
- 6) Stały dostęp do Internetu o minimalnej przepustowości: 512 kb/s.

## **3. Komunikacja z Zamawiającym**

- 1) Wszelka komunikacja, w tym składanie oświadczeń, wniosków, zawiadomień, pytań dotyczących SWZ i przekazywanie informacji, odbywa się wyłącznie poprzez platformę e-Zamówienia, w korespondencji należy podawać numer postępowania.
- 2) W przypadku problemów technicznych związanych z obsługą platformy e-Zamówienia, wykonawcy mogą korzystać z pomocy technicznej dostępnej pod adresem: <https://ezamowienia.gov.pl/pl/centrum-pomocy/> lub telefonicznie zgodnie z informacjami opublikowanymi na tej stronie.

## **4. Składanie dokumentów i oświadczeń**

- 1) Dokumenty lub oświadczenia należy składać w formie elektronicznej, opatrzone kwalifikowanym podpisem elektronicznym, podpisem zaufanym lub podpisem osobistym.
- 2) W przypadku dokumentów nieelektronicznych, Wykonawca może przesłać ich elektroniczną kopię podpisaną w powyższy sposób, co jest równoważne z poświadczeniem zgodności z oryginałem.
- 3) Wiadomości przesyłane drogą elektroniczną muszą zawierać numer postępowania i dane Wykonawcy.
- 4) Porozumiewanie się za pomocą poczty tradycyjnej, kuriera, postańca lub innych kanałów nie jest dopuszczalne.

## **5. Wyjaśnienia treści Specyfikacji Warunków Zamówienia (SWZ)**

- 1) Wykonawca może wnioskować o wyjaśnienie treści SWZ, składając pytania wyłącznie przez platformę e-Zamówienia.
- 2) Zamawiający udzieli odpowiedzi niezwłocznie, nie później niż 2 dni przed terminem składania ofert, pod warunkiem, że wniosek wpłynął nie później niż 4 dni przed terminem składania ofert.
- 3) Wnioski które wpłyną po terminie mogą zostać pozostawione bez odpowiedzi.
- 4) W przypadku konieczności udzielenia wyjaśnień termin składania ofert może zostać przedłużony.



- 5) Zamawiający może w uzasadnionych przypadkach zmienić treść SWZ przed upływem terminu składania ofert.

**6. Dodatkowe informacje**

- 1) Dokumenty przetargowe będą dostępne na platformie e-Zamówienia
- 2) Zamawiający nie przewiduje wizji lokalnej.

**IX. Informacje o sposobie komunikowania się zamawiającego z wykonawcami w inny sposób niż przy użyciu środków komunikacji elektronicznej, w tym w przypadku zaistnienia jednej z sytuacji określonych w art. 65 ust. 1, art. 66 i art. 69 ustawy PZP:**

Zamawiający nie przewiduje komunikowania się z wykonawcami w inny sposób niż przy użyciu środków komunikacji elektronicznej.

**X. Wykaz osób uprawnionych do komunikowania się z wykonawcami:**

W sprawach merytorycznych – **Józefa Zięba**

W sprawach zamówienia publicznego – **Renata Konefal**

W przypadku pytań zadawanych w inny sposób niż za pomocą <https://ezamowienia.gov.pl>.

Zamawiający zastrzega sobie prawo do odmowy udzielania wyjaśnień i odpowiedzi na pytania.

**XI. Termin związania ofertą:**

1. Wykonawca jest związany ofertą nie dłużej niż 30 dni od dnia upływu terminu składania ofert, przy czym pierwszym dniem terminu związania ofertą jest dzień, w którym upływa termin składania ofert. tj. do dnia **03.01.2026 r.**
2. W przypadku gdy wybór najkorzystniejszej oferty nie nastąpi przed upływem terminu związania ofertą określonego w dokumentach zamówienia, zamawiający przed upływem terminu związania ofertą zwraca się jednokrotnie do wykonawców o wyrażenie zgody na przedłużenie tego terminu o wskazany przez niego okres, nie dłuższy niż 30 dni.
3. Przedłużenie terminu związania ofertą, o którym mowa w ust. 2, wymaga złożenia przez wykonawcę pisemnego oświadczenia o wyrażeniu zgody na przedłużenie terminu związania ofertą.
4. W przypadku gdy zamawiający żąda wniesienia wadium, przedłużenie terminu związania ofertą, o którym mowa w ust. 2, następuje wraz z przedłożeniem okresu ważności wadium albo, jeżeli nie jest to możliwe, z wniesieniem nowego wadium na przedłużony okres związania ofertą.
5. Jeżeli termin związania ofertą upłynie przed wyborem najkorzystniejszej oferty, zamawiający wzywa wykonawcę, którego oferta otrzymała najwyższą ocenę, do wyrażenia w wyznaczonym przez Zamawiającego terminie pisemnej zgody na wybór jego oferty. W przypadku braku zgody zamawiający zwraca się o wyrażenie takiej zgody do kolejnego wykonawcy, którego oferta została najwyżej oceniona, chyba że zachodzą przesłanki do unieważnienia postępowania.

**XII. Opis sposobu przygotowania oferty oraz dokumentów wymaganych przez Zamawiającego w SWZ**

1. Wykonawca może złożyć jedną ofertę na formularzu ofertowym stanowiącym Załącznik nr 1 do SWZ.
2. Oferta, wraz z załącznikami oraz przedmiotowe środki dowodowe (jeżeli są wymagane) muszą być sporządzone w formie elektronicznej i zostać podpisane **kwalifikowanym podpisem elektronicznym** lub **podpisem zaufanym** lub **podpisem osobistym** przez osobę uprawnioną pod rygorem nieważności. Oznacza to, że do przygotowania oferty konieczne jest posiadanie

przez osobę upoważnioną do reprezentowania Wykonawcy kwalifikowanego podpisu elektronicznego, podpisu osobistego lub podpisu zaufanego. Dokumenty lub oświadczenia sporządzone w języku obcym są składane wraz z tłumaczeniem na język polski.

3. W procesie składania oferty, wniosku w tym przedmiotowych środków dowodowych na platformie, **kwalifikowany podpis elektroniczny** lub **podpis zaufany** lub **podpis osobisty** Wykonawca składa bezpośrednio na dokumencie, który następnie przesyła do systemu.
4. Oferta powinna być:
  - a. sporządzona na podstawie załączników SWZ w języku polskim,
  - b. złożona przy użyciu środków komunikacji elektronicznej tzn. za pośrednictwem platformy: <https://ezamowienia.gov.pl>
  - c. podpisana kwalifikowanym podpisem elektronicznym lub podpisem zaufanym lub podpisem osobistym przez osobę/osoby upoważnioną/upoważnione.
5. Do oferty należy dołączyć:
  - a. Pełnomocnictwo upoważniające do złożenia oferty, o ile ofertę składa pełnomocnik;
  - b. Pełnomocnictwo dla pełnomocnika do reprezentowania w postępowaniu Wykonawców wspólnie ubiegających się o udzielenie zamówienia - dotyczy ofert składanych przez Wykonawców wspólnie ubiegających się o udzielenie zamówienia;
  - c. **Oświadczenie Wykonawcy dotyczące niepodlegania wykluczeniu z postępowania** – wzór oświadczenia o niepodleganiu wykluczeniu stanowi Załącznik nr 2 do SWZ.
  - d. **Oświadczenie Wykonawcy dotyczące spełniania warunków udziału w postępowaniu** – wzór oświadczenia o spełniania warunków udziału w postępowaniu stanowi Załącznik nr 3 do SWZ.
6. Oświadczenia o których mowa w pkt c i d stanowią dowód potwierdzający brak podstaw wykluczenia oraz spełnianie warunków udziału w postępowaniu, na dzień składania ofert, tymczasowo zastępujący podmiotowe środki dowodowe, o ile wymagane będą przez zamawiającego.
7. W przypadku wspólnego ubiegania się o zamówienie wykonawców, oświadczenia o których mowa w pkt. 5 lit c ,d składa każdy z wykonawców. Oświadczenia te potwierdzają brak podstaw wykluczenia oraz spełnianie warunków udziału w postępowaniu w zakresie w jakim każdy z wykonawców wykazuje spełnianie warunków udziału w postępowaniu.
8. Wykonawca wypełnia Oświadczenie dotyczące podmiotu udostępniającego zasoby na którego zasoby się powołuje, celem spełniania warunków udziału w postępowaniu, jeśli dotyczy.
9. Oświadczenie, zgodnie z art.117 ust.4 ustawy Pzp. dotyczy wykonawców wspólnie ubiegających się o udzielenie zamówienia,, jeśli dotyczy (wzór stanowi Załącznik nr 5 do SWZ).
10. Oświadczenia i inne środki dowodowe składane są pod rygorem nieważności w formie elektronicznej lub w postaci elektronicznej opatrzone kwalifikowanym podpisem elektronicznym, podpisem zaufanym lub podpisem osobistym, w formie pisemnej lub w formie dokumentowej, w zakresie i w sposób określony w przepisach wydanych na podstawie art.70 ustawy Pzp.
11. W przypadku gdy oferta nie została podpisana przez osobę uprawnioną do reprezentowania Wykonawcy określoną w odpowiednim rejestrze lub innym dokumencie właściwym dla danej formy organizacyjnej Wykonawcy, do oferty należy dołączyć dokument pełnomocnictwa,

złożony w postaci elektronicznej, opatrzony kwalifikowanym podpisem elektronicznym lub elektronicznej kopii, poświadczony kwalifikowanym podpisem elektronicznym przez notariusza.

12. Jeżeli Wykonawca niełoży przedmiotowych środków dowodowych lub złożone przedmiotowe środki dowodowe będą niekompletne, Zamawiający wezwie do ich złożenia lub uzupełnienia w wyznaczonym terminie.
13. Postanowień ust. 12 nie stosuje się, jeżeli przedmiotowy środek dowodowy służy potwierdzeniu zgodności z cechami lub kryteriami określonymi w opisie kryteriów oceny ofert lub, pomimo złożenia przedmiotowego środka dowodowego, oferta podlega odrzuceniu albo zachodzą przesłanki unieważnienia postępowania.
14. Zamawiający dopuszcza złożenie oferty na formularzach sporządzonych przez wykonawcę, pod warunkiem, że ich treść, odpowiadać będzie formularzom określonym przez zamawiającego.
15. Zgodnie z art. 18 ust. 3 ustawy PZP, nie ujawnia się informacji stanowiących tajemnicę przedsiębiorstwa, w rozumieniu przepisów o zwalczaniu nieuczciwej konkurencji. Jeżeli wykonawca, nie później niż w terminie składania ofert, w sposób niebudzący wątpliwości zastrzegł, że nie mogą być one udostępniane oraz wykazał, załączając stosowne wyjaśnienia, iż zastrzeżone informacje stanowią tajemnicę przedsiębiorstwa. Wymagania w tym względzie definiuje tajemnica przedsiębiorstwa zawarta w art.11 ust.2 ustawy o zwalczaniu nieuczciwej konkurencji (Dz.U. z 2022r. , poz.1233 z późn.zm.) Na platformie w formularzu składania oferty znajduje się miejsce wyznaczone do dołączenia części oferty stanowiącej tajemnicę przedsiębiorstwa.
16. Brak jednoznacznego wskazania, które informacje stanowią tajemnicę przedsiębiorstwa oznacza, że wszelkie zaświadczenia i oświadczenia składane w trakcie niniejszego postępowania są jawne bez zastrzeżeń.

### **XIII. Sposób i termin składania ofert**

1. Ofertę wraz z wymaganymi dokumentami należy złożyć za pośrednictwem Platformy <https://ezamowienia.gov.pl>. W terminie do dnia **05.12.2025 r. do godziny 11:00** Opis sposobu przygotowania oferty znajduje się na stronie <https://ezamowienia.gov.pl/pl/komponent-edukacyjny>
2. Każdy z wykonawców może złożyć tylko jedną ofertę. Złożenie większej liczby ofert lub oferty zawierającej propozycje wariantowe spowoduje iż podlegać będzie odrzuceniu.
3. Do oferty należy dołączyć wszystkie wymagane w SWZ dokumenty.
4. Wykonawca przygotowuje ofertę przy pomocy „Formularza ofertowego” stanowiący Załącznik nr 1 do SWZ. Zamawiający nie udostępnia interaktywnego formularza ofertowego na Platformie i w związku z tym należy zignorować komunikat o błędzie pojawiający się przy składaniu oferty w tym zakresie.
5. Po wypełnieniu Formularza oferty i dołączeniu wszystkich wymaganych dokumentów należy go podpisać elektronicznym podpisem kwalifikowanym, podpisem zaufanym lub podpisem osobistym przez osoby uprawnione. Zalecamy stosowanie podpisu na każdym załączonym pliku osobno.
6. Za datę złożenia oferty przyjmuje się datę jej przekazania na Platformie e-Zamówienia.
7. Ofertę należy przygotować z należytą starannością dla podmiotu ubiegającego się o udzielenie zamówienia publicznego i zachowaniem odpowiedniego odstępu czasu do zakończenia przyjmowania ofert/wniosków. Sugerujemy złożenie oferty na 24 godziny przed terminem składania ofert/wniosków.
8. Zamawiający odrzuci ofertę złożoną po terminie składania ofert.

9. Wykonawca po upływie terminu do składania ofert nie może wycofać złożonej oferty

#### **XIV. Termin otwarcia ofert:**

1. Otwarcie ofert następuje po upływie terminu składania ofert tj. **05.12.2025 o godzinie 12:00.**
2. Otwarcie ofert następuje przy użyciu systemu teleinformatycznego, w przypadku awarii tego systemu, która powoduje brak możliwości otwarcia ofert w terminie określonym przez zamawiającego, otwarcie ofert następuje niezwłocznie po usunięciu awarii.
3. Zamawiający poinformuje o zmianie terminu otwarcia ofert na stronie internetowej prowadzonego postępowania.
4. Zamawiający, najpóźniej przed otwarciem ofert, udostępnia na stronie internetowej prowadzonego postępowania informację o kwocie, jaką zamierza przeznaczyć na sfinansowanie zamówienia.
5. Zamawiający, niezwłocznie po otwarciu ofert, udostępnia na stronie internetowej prowadzonego postępowania informacje o:
  - 1) nazwach albo imionach i nazwiskach oraz siedzibach lub miejscach prowadzonej działalności gospodarczej albo miejscach zamieszkania wykonawców, których oferty zostały otwarte;
  - 2) cenach lub kosztach zawartych w ofertach.

#### **XV. Podstawy wykluczenia, o których mowa w art. 108 ust. 1 ustawy PZP i innych ustawach:**

O udzielenie zamówienia mogą ubiegać się wykonawcy, którzy nie podlegają wykluczeniu (zgodnie z przesłankami obligatoryjnymi, o których mowa w art.108 ust.1 ustawy Pzp).

1. Z postępowania o udzielenie zamówienia wyklucza się, Wykonawcę:
  - 1) Będącego osobą fizyczną, którego prawomocnie skazano za przestępstwo:
    - a) Udziału w zorganizowanej grupie przestępczej albo związku mającym na celu popełnienie przestępstwa lub przestępstwa skarbowego, o którym mowa w art. 258 Kodeksu karnego.
    - b) Handlu ludźmi, o którym mowa w art. 189a Kodeksu karnego,
    - c) O którym mowa w art. 228-230a, art. 250a Kodeksu karnego lub w art. 46 lub art. 48 ustawy z dnia 25 czerwca 2010 r. o sporcie.
    - d) Finansowania przestępstwa o charakterze terrorystycznym, o którym mowa w art. 165a Kodeksu karnego, lub przestępstwo udaremniania lub utrudniania stwierdzenia przestępnego pochodzenia pieniędzy lub ukrywania ich pochodzenia, o którym mowa w art. 299 Kodeksu karnego.
    - e) O charakterze terrorystycznym, o którym mowa w art. 115 § 20 Kodeksu karnego, lub mające na celu popełnienia tego przestępstwa,
    - f) Powierzenia wykonywania pracy małoletniemu cudzoziemcowi, o którym mowa w art. 9 ust. 2 ustawy z dnia 15 czerwca 2012 r. o skutkach powierzenia wykonywania pracy cudzoziemcom przebywającym wbrew przepisom na terytorium Rzeczypospolitej Polskiej.
    - g) Przeciwno obrotowi gospodarczemu, o którym mowa w art. 296-307 Kodeksu karnego, przestępstwo oszustwa, o którym mowa w art. 286 Kodeksu karnego, przestępstwo przeciwko wiarygodności dokumentów, o których mowa w art. 270-277d Kodeksu karnego, lub przestępstwo skarbowe,
    - h) O którym mowa w art. 9 ust. 1 i 3 lub art. 10 ustawy z dnia 15 czerwca 2012 r. o skutkach powierzenia wykonywania pracy cudzoziemcom przebywającym wbrew przepisom na terytorium Rzeczypospolitej Polskiej  
- lub za odpowiedni czyn zabroniony określony w przepisach prawa obcego;

- 2) Jeżeli urzędującego członka jego organu zarządzającego lub nadzorczego, wspólnika spółki w spółce jawnej lub partnerskiej albo komplementariusza w spółce komandytowej lub komandytowo-akcyjnej albo prokurenta prawomocnie skazano na przestępstwo, o którym mowa w pkt 1;
  - 3) Wobec którego wydano prawomocny wyrok sądu lub ostateczną decyzję administracyjną o zaleganiu z uiszczaniem podatków, opłat lub składek na ubezpieczenie społeczne lub zdrowotne, chyba że wykonawca odpowiednio przed upływem terminu do składania wniosków o dopuszczenie do udziału w postępowaniu albo przed upływem terminu składania ofert dokonał płatności należnych podatków, opłat lub składek na ubezpieczenie społeczne lub zdrowotne wraz z odsetkami lub grzywnami lub zawarł wiążące porozumienie w sprawie spłaty tych należności;
  - 4) Wobec którego prawomocnie orzeczono zakaz ubiegania się o zamówienie publiczne;
  - 5) Jeżeli zamawiający może stwierdzić, na podstawie wiarygodnych przesłanek, że wykonawca zawarł z innymi wykonawcami porozumienie mające na celu zakłócenie konkurencji, w szczególności jeżeli należąc do tej samej grupy kapitałowej w rozumieniu ustawy z dnia 16 lutego 2007 r. o ochronie konkurencji i konsumentów, złożyli odrębne oferty, oferty częściowe lub wnioski o dopuszczenie do udziału w postępowaniu, chyba że wykażą, że przygotowali te oferty lub wnioski niezależnie od siebie;
  - 6) Jeżeli, w przypadku, o których mowa w art. 85 ust. 1 ustawy PZP, doszło do zakłócenia konkurencji wynikającego z wcześniejszego zaangażowania tego wykonawcy lub podmiotu, który należy z wykonawcą do tej samej grupy kapitałowej w rozumieniu ustawy z dnia 16 lutego 2007 r. o ochronie konkurencji i konsumentów, chyba że spowodowane tym zakłócenie konkurencji może być wyeliminowane w inny sposób niż przez wykluczenie wykonawcy z udziału w postępowaniu o udzielenie zamówienia.
2. Wykonawca może zostać wykluczony przez zamawiającego na każdym etapie postępowania o udzielenie zamówienia.
3. **Zamawiający wykluczy z postępowania Wykonawcę w oparciu o art. 7 ust. 1 ustawy z dnia 13 kwietnia 2022 r. o szczególnych rozwiązaniach w zakresie przeciwdziałania wspieraniu agresji na Ukrainę oraz służących ochronie bezpieczeństwa narodowego (Dz. U. z 2025 r. poz. 514 ze zm.), tj.:**
- 1) wymienionego w wykazach określonych w rozporządzeniu 765/2006 i rozporządzeniu 269/2014, o którym mowa w ww. ustawie, albo wpisanego na listę na podstawie decyzji w sprawie wpisu na listę rozstrzygającej o zastosowaniu środka, o którym mowa w art. 1 pkt 3 ww. ustawy;
  - 2) którego beneficjentem rzeczywistym w rozumieniu ustawy z dnia 1 marca 2018 r. o przeciwdziałaniu praniu pieniędzy oraz finansowaniu terroryzmu (Dz. U. z 2025 r. poz. 644) jest osoba wymieniona w wykazach określonych w rozporządzeniu 765/2006 i rozporządzeniu 269/2014 albo wpisana na listę lub będąca takim beneficjentem rzeczywistym od dnia 24 lutego 2022 r., o ile została wpisana na listę na podstawie decyzji w sprawie wpisu na listę rozstrzygającej o zastosowaniu środka, o którym mowa w art. 1 pkt 3 ustawy o szczególnych rozwiązaniach w zakresie przeciwdziałania wspieraniu agresji na Ukrainę oraz służących ochronie bezpieczeństwa narodowego;
  - 3) którego jednostką dominującą w rozumieniu art. 3 ust. 1 pkt 37 ustawy z dnia 29 września 1994 r. o rachunkowości (Dz. U. z 2023 r. poz. 120 ze zm.) jest podmiot wymieniony w wykazach określonych w rozporządzeniu 765/2006 i rozporządzeniu 269/2014 albo wpisany na listę lub będący taką jednostką dominującą od dnia 24 lutego 2022 r., o ile został wpisany na listę na podstawie decyzji w sprawie wpisu na listę rozstrzygającej o zastosowaniu środka, o którym mowa w art. 1 pkt 3 ustawy o

szczególnych rozwiązaniach w zakresie przeciwdziałania wspieraniu agresji na Ukrainę oraz służących ochronie bezpieczeństwa narodowego.

4. Wykluczenie podwykonawcy oraz podmiotów udostępniających zasoby Wykonawcy następuje zgodnie z art. 119 ustawy PZP
5. Wykluczenie Wykonawcy następuje zgodnie z art. 111 ustawy PZP - z zastrzeżeniem, że w przypadku okoliczności określonych w ust. 5 wykluczenie Wykonawcy następuje na okres trwania okoliczności określonych w art. 7 ust. 1 ustawy o szczególnych rozwiązaniach w zakresie przeciwdziałania wspieraniu agresji na Ukrainę oraz służących ochronie bezpieczeństwa narodowego.
6. Wykonawca nie podlega wykluczeniu w okolicznościach określonych w art. 108 ust. 1 pkt 1, 2 i 5 ustawy PZP, jeżeli udowodni zamawiającemu, że spełni łącznie następujące przesłanki:
  - 1) Naprawił lub zobowiązał się do naprawienia szkody wyrządzonej przestępstwem, wykroczeniem lub swoim nieprawidłowym postępowaniem, w tym poprzez zadośćuczynienie pieniężne,
  - 2) Wyczerpująco wyjaśnił fakty i okoliczności związane z przestępstwem, wykroczeniem lub swoim nie-prawidłowym postępowaniem oraz spowodowanymi przez nie szkodami, aktywnie współpracując odpowiednio z właściwymi organami, w tym organami ścigania, lub zamawiającym,
  - 3) Podjął konkretnie środki techniczne, organizacyjne i kadrowe, odpowiednie dla zapobiegania dalszym przestępstwom, wykroczeniom lub nieprawidłowemu postępowaniu, w szczególności:
    - a) Zerwał wszelkie powiązania z osobami lub podmiotami odpowiedzialnymi za nieprawidłowe postępowanie wykonawcy,
    - b) Zreorganizował personel,
    - c) Wdrożył system sprawozdawczości i kontroli,
    - d) Utworzył struktury audytu wewnętrznego do monitorowania przestrzegania przepisów, wewnętrznych regulacji lub standardów,
    - e) Wprowadził wewnętrzne regulacje dotyczące odpowiedzialności i odszkodowań za nieprzestrzeganie przepisów, wewnętrznych regulacji lub standardów.
7. Zamawiający ocenia, czy podjęte przez wykonawcę czynności, o których mowa w art. 110 ust. 2 ustawy PZP, są wystarczające do wykazania jego rzetelności, uwzględniając wagę i szczególne okoliczności czynu Wykonawcy. Jeżeli podjęte przez Wykonawcę czynności, o których mowa w art. 110 ust. 2 ustawy PZP, nie są wystarczające do wykazania jego rzetelności, Zamawiający wyklucza Wykonawcę.

#### **XVI. Sposób obliczenia ceny:**

1. Wykonawca podaje cenę oferty w formularzu oferty sporządzonym według wzoru stanowiącego Załącznik nr 1 do SWZ jako cenę brutto z uwzględnieniem podatku VAT zgodnie z zestawem dekadowym menu stanowiącym załącznik nr 1 do wzoru umowy stanowiącym załącznik nr 7 do SWZ z podziałem na śniadanie i jednodaniowy obiad, dla mieszkańców dziennych i śniadanie, jednodaniowy obiad, kolacja dla mieszkańców w ramach pobytu całodobowego dla Centrum Opiekuńczo – Mieszkalnego w Brzostowej Górze oraz odrębnie jednodaniowy obiad wraz z kosztami dowozu dla klientów indywidualnych wskazanych przez OPS zgodnie z formularzem ofertowym stanowiącym załącznik Nr 1 do SWZ. Następnie należy określić szacunkową wartość zamówienia brutto oferty, w tym podatek VAT i cenę netto.
2. Podane ceny w formularzu ofertowym powinny zawierać wszystkie koszty związane z prawidłową realizacją przedmiotu zamówienia oraz uwzględniać inne opłaty i podatki, a także ewentualne rabaty zastosowane przez Wykonawcę.

3. Formularz ofertowy należy wypełnić z dokładnością do dwóch miejsc po przecinku, po uprzednim zaokrągleniu do pełnych groszy. Wartość całości zamówienia należy obliczyć jako sumę wartości poszczególnych pozycji formularza ofertowego.
4. Ceny jednostkowe zawarte w formularzu ofertowym są cenami ustalonymi na okres ważności umowy i nie będą podlegały zmianom.
5. Do wyliczonej ceny netto należy doliczyć obowiązujący podatek VAT.
6. Cena oferty powinna obejmować pełny zakres usług określony w SWZ, w opisie przedmiotu zamówienia i uwzględniać wszystkie koszty i ryzyka związane z wykonaniem przedmiotu zamówienia.
7. Wykonawca zamieszcza wyliczoną ostateczną cenę brutto w ofercie na **Formularzu ofertowym stanowiącym załącznik Nr 1 do SWZ**. Cena ta będzie brana pod uwagę przez Komisję Przetargową w trakcie wyboru najkorzystniejszej oferty. O ile Wykonawca nie jest płatnikiem podatku od towaru i usług, słownie zaznacza w ofercie, że nie jest płatnikiem podatku od towaru i usług wraz z uzasadnieniem. Cena zamówienia ma być podana w PLN. Rozliczenia między Zamawiającym i Wykonawcą prowadzone będą w PLN.
8. Przy ustaleniu ceny oferty należy uwzględnić ryzyko wykonawcy z tytułu oszacowania wszelkich kosztów związanych z realizacją przedmiotu zamówienia. Niedoszacowanie, pominięcie oraz brak rozpoznania zakresu przedmiotu zamówienia nie może być podstawą do zmiany wynagrodzenia wykonawcy.
9. Jeżeli Wykonawca złoży ofertę, której wybór prowadziłby do powstania u Zamawiającego obowiązku podatkowego zgodnie z ustawą z dnia 11 marca 2004 r. o podatku od towarów i usług (Dz.U. z 2025 r. poz. 775 z późn. zm.), dla celów zastosowania kryterium ceny lub kosztu zamawiający dolicza do przedstawionej w tej ofercie ceny kwotę podatku od towarów i usług, którą miałyby obowiązek rozliczyć.
10. Wykonawca składając ofertę, w takiej sytuacji ma obowiązek:
  - a) poinformować Zamawiającego, że wybór jego oferty będzie prowadził do powstania u Zamawiającego obowiązku podatkowego;
  - b) wskazać nazwę (rodzaj) towaru lub usługi, których dostawa lub świadczenie będą prowadzić do powstania obowiązku podatkowego;
  - c) wskazać wartość towaru lub usługi objętego obowiązkiem podatkowym zamawiającego, bez kwoty podatku;
  - d) wskazać stawkę podatku od towarów i usług, która zgodnie z wiedzą Wykonawcy będzie miała zastosowanie - na formularzu ofertowym stanowiącym załącznik Nr 1 do SWZ.
11. Jeżeli zaoferowana cena lub koszt, lub ich istotne części składowe będą wydawać się rażąco niskie w stosunku do przedmiotu zamówienia lub budzą wątpliwości Zamawiającego co do możliwości wykonania przedmiotu zamówienia zgodnie z wymaganiami określonymi w dokumentach zamówienia lub wynikającymi z odrębnych przepisów, Zamawiający zażąda od Wykonawcy wyjaśnień, w tym złożenia dowodów w zakresie wyliczenia ceny lub kosztu, lub ich istotnych części składowych.
12. Wyjaśnienia z pkt 11 mogą dotyczyć w szczególności:
  - 1) zarządzania procesem produkcji, świadczonych usług lub metod budowy;
  - 2) wybranych rozwiązań technicznych, wyjątkowo korzystnych warunków dostaw, usług
  - 3) oryginalności dostaw, usług oferowanych przez Wykonawcę;
  - 4) zgodności z przepisami dotyczącymi kosztów pracy, których wartość przyjęta do ustalenia ceny nie może być niższa od minimalnego wynagrodzenia za pracę albo minimalnej stawki godzinowej, ustalonych na podstawie przepisów ustawy z dnia 10 października 2002 r. o

- minimalnym wynagrodzeniu za pracę (Dz. U. z 2024 poz. 1773 ze zm.) lub przepisów odrębnych właściwych dla spraw, z którymi związane jest realizowane zamówienie;
- 5) zgodności z prawem w rozumieniu przepisów o postępowaniu w sprawach dotyczących pomocy publicznej;
  - 6) zgodności z przepisami z zakresu prawa pracy i zabezpieczenia społecznego, obowiązującymi w miejscu, w którym realizowane jest zamówienie;
  - 7) zgodności z przepisami z zakresu ochrony środowiska;
13. W przypadku gdy cena całkowita oferty złożonej w terminie jest niższa o co najmniej 30 % od:
- a) wartości zamówienia powiększonej o należny podatek od towarów i usług, ustalonej przed wszczęciem postępowania lub średniej arytmetycznej cen wszystkich złożonych ofert niepodlegających odrzuceniu na podstawie art. 226 ust. 1 pkt 1 i 10 ustawy PZP, Zamawiający zwraca się o udzielenie wyjaśnień, o których mowa w pkt 11, chyba że rozbieżność wynika z okoliczności oczywistych, które nie wymagają wyjaśnienia;
  - b) wartości zamówienia powiększonej o należny podatek od towarów i usług, zaktualizowanej z uwzględnieniem okoliczności, które nastąpiły po wszczęciu postępowania, w szczególności istotnej zmiany cen rynkowych, Zamawiający może zwrócić się o udzielenie wyjaśnień, o których mowa w lit. a powyżej.
14. Obowiązek wykazania, że oferta nie zawiera rażąco niskiej ceny lub kosztu spoczywa na Wykonawcy.
15. Odrzuceniu, jako oferta z rażąco niską ceną lub kosztem, podlega oferta Wykonawcy, który nie udzielił wyjaśnień w wyznaczonym terminie, lub jeżeli złożone wyjaśnienia wraz z dowodami nie uzasadniają podanej w ofercie ceny lub kosztu.
16. Zamawiający poprawia w ofercie:
- a) oczywiste omyłki pisarskie,
  - b) oczywiste omyłki rachunkowe, z uwzględnieniem konsekwencji rachunkowych dokonanych poprawek,
  - c) inne omyłki polegające na niezgodności oferty ze SWZ, niepowodujące istotnych zmian w treści oferty.
17. Zamawiający informuje Wykonawcę o poprawieniu w ofercie omyłki, którego oferta została poprawiona.
18. Wykonawca poniesie wszystkie koszty związane z przygotowaniem i złożeniem oferty

**XVII. Opis kryteriów oceny ofert, wraz z podaniem wag tych kryteriów i sposobu oceny ofert:**  
Ocenie punktowej będą podlegać jedynie oferty nie podlegające odrzuceniu

1. Przy wyborze najkorzystniejszej oferty Zamawiający będzie się kierował następującymi kryteriami oceny ofert:
  - 1) **Cena ofertowa (C)** – 60% = 60 pkt.
  - 2) **Odległość od miejsca przygotowania/wytwarzania posiłków (M)** – 40 % = 40 pkt.
2. Kryterium „Cena ofertowa” będzie rozpatrywana na podstawie ceny brutto za wykonanie przedmiotu zamówienia, podanej przez Wykonawcę na Formularzu ofertowym.
  - a. Zamawiający w ofercie o najniższej cenie spośród ofert ocenianych przyzna 60 punktów, a każdej następnej zostanie przyporządkowana liczba punktów proporcjonalnie mniejsza według wzoru:

$$\frac{(\text{najniższa oferowana łączna cena brutto}) \times 60 \text{ pkt}}{\text{łączna cena brutto badanej oferty}} = \text{ilość pkt.}$$



- b. Maksymalna liczba punktów jakie może uzyskać Wykonawca w tym kryterium to 60 pkt.
  - c. W przypadku kryterium **”Cena ofertowa”** oferta otrzyma zaokrągloną do dwóch miejsc po przecinku liczbę punktów wynikającą z powyższego działania.
3. Kryterium **„Odległość od miejsca przygotowania/wytwarzania posiłków (M)”** to punkty za wykazaną odległość (mierzoną w km) od miejsca, gdzie przygotowywane będą posiłki do siedziby Centrum Opiekuńczo – Mieszkalnego w Brzostowej Górze, Brzostowa Góra 110, 36-110 Majdan Królewski zgodnie z poniższymi założeniami:

Lp.	Odległość	Ilość punktów
1.	do 20 km	40
2.	powyżej 20 km do 30 km	30
3.	powyżej 30 km do 40 km	20
4.	powyżej 40 km do 50 km	10
5.	powyżej 50 km	0

- a. Maksymalna liczba punktów jakie może uzyskać Wykonawca w tym kryterium to 40 pkt.
- b. Niewskazanie żadnej odległości od miejsca przygotowania/wytwarzania posiłków Zamawiający będzie traktował jako dorozumianą odległość powyżej 50 km i otrzyma w tym kryterium 0 pkt.

**Uwaga:**

**Jako pkt odniesienia do pomiarów odległości zostanie przyjęta siedziba: Centrum Opiekuńczo – Mieszkalnego w Brzostowej Górze, Brzostowa Góra 110 , 36 – 110 Majdan Królewski**

- c. W celu oceny kryterium ‘Odległość od miejsca przygotowania/wytwarzania posiłków’, Zamawiający dokona pomiaru odległości pomiędzy miejscem przygotowania posiłków wskazanym w ofercie (adres musi być zgodny z miejscem faktycznego przygotowania posiłków) a siedzibą w Brzostowej Górze (adres: Brzostowa Góra 110, 36-110 Majdan Królewski).
- d. Pomiar odległości będzie wykonywany przy użyciu publicznie dostępnego narzędzia Google Maps (<https://maps.google.com>)
- e. Za odległość uznaje się długość najkrótszej trasy drogowej sugerowanej przez Google Maps, mierzonej w kilometrach, z dokładnością do dwóch miejsc po przecinku
- f. Jeżeli Google Maps wyświetla kilka tras o tej samej długości – przyjmuje się jedną z nich, bez konieczności dodatkowego uzasadnienia.
- g. Wykonawca w ofercie wpisuje odległość a Zamawiający ją zweryfikuje samodzielnie.
- h. Zamawiający zastrzega sobie prawo żądania dokumentów potwierdzających możliwość korzystania z miejsca przygotowania posiłków wskazanego w ofercie.”
- i. Zamawiającemu zależy, aby dostarczone posiłki były świeże i docierały do uczestników Centrum Opiekuńczo – Mieszkalnego w Brzostowej Górze i mieszkańców gminy Majdan Królewski wskazanych przez OPS, jak najszybciej po ugotowaniu oraz na ograniczeniu ryzyka wychłodzenia czy też niedostarczenia posiłków z uwagi na warunki pogodowe i drogowe. Budynek COM, do którego będą dowożone gorące posiłki znajduje się w Brzostowej Górze pod numerem 110, pozostałe osoby wskazane przez OPS mogą zamieszkiwać w poszczególnych miejscowościach gminy Majdan Królewski.

- j. Kryterium odległości pozostaje w bezpośrednim związku z przedmiotem zamówienia, którym jest przygotowanie, dostarczanie i wydawanie posiłków dla osób starszych, niepełnosprawnych oraz korzystających z pomocy społecznej. Krótsza odległość znacząco wpływa na jakość i bezpieczeństwo żywności, utrzymanie prawidłowej temperatury potraw, ograniczenie ryzyka opóźnień oraz zapewnienie ciągłości dostaw. Usługa ma charakter społeczny i obejmuje osoby wymagające szczególnej ochrony, dlatego sprawność dostaw ma kluczowe znaczenie. Waga 40% jest proporcjonalna, uzasadniona i nie ogranicza konkurencji — kryterium jest obiektywne, mierzalne, weryfikowalne oraz dostępne dla wszystkich wykonawców na równych zasadach.
4. Za najkorzystniejszą zostanie uznana oferta Wykonawcy (ON), która uzyska łącznie największą liczbę punktów stanowiących sumę punktów przyznanych w ramach każdego z podanych kryteriów wyliczoną zgodnie z poniższym wzorem:
- $$ON = C + M$$
- gdzie:
- ON – oferta najkorzystniejsza  
C - liczba punktów przyznana ofercie ocenianej w kryterium „Cena ofertowa”  
M - liczba punktów przyznana ofercie ocenianej w kryterium „Odległość od miejsca przygotowania/wytwarzania posiłków (M)”
5. Jeżeli nie można wybrać najkorzystniejszej oferty z uwagi na to, że dwie lub więcej ofert przedstawia taki sam bilans ceny i innych kryteriów oceny ofert, Zamawiający wybiera spośród tych ofert ofertę, która otrzymała najwyższą ocenę w kryterium o najwyższej wadze.
6. Jeżeli oferta otrzyma taką samą ocenę w kryterium o najwyższej wadze, Zamawiający wybiera ofertę z najbliższą odległością od miejsca przygotowania/wytwarzania posiłków.
7. W toku badania i oceny ofert Zamawiający może żądać od Wykonawcy wyjaśnień dotyczących treści złożonej oferty, w tym zaoferowanej ceny.
8. Zamawiający udzieli zamówienia Wykonawcy, którego oferta zostanie uznana za najkorzystniejszą.
9. Zgodnie z art. 255 ust. 3 ustawy PZP Zamawiający unieważnia postępowanie jeżeli cena lub koszt najkorzystniejszej oferty lub oferta z najniższą ceną przewyższa kwotę, którą Zamawiający zamierza przeznaczyć na sfinansowanie zamówienia, chyba że Zamawiający może zwiększyć tę kwotę do ceny lub kosztu najkorzystniejszej oferty.
10. Jeżeli termin związania ofertą upłynął przed wyborem najkorzystniejszej oferty, Zamawiający wzywa Wykonawcę, którego oferta otrzymała najwyższą ocenę, do wyrażenia, w wyznaczonym przez zamawiającego terminie, pisemnej zgody na wybór jego oferty.
11. W przypadku braku zgody, o której mowa w ust. 10 powyżej, Zamawiający zwraca się o wyrażenie takiej zgody do kolejnego Wykonawcy, którego oferta została najwyżej oceniona, chyba że zachodzą przesłanki unieważnienia postępowania.
12. Niezwłocznie po wyborze najkorzystniejszej oferty Zamawiający informuje równocześnie Wykonawców, którzy złożyli ofertę, o:
- 1) Wyborze najkorzystniejszej oferty, podając nazwę albo imię i nazwisko, siedzibę albo miejsce zamieszkania, jeżeli jest miejscem wykonywania działalności Wykonawcy, którego ofertę wybrano, oraz nazwy albo imiona i nazwiska, siedziby albo miejsca zamieszkania, jeżeli są miejscem wykonywania działalności Wykonawców, którzy złożyli ofertę, a także punktację przyznaną ofertom w każdym kryterium oceny ofert i łączną punktację,
  - 2) Wykonawcach, których oferty zostały odrzucone - podając uzasadnienie faktyczne i prawne.
13. Zamawiający udostępnia niezwłocznie informacje, o których mowa w ust. 12 powyżej, na stronie internetowej prowadzonego postępowania.

14. Zamawiający może nie ujawniać informacji, o których mowa w ust. 12 powyżej, jeżeli ich ujawnienie byłoby sprzeczne z ważnym interesem publicznym.

**XVIII. Informacje o formalnościach, jakie muszą zostać dopełnione po wyborze oferty w celu zawarcia umowy w sprawie zamówienia publicznego:**

1. Zamawiający udzieli zamówienia Wykonawcy, którego oferta została wybrana jako najkorzystniejsza i poinformuje go o miejscu i terminie podpisania umowy.
2. Zamawiający zawiera umowę w sprawie zamówienia publicznego, z uwzględnieniem art. 577 ustawy PZP, w terminie nie krótszym niż 5 dni od dnia przesłania zawiadomienia o wyborze najkorzystniejszej oferty, jeżeli zawiadomienie to zostało przesłane przy użyciu środków komunikacji elektronicznej, albo 10 dni, jeżeli zostało przesłane w inny sposób.
3. Zamawiający może zawrzeć umowę w sprawie zamówienia publicznego przed upływem terminu, o którym mowa w ust. 2 powyżej, jeżeli w postępowaniu o udzielenie zamówienia złożono tylko jedną ofertę.
4. Wykonawca, którego oferta została wybrana jako najkorzystniejsza, zostanie poinformowany przez Zamawiającego o miejscu i terminie podpisania umowy.
5. Wykonawca, o którym mowa w ust. 1, ma obowiązek zawrzeć umowę w sprawie zamówienia uwzględniając zapisy, które muszą być wprowadzone do umów z wybranym Wykonawcą określonych we wzorze umowy – Załącznik Nr 7 do SWZ. Umowa zostanie uzupełniona o zapisy wynikające ze złożonej oferty.
6. Integralną częścią zawieranej umowy są: dekadowy zestaw posiłków, stanowiący Załącznik nr 1 do umowy, złożona oferta + dokumenty wraz z nią złożone bądź uzupełnione na wezwanie.
7. Zamawiający dopuszcza możliwość zawarcia umów drogą korespondencyjną.
8. Przed podpisaniem umowy wykonawcy wspólnie ubiegający się o udzielenie zamówienia (w przypadku wyboru ich oferty jako najkorzystniejszej) przedstawiają zamawiającemu umowę regulującą współpracę tych wykonawców.
9. Jeżeli wykonawca, którego oferta została wybrana jako najkorzystniejsza, uchyli się od zawarcia umowy w sprawie zamówienia publicznego lub nie wnosi wymaganego zabezpieczenia należytego wykonania umowy, zamawiający może dokonać ponownego badania i oceny ofert spośród ofert pozostałych w postępowaniu wykonawców oraz wybrać najkorzystniejszą ofertę albo unieważnić postępowanie.

**XIX. Pouczenie o środkach ochrony prawnej przysługujących wykonawcy**

Wykonawcy przysługują środki ochrony prawnej określone w Dziale IX ustawy. Zgodnie z art.505 Pzp środki ochrony prawnej określone we wskazanym dziale przysługują wykonawcy, uczestnikowi konkursu oraz innemu podmiotowi, jeżeli ma lub miał interes w uzyskaniu zamówienia lub nagrody w konkursie oraz poniósł lub może ponieść szkodę w wyniku naruszenia przez zamawiającego przepisów ustawy. Środki ochrony prawnej wobec ogłoszenia wszczynającego postępowanie o udzielenie zamówienia lub ogłoszenia o konkursie oraz dokumentów zamówienia przysługują również organizacjom wpisanym na listę, o której mowa w art.469 pkt 15 Pzp, oraz Rzecznikowi Małych i średnich przedsiębiorców.

**XX. Podstawy wykluczenia, o których mowa w art. 109 ust. 1, jeżeli zamawiający je przewiduje**

Zamawiający przewiduje zastosowanie podstaw wykluczenia, o których mowa :

- a) w art. 109 ust. 1 pkt 4, ustawy, tj.:  
w stosunku do którego otwarto likwidację, ogłoszono upadłość, którego aktywami zarządza likwidator lub sąd, zawarł układ z wierzycielami, którego działalność

gospodarcza jest zawieszona albo znajduje się on w innej tego rodzaju sytuacji wynikającej z podobnej procedury przewidzianej w przepisach miejsca wszczęcia tej procedury;  
Wykluczenie Wykonawcy następuje zgodnie z art. 111 ustawy.

**XXI. Informacje o warunkach udziału w postępowaniu, jeżeli Zamawiający je przewiduje**

1. O udzielenie zamówienia mogą ubiegać się Wykonawcy, którzy nie podlegają wykluczeniu oraz spełniają określone przez Zamawiającego warunki udziału w postępowaniu.
2. O udzielenie zamówienia mogą ubiegać się Wykonawcy, którzy spełniają warunki dotyczące:
  - 1) Posiadania uprawnień do prowadzenia działalności gospodarczej lub zawodowej w zakresie przygotowywania i dostarczania posiłków, zgodnie z art. 63 ust. 1 ustawy o bezpieczeństwie żywności i żywienia (Dz.U. z 2023 r., poz. 1448), tj. posiadania decyzji o zatwierdzeniu lub warunkowym zatwierdzeniu zakładu albo wpisu do rejestru zakładów podlegających urzędowej kontroli organów Państwowej Inspekcji Sanitarnej, dotyczących zakładu (kuchni), w którym będą przygotowywane posiłki przeznaczone do realizacji zamówienia.
  - 2) Sytuacji finansowej lub ekonomicznej  
Zamawiający nie precyzuje w tym zakresie wymagań, których spełnienie Wykonawca zobowiązany jest wykazać w sposób szczególny
  - 3) Zdolności technicznej lub zawodowej:  
Wykonawca spełni warunki, jeżeli wykaże że :
    - a. **Posiadanie niezbędnej wiedzy i doświadczenia** zamawiający uzna ten warunek za spełniony, jeżeli wykonawca wykaże, że w okresie ostatnich 3 lat przed upływem terminu składania ofert, a jeżeli okres prowadzenia działalności jest krótszy – w tym okresie, wykonał lub wykonuje co najmniej jedną usługę polegającą na przygotowaniu i dostarczaniu posiłków dla osób starszych, chorych lub z niepełnosprawnościami, świadczoną przez okres co najmniej 12 kolejnych miesięcy dla grupy minimum 20 osób.  
Zamawiający dopuszcza sumowanie okresów realizacji umów będących wynikiem zamówień publicznych lub cywilnoprawnych, realizowanych na rzecz jednego lub więcej zamawiających/właścicieli zlecenia, w celu spełnienia wymaganego okresu doświadczenia.  
Na potwierdzenie wykonawca przedkłada wykaz usług zawierający daty, miejsca wykonania oraz podmioty, na rzecz których usługi zostały zrealizowane, wraz z dowodami należytego wykonania (referencje lub inne dokumenty potwierdzające należyte wykonanie; w przypadku usług ciągłych – należyte wykonywanie).
    - b. **Posiadania narzędzi, wyposażenia zakładu lub urządzeń technicznych** dostępnych wykonawcy w celu wykonania zamówienia:
      - Wykonawca musi dysponować kuchnią dopuszczoną do przygotowywania posiłków w żywieniu zbiorowym, posiadającą decyzję o zatwierdzeniu lub warunkowym zatwierdzeniu zakładu albo wpis do rejestru zakładów podlegających urzędowej kontroli Państwowej Inspekcji Sanitarnej, dotyczącą kuchni, w której będą przygotowywane posiłki na potrzeby realizacji zamówienia.
      - Wykonawca musi posiadać tytuł prawny do korzystania z kuchni (np. własność, najem, użyczenie).
      - Kuchnia musi być wyposażona w niezbędne urządzenia do przygotowywania, porcjowania i utrzymania odpowiedniej temperatury posiłków.

- Wykonawca musi dysponować co najmniej jednym środkiem transportu przystosowanym do przewozu posiłków, umożliwiającym zachowanie wymogów higieniczno-sanitarnych.
3. W trybie podstawowym oświadczenie, o którym mowa w art. 125 ust. 1 ustawy PZP, Wykonawca dołącza do oferty składanej w odpowiedzi na ogłoszenie o zamówieniu.
  4. Do wniosku o dopuszczenie do udziału w postępowaniu albo do oferty Wykonawca dołącza oświadczenie o niepodleganiu wykluczeniu, spełnianiu warunków udziału w postępowaniu lub kryteriów selekcji, w zakresie wskazanym przez zamawiającego.
  5. Oświadczenie o którym mowa w art. 125 ust. 1 ustawy PZP, potwierdzający brak podstaw wykluczenia, spełnienie warunków udziału w postępowaniu lub kryteriów selekcji, odpowiednio na dzień składania wniosków o dopuszczenie do udziału w postępowaniu albo ofert, tymczasowo zastępujący wymagane przez zamawiającego podmiotowe środki dowodowe.
  6. Wykonawca w przypadku polegania na zdolnościach lub sytuacjach podmiotów udostępniających zasoby, przedstawia wraz z oświadczeniem o którym mowa w art. 125 ust. 1 PZP także oświadczenie podmiotu udostępniającego zasoby, potwierdzające brak podstaw wykluczenia tego podmiotu oraz odpowiednio spełnienia warunków postępowaniu lub kryteriów selekcji w zakresie w jakim wykonawca powołuje się na jego zasoby.
  7. W przypadku powołania się na zasoby podmiotu trzeciego niemające wpływu na wykonywanie usług, Wykonawca musi wykazać, że będzie dysponował tymi zasobami w sposób umożliwiający samodzielne wykonanie zamówienia, bez udziału podmiotu trzeciego w realizacji zamówienia w szczególności:
    - a) w odniesieniu do zasobów technicznych – Zamawiający może żądać dokumentów potwierdzających możliwość faktycznego korzystania z nich przez Wykonawcę bez udziału podmiotu trzeciego;
    - b) w odniesieniu do doświadczenia – Wykonawca musi wykazać, że osoby, na których doświadczenie się powołuje, będą zatrudnione lub dostępne do jego dyspozycji przez cały okres realizacji zamówienia.
  8. Do oferty każdy wykonawca musi dołączyć:
    - a. aktualne na dzień składania ofert **oświadczenie o braku podstaw do wykluczenia – zał. nr 2 SWZ**. Informacje zawarte w oświadczeniu będą stanowić potwierdzenie, że wykonawca nie podlega wykluczeniu;
    - b. aktualne na dzień składania ofert **oświadczenie o spełnianiu warunków udziału w postępowaniu – zał. nr 3 do SWZ**. Informacje zawarte w oświadczeniu będą stanowić wstępne potwierdzenie, że wykonawca spełnia warunki udziału w postępowaniu;

*UWAGA: W przypadku wykonawców wspólnie ubiegających się o udzielenie zamówienia oświadczenia o których mowa w ust. 1 pkt a i b składa każdy z wykonawców osobno.*

    - c. pełnomocnictwo lub inny dokument określający zakres umocowania do reprezentowania Wykonawcy, o ile ofertę składa pełnomocnik Wykonawcy - pełnomocnictwo zgodnie z działem VI rozdział II ustawy z dnia 23 kwietnia 1964 r. - Kodeks cywilny winno być złożone w formie oryginału lub kopii poświadczonej notarialnie.

**XXII. Informację o podmiotowych środkach dowodowych, jeżeli Zamawiający będzie wymagał ich złożenia**

1. Zamawiający wzywa wykonawcę, którego oferta została najwyżej oceniona, do złożenia w wyznaczonym terminie, nie krótszym niż 5 dni od dnia wezwania, podmiotowych środków

- dowodowych, jeżeli wymagał ich złożenia w ogłoszeniu o zamówieniu lub dokumentach zamówienia, aktualnych na dzień składania, (chyba że zamawiający jest w posiadaniu lub ma dostęp do tych podmiotowych środków dowodowych),
2. Jeżeli jest to niezbędne do zapewnienia odpowiedniego przebiegu postępowania o udzielenie zamówienia, zamawiający może na każdym etapie postępowania, w tym na etapie składania ofert, wezwać wykonawców do złożenia wszystkich lub niektórych podmiotowych środków dowodowych, jeżeli wymagał ich złożenia w ogłoszeniu o zamówieniu lub dokumentach zamówienia, aktualnych na dzień ich złożenia.
  3. Jeżeli zachodzą uzasadnione podstawy do uznania, że złożone uprzednio podmiotowe środki dowodowe nie są już aktualne, zamawiający może w każdym czasie wezwać wykonawcę lub wykonawców do złożenia wszystkich lub niektórych podmiotowych środków dowodowych, aktualnych na dzień ich złożenia.
  4. Zamawiający nie wzywa do złożenia podmiotowych środków dowodowych, jeżeli może je uzyskać za pomocą bezpłatnych i ogólnodostępnych baz danych, w szczególności rejestrów publicznych w rozumieniu ustawy z dnia 17 lutego 2005 roku o informatyzacji działalności podmiotów realizujących zadania publiczne, o ile wykonawca wskazał w oświadczeniu, o którym mowa w art. 125 ust. 1 Ustawy PZP, dane umożliwiające dostęp do tych środków.
  5. Wykonawca nie jest zobowiązany do złożenia podmiotowych środków dowodowych, które zamawiający posiada, jeżeli wykonawca wskaże te środki oraz potwierdzi ich poprawność i aktualność.
  6. Złożenie, uzupełnienie lub poprawienie oświadczenia, o którym mowa w art. 125 ust. 1 ustawy PZP lub podmiotowych środków dowodowych nie może służyć potwierdzeniu spełnienia kryteriów wyboru.
  7. Jeżeli wykonawca nie złożył oświadczenia, o którym mowa w art. 125 ust. 1 ustawy PZP, podmiotowych środków dowodowych, innych dokumentów lub oświadczeń składanych w postępowaniu lub są one niekompletne lub zawierają błędy, zamawiający wzywa wykonawcę odpowiednio do ich złożenia, poprawienia lub uzupełnienia w wyznaczonym terminie, chyba że
    - a) wniosek o dopuszczenie do udziału w postępowaniu albo oferta wykonawcy podlegają odrzuceniu bez względu na ich złożenie, uzupełnienie lub poprawienie albo
    - b) zachodzą przesłanki unieważnienia postępowania.

### **XXIII. Podmiotowe środki dowodowe na potwierdzenie warunków udziału:**

1. Zamawiający wzywa wykonawcę, którego oferta została najwyżej oceniona, do złożenia w wyznaczonym terminie, nie krótszym niż 5 dni od dnia wezwania aktualnych na dzień złożenia, podmiotowych środków dowodowych na potwierdzenie: braku podstaw wykluczenia oraz spełniania przez wykonawcę warunków udziału w postępowaniu:
  - 1) W celu potwierdzenia spełniania przez Wykonawcę warunków udziału w postępowaniu dotyczących **Zdolności do prowadzenia określonej działalności gospodarczej lub zawodowej** Zamawiający żąda następujących podmiotowych środków dowodowych:
    - a) aktualna na dzień składania ofert decyzja o zatwierdzeniu zakładu albo decyzja o warunkowym zatwierdzeniu zakładu, albo zaświadczenie o wpisie do rejestru zakładów podlegających urzędowej kontroli Państwowej Inspekcji Sanitarnej – zgodnie z art. 63 ust. 1 ustawy z dnia 25 sierpnia 2006 r. o bezpieczeństwie żywności i żywienia (Dz.U. z 2023 r. poz. 1448) – dotyczące zakładu (kuchni), w którym będą przygotowywane posiłki na potrzeby realizacji zamówienia..

2) W celu potwierdzenia spełniania przez Wykonawcę warunków udziału w postępowaniu dotyczących **zdolności technicznej lub zawodowej**, Zamawiający żąda następujących podmiotowych środków dowodowych:

a) Doświadczenie - Wykonawca składa:

a. **wykaz usług**, z którego wynika, że:

- w okresie ostatnich 3 lat przed upływem terminu składania ofert, a jeżeli okres prowadzenia działalności jest krótszy – w tym okresie,
- wykonał lub wykonuje **co najmniej jedną usługę polegającą na przygotowaniu i dostarczaniu posiłków**
- dla osób starszych, chorych lub z niepełnosprawnościami,
- **świadczoną przez co najmniej 12 kolejnych miesięcy,**
- **dla grupy minimum 20 osób.**

Wykaz należy sporządzić zgodnie z **Załącznikiem nr 4.** wraz z **dowodami należytego wykonania usług**, w szczególności: referencje, inne dokumenty potwierdzające należyte wykonanie, a w przypadku usług ciągłych – dokumenty potwierdzające ich należyte wykonywanie.

b) Zaplecze techniczne (kuchnia, wyposażenie, transport) - Wykonawca składa:

- a. kopię decyzji o zatwierdzeniu lub warunkowym zatwierdzeniu zakładu albo zaświadczenia o wpisie do rejestru zakładów podlegających kontroli Państwowej Inspekcji Sanitarnej – dotyczących kuchni, w której będą przygotowywane posiłki na potrzeby realizacji zamówienia;
- b. wykaz narzędzi, wyposażenia zakładu i urządzeń technicznych dostępnych wykonawcy, obejmujący w szczególności:
  - urządzenia kuchenne,
  - sprzęt do przygotowywania i porcjowania posiłków,
  - urządzenia umożliwiające utrzymanie temperatury
- c. oświadczenie wykonawcy o posiadaniu tytułu prawnego do kuchni, z której będzie korzystał przy realizacji zamówienia (np. własność, najem, użyczenie).
- d. wykaz środków transportu przeznaczonych do przewozu posiłków wraz z opisem ich przystosowania do zachowania wymogów higieniczno-sanitarnych

3) W celu **potwierdzenia braku podstaw wykluczenia** Wykonawcy z udziału w postępowaniu o udzielenie zamówienia Zamawiający żąda następujących podmiotowych środków dowodowych:

- a) **Oświadczenie Wykonawcy, w zakresie art. 108 ust. 1 pkt 5) ustawy, o braku przynależności do tej samej grupy kapitałowej** w rozumieniu ustawy z dnia 16 lutego 2007 r. o ochronie konkurencji i konsumentów (Dz.U. 2021 poz. 275), z innym Wykonawcą, który złożył odrębną ofertę, ofertę częściową lub wniosek o dopuszczenie do udziału w postępowaniu, albo oświadczenia o przynależności do tej samej grupy kapitałowej wraz z dokumentami lub informacjami potwierdzającymi przygotowanie oferty, oferty częściowej lub wniosku o dopuszczenie do udziału w postępowaniu niezależnie od innego Wykonawcy należącego do tej samej grupy kapitałowej wraz z oświadczeniem o aktualności informacji zawartych w Oświadczeniu o niepodleganiu wykluczeniu złożonym wraz z ofertą – zgodnie z wzorem stanowiącym **Załącznik nr 11 do SWZ;**
- b) **Odpis lub informacja z Krajowego Rejestru Sądowego lub z Centralnej Ewidencji i Informacji o Działalności Gospodarczej**, w zakresie art. 109 ust. 1 pkt 4 p.z.p., sporządzonych nie wcześniej niż 3 miesiące przed jej złożeniem, jeżeli odrębne przepisy wymagają wpisu do rejestru lub ewidencji; (Zamawiający nie wzywa do złożenia podmiotowych środków dowodowych, jeżeli może je uzyskać za pomocą bezpłatnych i ogólnodostępnych baz danych, w szczególności rejestrów publicznych w rozumieniu

ustawy z dnia 17 lutego 2005 r. o informatyzacji działalności podmiotów realizujących zadania publiczne, o ile wykonawca wskazał w oświadczeniu, o którym mowa w art. 125 ust. 1, dane umożliwiające dostęp do tych środków)

2. Wykonawca może w celu potwierdzenia spełniania warunków udziału polegać na zdolnościach technicznych lub zawodowych podmiotów udostępniających zasoby, niezależnie od charakteru prawnego łączących go z nimi stosunków prawnych.
3. Wykonawca, który polega na zdolnościach lub sytuacji podmiotów udostępniających zasoby, składa, wraz z ofertą, zobowiązanie podmiotu udostępniającego zasoby do oddania mu do dyspozycji niezbędnych zasobów na potrzeby realizacji danego zamówienia lub inny podmiotowy środek dowodowy potwierdzający, że wykonawca realizując zamówienie, będzie dysponował niezbędnymi zasobami tych podmiotów.
4. Zamawiający ocenia, czy udostępniane Wykonawcy przez podmioty udostępniające zasoby zdolności techniczne lub zawodowe, pozwalają na wykazanie przez wykonawcę spełniania warunków udziału w postępowaniu, a także bada, czy nie zachodzą, wobec tego podmiotu podstawy wykluczenia, które zostały przewidziane względem Wykonawcy.
5. Jeżeli zdolności techniczne lub zawodowe podmiotu udostępniającego zasoby nie potwierdzają spełniania przez Wykonawcę warunków udziału w postępowaniu lub zachodzą, wobec tego podmiotu podstawy wykluczenia, zamawiający żąda, aby Wykonawca w terminie określonym przez zamawiającego zastąpił ten podmiot innym podmiotem lub podmiotami albo wykazał, że samodzielnie, spełnia warunki udziału w postępowaniu.
6. Wykonawca w przypadku polegania na zdolnościach lub sytuacji podmiotów udostępniających zasoby, przedstawia, wraz z oświadczeniem, stanowiącym załącznik nr 2 do SWZ także oświadczenie podmiotu udostępniającego zasoby załącznik nr 3 potwierdzające brak podstaw wykluczenia tego podmiotu oraz odpowiednio spełnianie warunków udziału w postępowaniu, w zakresie, w jakim Wykonawca powołuje się na jego zasoby, zgodnie z katalogiem dokumentów określonych w niniejszym rozdziale.
7. W przypadku Wykonawców wspólnie ubiegających się o udzielenie zamówienia, oświadczenie, które stanowi załącznik nr 2 i nr 3 do SWZ, składa każdy z Wykonawców. Oświadczenia te potwierdzają brak podstaw wykluczenia oraz spełnianie warunków udziału w zakresie, w jakim każdy z wykonawców wykazuje spełnianie warunków udziału w postępowaniu:
  - a) Zgodnie z art. 121 ustawy z dnia 11 września 2019 r. – Prawo zamówień publicznych (Dz.U. z 2023 r. poz. 1823 ze zm.), w przypadku, gdy Zamawiający dopuszcza możliwość wspólnego ubiegania się o zamówienie przez kilku Wykonawców, zastrzega się, że:
    - a. Zamówienie będzie realizowane wyłącznie przez jednego Wykonawcę, który zostanie wyznaczony jako **lider konsorcjum** lub podmiot wiodący.
    - b. Lider konsorcjum ponosi pełną odpowiedzialność za prawidłową i terminową realizację przedmiotu zamówienia, w tym świadczenie usług przygotowania, dostarczania i wydawania posiłków uczestnikom COM oraz osobom wskazanym przez OPS zgodnie z wymaganiami SWZ i umowy.
    - c. Pozostali Wykonawcy uczestniczący w konsorcjum lub wspólnym ubieganiu się o zamówienie pełnią wyłącznie rolę wspierającą i nie są uprawnieni do samodzielnego wykonywania przedmiotu zamówienia.
    - d. Oferta składana przez Wykonawców wspólnie ubiegających się o zamówienie musi zawierać:
      - a) jednoznaczne wskazanie Wykonawcy pełniącego funkcję lidera;
      - b) dokument potwierdzający zakres odpowiedzialności lidera oraz jego kompetencje do wykonania zamówienia;



- c) oświadczenie wszystkich członków konsorcjum o akceptacji powyższych zasad i zobowiązaniu do współpracy w ramach konsorcjum.
- b) Naruszenie powyższych zasad skutkować będzie odrzuceniem oferty jako niespełniającej wymagań SWZ
- 8. Sposób sporządzenia dokumentów elektronicznych, musi być zgodny z wymaganiami określonymi w rozporządzeniu Prezesa Rady Ministrów z dnia 30 grudnia 2020 r. o sprawie sposobu sporządzania i przekazywania informacji oraz wymagań technicznych dla dokumentów elektronicznych oraz środków komunikacji elektronicznej w postępowaniu o udzielenie zamówienia publicznego lub konkursie (Dz. U. z 2020 poz. 2452) oraz rozporządzeniu Ministra Rozwoju, Pracy i Technologii z dnia 23 grudnia 2020 r. w sprawie podmiotowych środków dowodowych oraz innych dokumentów lub oświadczeń, jakich może żądać zamawiający od wykonawcy (Dz. U. z 2020 poz. 2415).
- 9. Dokumenty składające się na ofertę, muszą zostać podpisane przez osobę uprawnioną do reprezentowania wykonawcy.

#### **XXIV. Opis części zamówienia, jeżeli zamawiający dopuszcza składanie ofert częściowych:**

Zamawiający nie przewiduje możliwości składania ofert częściowych.

#### **XXV. Liczba części zamówienia, na którą wykonawca może złożyć ofertę, lub maksymalną liczbę części, na które zamówienie może zostać udzielone temu samemu wykonawcy, oraz kryteria lub zasady, mające zastosowanie do ustalenia, które części zamówienia zostaną udzielone jednemu wykonawcy, w przypadku wyboru jego oferty w większej niż maksymalna liczbie części:**

Zamawiający nie przewiduje możliwości składania ofert częściowych.

Przepisy ustawy Pzp nie nakładają na Zamawiającego obowiązku podziału zamówienia na części, pozostawiając tę decyzję autonomii Zamawiającego (art. 91 ust. 2 Pzp). Zamawiający przeanalizował charakter i zakres przedmiotu zamówienia, dokonując uprzednio szacowania wartości zamówienia oraz ustalając swoje potrzeby.

Przedmiot zamówienia ma charakter **jednorodny i niepodzielny funkcjonalnie**, obejmuje bowiem kompleksową usługę przygotowania, dostarczania i wydawania posiłków dla uczestników Centrum Opiekuńczo-Mieszkalnego oraz dla osób wskazanych przez Ośrodek Pomocy Społecznej. Usługa ma charakter ciągły, wykonywana jest codziennie i obejmuje osoby wymagające szczególnej ochrony – osoby starsze, chore, z niepełnosprawnościami lub korzystające z pomocy społecznej.

Podział zamówienia na części prowadziłby do konieczności koordynacji działań kilku wykonawców, co mogłoby zagrozić zapewnieniu ciągłości i bezpieczeństwa żywienia, a także powodować ryzyko różnic jakościowych w przygotowanych posiłkach oraz opóźnień w dostawach. Jednocześnie realizacja zamówienia przez różnych wykonawców generowałaby dodatkowe koszty organizacyjne i mogła zaburzyć odpowiedzialność za prawidłowy przebieg usługi.

Zamawiający stwierdza, że brak podziału zamówienia na części **nie ogranicza konkurencyjności**, ponieważ na rynku działają wykonawcy zdolni do realizacji usługi w całości. Postępowanie jest dostępne dla wszystkich potencjalnych wykonawców spełniających warunki udziału.

W świetle powyższego Zamawiający uznaje, że powierzenie realizacji całości zamówienia jednemu wykonawcy jest w pełni uzasadnione, racjonalne i zapewnia należyte wykonanie zamówienia.

**XXVI. Informacje dotyczące ofert wariantowych, w tym informacje o sposobie przedstawiania ofert wariantowych oraz minimalne warunki, jakim muszą odpowiadać oferty wariantowe, jeżeli zamawiający wymaga lub dopuszcza ich składanie:**

Zamawiający nie przewiduje możliwości składania ofert wariantowych.

**XXVII. Wymagania w zakresie zatrudnienia na podstawie stosunku pracy, w okolicznościach, o których mowa w art. 95 ustawy PZP**

1. Zamawiający wymaga zatrudnienia przez Wykonawcę na podstawie umowy o pracę osób wykonujących pracę związaną z przygotowaniem i dostawą posiłków w wymiarze czasu pracy adekwatnym do powierzonych zadań.
2. Wykonawca zobowiązany będzie do przedstawienia - na każde żądanie Zamawiającego, jednak nie częściej niż raz w miesiącu - imiennej listy osób wykonujących wskazane wyżej czynności w ramach realizacji zamówienia wraz z informacją o podstawie ich zatrudnienia. W przypadku niezłożenia takiej listy przez Wykonawcę lub w przypadku gdy z listy wynikać będzie, że Wykonawca narusza obowiązek zatrudniania określonych osób na podstawie umowy o pracę lub w przypadku gdy Zamawiający z innych źródeł (np. z wywiadu z osobami wykonującymi zamówienie) uzyska informację, że Wykonawca narusza obowiązek zatrudniania określonych osób na podstawie umowy o pracę, Wykonawca zapłaci Zamawiającemu karę umowną w wysokości określonej w § 6 ust.5 wzoru umowy stanowiącej Załącznik nr 7 do SWZ.
3. W celu weryfikacji zatrudnienia przez Wykonawcę na podstawie umowy o pracę osób wykonujących wskazane przez Zamawiającego czynności w zakresie realizacji zamówienia, Zamawiający może zwrócić się o przeprowadzenie kontroli przez Państwową Inspekcję Pracy
4. Szczegółowe zapisy dotyczące wymogu zatrudnienia pracowników na podstawie art.95 ustawy PZP zawarto we wzorze umowy stanowiącej Załącznik nr 7 do SWZ.

**XXVIII. Wymagania w zakresie zatrudnienia osób, o których mowa w art. 96 ust. 2 pkt 2 ustawy PZP, jeżeli zamawiający przewiduje takie wymagania**

Zamawiający nie stawia wymagań w tym zakresie.

**XXIX. Informacja o zastrzeżeniu możliwości ubiegania się o udzielenie zamówienia wyłącznie przez wykonawców, o których mowa w art. 94 ustawy PZP, jeżeli zamawiający przewiduje takie wymagania:**

Zamawiający nie przewiduje ograniczeń o których mowa w art. 94 ustawy PZP.

**XXX. Wymagania dotyczące wadium, jeżeli zamawiający przewiduje obowiązek wniesienia wadium:**

Zamawiający nie żąda wniesienia przez Wykonawcę wadium.

**XXXI. Informacje dotyczące zabezpieczenia należytego wykonania umowy, jeżeli zamawiający je przewiduje**

Zamawiający nie wymaga wniesienia zabezpieczenia należytego wykonania umowy.

**XXXII. Klauzula informacyjna z art. 13 RODO do zastosowania przez zamawiających w celu związanym z postępowaniem o udzielenie zamówienia publicznego**

1. Zgodnie z art. 13 ust. 1 i 2 i art.14 ust.1 i 2 rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (ogólne rozporządzenie o ochronie danych) (Dz. Urz. UE L119 z dnia 4 maja 2016 r., str. 1; zwanym dalej "RODO") informujemy, że:
  - 1) administratorem Pani/Pana danych osobowych jest Ośrodek Pomocy Społecznej w Majdanie Królewskim, ul. Rynek 1A, 36-110 Majdan Królewski zwany również zamawiającym
  - 2) administrator wyznaczył Inspektora Ochrony Danych Osobowych, z którym można się kontaktować pod adresem e-mail: jakubsmykla@hebenpolska.pl; tel.882 491 546
  - 3) Pani/Pana dane osobowe przetwarzane będą na podstawie art. 6 ust. 1 lit. c RODO w celu związanym z przedmiotowym postępowaniem o udzielenie zamówienia publicznego, prowadzonym w trybie podstawowym
  - 4) odbiorcami Pani/Pana danych osobowych będą osoby lub podmioty, którym udostępniona zostanie dokumentacja postępowania w oparciu o art.18 i art. 74 ustawy PZP.
  - 5) Pani/Pana dane osobowe będą przechowywane, zgodnie z art. 78 ust. 1 ustawy PZP, przez okres 4 lat od dnia zakończenia postępowania o udzielenie zamówienia, a jeżeli czas trwania umowy przekracza 4 lata, okres przechowywania obejmuje cały czas trwania umowy;
  - 6) obowiązek podania przez Panią/Pana danych osobowych bezpośrednio Pani/Pana dotyczących jest wymogiem ustawowym określonym w przepisach ustawy PZP, związanym z udziałem w postępowaniu o udzielenie zamówienia publicznego.
  - 7) Po ustaniu celu pierwotnego dane będą przetwarzane w celach archiwalnych ,kontrolnych na podstawie art.6 ust 1 lit.c RODO w związku. z właściwymi przepisami szczególnymi.
  - 8) w odniesieniu do Pani/Pana danych osobowych decyzje nie będą podejmowane w sposób zautomatyzowany, stosownie do art. 22 RODO.
  - 9) posiada Pani/Pan:
    - a) na podstawie art. 15 RODO prawo dostępu do danych osobowych Pani/Pana dotyczących (w przypadku, gdy skorzystanie z tego prawa wymagałoby po stronie administratora niewspółmiernie dużego wysiłku może zostać Pani/Pan zobowiązana do wskazania dodatkowych informacji mających na celu sprecyzowanie żądania, w szczególności podania nazwy lub daty postępowania o udzielenie zamówienia publicznego lub konkursu albo sprecyzowanie nazwy lub daty zakończonego postępowania o udzielenie zamówienia) – zgodnie z art.75 ustawy Pzp.;
    - b) na podstawie art. 16 RODO prawo do sprostowania Pani/Pana danych osobowych (*skorzystanie z prawa do sprostowania nie może skutkować zmianą wyniku postępowania o udzielenie zamówienia publicznego ani zmianą postanowień umowy w zakresie niezgodnym z ustawą PZP oraz nie może naruszać integralności protokołu oraz jego załączników*);
    - c) na podstawie art. 18 RODO prawo żądania od administratora ograniczenia przetwarzania danych osobowych z zastrzeżeniem okresu trwania postępowania o udzielenie zamówienia publicznego lub konkursu oraz przypadków, o których mowa w art. 18 ust. 2 RODO (*prawo do ograniczenia przetwarzania nie ma zastosowania w odniesieniu do przechowywania, w celu zapewnienia korzystania ze środków ochrony prawnej lub w celu ochrony praw innej osoby fizycznej lub prawnej, lub z uwagi na ważne względy interesu publicznego Unii Europejskiej lub państwa członkowskiego*);
    - d) prawo do wniesienia skargi do Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych, gdy uzna Pani/Pan, że przetwarzanie danych osobowych Pani/Pana dotyczących narusza przepisy RODO;
  - 10) nie przysługuje Pani/Panu:
    - a) w związku z art. 17 ust. 3 lit. b, d lub e RODO prawo do usunięcia danych osobowych;

- b) prawo do przenoszenia danych osobowych, o którym mowa w art. 20 RODO;
- c) na podstawie art. 21 RODO prawo sprzeciwu, wobec przetwarzania danych osobowych, gdyż podstawą prawną przetwarzania Pani/Pana danych osobowych jest art. 6 ust. 1 lit. c RODO;
- 11) przysługuje Pani/Panu prawo wniesienia skargi do organu nadzorczego na niezgodne z RODO przetwarzanie Pani/Pana danych osobowych przez administratora. Organem właściwym dla przedmiotowej skargi jest Urząd Ochrony Danych Osobowych, ul. Stawki 2, 00-193 Warszawa.
- 12) Wykonawca jest zobowiązany przekazać informacje związane z przetwarzaniem danych osobowych – osobom fizycznym, których dane osobowe umieszcza w ofercie lub w inny sposób udostępnia zamawiającemu.

**XXXIII. W sprawach nieuregulowanych w SWZ mają zastosowanie przepisy:**

- Ustawy dnia 11 września 2019 r. - Prawo zamówień publicznych (Dz. U. poz. 2024 poz. 1320 z późn. zm.);
- Ustawy z dnia 23 kwietnia 1964 r. Kodeks cywilny (t.j. Dz. U. z 2024 r. poz. 1061 z późn. zm.);
- przepisów właściwych dla przedmiotu zamówienia.

**XXXIV. SWZ zawiera – załączniki SWZ:**

1. Załącznik nr 1 - Formularz ofertowy.
2. Załącznik nr 2 - Oświadczenie dotyczące braku podstaw do wykluczenia z udziału w postępowaniu
3. Załącznik nr 3 - Oświadczenie dotyczące spełniania warunków udziału w postępowaniu
4. Załącznik nr 4- Wykaz wykonanych usług
5. Załącznik nr 5- Oświadczenie wykonawców wspólnie ubiegających się o udzielenie zamówienia
6. Załącznik nr 6 - Oświadczenie o przynależności lub braku przynależności do tej samej grupy kapitałowej
7. Załącznik nr 7 - Wzór umowy wraz z Załącznikiem nr 1 do umowy – dekadowy zestaw posiłków oraz pozostałymi załącznikami

**FORMULARZ OFERTOWY**  
**w postępowaniu o udzielenie zamówienia publicznego na**

1. „Świadczenie usług przygotowania, dostarczania i wydawania posiłków (usługa cateringowa) dla uczestników Centrum Opiekuńczo–Mieszkalnego w Brzostowej Górze oraz osób wskazanych przez Ośrodek Pomocy Społecznej w Majdanie Królewskim na terenie Gminy Majdan Królewski w okresie od 01.01.2026 r. do 31.12.2026 r.”

**2. WYKONAWCA:**

Nazwa wykonawcy:.....

Adres siedziby:.....

REGON: .....

NIP: .....

Tel.: .....

Fax:.....

e-mail: .....

Adres do korespondencji:.....

**reprezentowany przez:**

.....

*(imię, nazwisko, stanowisko/podstawa do reprezentacji)*

Oferuję wykonanie zamówienia publicznego, którego przedmiotem jest wykonanie **usług przygotowania, dostarczania i wydawania posiłków (usługa cateringowa) dla uczestników Centrum Opiekuńczo–Mieszkalnego oraz osób wskazanych przez Ośrodek Pomocy Społecznej w Majdanie Królewskim na terenie Gminy Majdan Królewski w okresie od 01.01.2026 r. do 31.12.2026 r.**

3. zgodnie z wymogami określonymi w specyfikacji warunków zamówienia i na warunkach określonych w projekcie umowy (zał. Nr 1 do umowy dekadowym zestawem posiłków) za cenę jednostkową kosztu przygotowania, dostawy i wydania jednego dziennego zestawu posiłków:

**1) dla uczestników dziennych w COM (tj. śniadanie, jednodaniowy obiad):**

- cenę netto wynoszącą..... zł (słownie : .....)

- stawka podatku VAT .....%

- cenę brutto wynoszącą ..... zł (słownie:.....)

**2) dla uczestników całodobowych w COM (tj. śniadanie, jednodaniowy obiad, kolacja):**

- cenę netto wynoszącą..... zł (słownie : .....)

- stawka podatku VAT .....%

- cenę brutto wynoszącą ..... zł (słownie:.....)

**3) dla osób wskazanych przez OPS ,mieszkańców gminy (tj. jednodaniowy obiad):**

- cenę netto wynoszącą..... zł (słownie : .....)

- stawka podatku VAT .....%

- cenę brutto wynoszącą ..... zł (słownie:.....)

..... )  
W tym koszt dowozu w cenie posiłku :  
Cena netto wynosząca.....zł. (słownie : ..... )  
..... )  
- stawka podatku VAT.....%  
-cena brutto wynosząca.....zł. ( słownie : ..... )  
..... )

Lp.	Dzienne wyżywienie dla jednej osoby	Cena netto	Podatek VAT	Cena brutto	Szacowana dzienna ilość	Szacowana ilość dni	Cena jednostkowa BRUTTO za jeden zestaw posiłków	Szacunkowa wartość zamówienia BRUTTO (6*7*8)
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.	<b>wyżywienie w COM pobyt całodobowy tym:</b>				2	365		
	śniadanie							
	jednodaniowy obiad							
	kolacja							
2.	<b>wyżywienie w COM pobyt dzienny :</b>				18	251		
	śniadanie							
	jednodaniowy obiad							
3.	<b>wyżywienie osób wskazanych przez OPS wraz z kosztami dowozu</b>				16	251		
	jednodaniowy obiad							
4.	<b>w tym: koszty dowozu z poz.3</b>				16	251		
<b>RAZEM BRUTTO</b>								
w tym wartość podatku VAT								
<b>RAZEM NETTO</b>								

*\* pod pojęciem dziennego wyżywienia rozumie się posiłki przygotowywane i dowożone zgodnie z dekadowym zestawem posiłków stanowiącym załącznik nr 1 do projektowanych warunków umowy*

4. Oświadczenie Wykonawcy w zakresie poza cenowych kryteriów oceny ofert:

Zgodnie z kryteriami oceny ofert „Odległość od miejsca przygotowania/wytwarzania posiłków” oświadczam iż odległość od miejsca przygotowania/wytwarzania posiłków do Centrum Opiekuńczo – Mieszkalnego w Brzostowej Górze wynosi .....km .....adres.....

**Uwaga:**

**Jako punkt odniesienia do pomiarów odległości zostanie przyjęta siedziba Centrum Opiekuńczo – Mieszkalnego w Brzostowej Górze, Brzostowa Góra 110, 36-110 Majdan Królewski**

5. Oświadczamy, że jesteśmy związani ofertą przez okres 30 dni od upływu terminu składania ofert.
6. Oświadczamy, że akceptujemy warunki płatności określone przez zamawiającego w specyfikacji warunków zamówienia i projekcie umowy.
7. Oświadczamy, że zapoznaliśmy się ze specyfikacją warunków zamówienia, akceptujemy jej warunki i nie zgłaszamy do niej żadnych zastrzeżeń.
8. Zobowiązuję się realizować usługę dostawy posiłków od dnia 01 stycznia 2026 r. do 31 grudnia 2026 r.
9. Termin płatności faktury - 30 dni.
10. Wykonawca jest:
  - ☐ Mikroprzedsiębiorstwem
  - ☐ Małym przedsiębiorstwem
  - ☐ Średnim przedsiębiorstwem
  - ☐ Dużym przedsiębiorstwem

*Zgodnie z art. 7 ust. 1 pkt. 2 i 3 ustawy z dnia Prawo przedsiębiorców (Dz. U. z 2024 r. poz. 236):*

*Za małego przedsiębiorcę uważa się przedsiębiorcę, który w co najmniej jednym roku z dwóch ostatnich lat obrotowych:*

*1) zatrudniał średniorocznie mniej niż 50 pracowników oraz*

*2) osiągnął roczny obrót netto ze sprzedaży towarów, wyrobów i usług oraz operacji finansowych nieprzekraczający równowartości w złotych 10 milionów euro, lub sumy aktywów jego bilansu sporządzonego na koniec jednego z tych lat nie przekroczyły równowartości w złotych 10 milionów euro i który nie jest mikroprzedsiębiorcą,*

*Za średniego przedsiębiorcę uważa się przedsiębiorcę, który w co najmniej jednym roku z dwóch ostatnich lat obrotowych:*

*1) zatrudniał średniorocznie mniej niż 250 pracowników oraz*

*2) osiągnął roczny obrót netto ze sprzedaży towarów, wyrobów i usług oraz operacji finansowych nieprzekraczający równowartości w złotych 50 milionów euro, lub sumy aktywów jego bilansu sporządzonego na koniec jednego z tych lat nie przekroczyły równowartości w złotych 43 milionów euro.*

11. Oświadczam, że zapoznałem się z postanowieniami SWZ oraz wyjaśnieniami i zmianami SWZ przekazanymi przez Zamawiającego i nie wnoszę do nich zastrzeżeń oraz uznaję się za związanego określonymi w nich postanowieniami i zasadami postępowania.
12. Oświadczam(y), że akceptuję/emy bez zastrzeżeń wzór projektowanej umowy.
13. Oświadczam(y), że w cenie oferty zostały uwzględnione wszystkie koszty niezbędne do zrealizowania zamówienia z należytą starannością i zgodnie z wymogami określonymi przez Zamawiającego. Cena jest ostateczna i zawiera wszystkie należności dodatkowe wynikłe z warunków postępowania.
14. W przypadku uznania mojej (naszej) oferty za najkorzystniejszą, umowę zobowiązuję(emy) się zawrzeć w miejscu i terminie wskazanym przez Zamawiającego zgodnie z Prawem zamówień publicznych i wymaganiami podanymi w SWZ,
15. Informujemy, że (właściwie zakreślić):

- Wybór oferty **nie będzie\*** prowadzić do powstania u Zamawiającego obowiązku podatkowego.
- wybór oferty **będzie\*** prowadzić do powstania u Zamawiającego obowiązku podatkowego w odniesieniu do następujących towarów/ usług (w zależności od przedmiotu zamówienia):  
.....

Wartość towaru/ usług (w zależności od przedmiotu zamówienia) powodująca obowiązek podatkowy u Zamawiającego to..... zł netto.

16. **OŚWIADCZAMY**, iż informacje i dokumenty zawarte w odrębnym, stosownie oznaczonym i nazwanym załączniku ..... (należy podać nazwę załącznika) stanowią tajemnicę przedsiębiorstwa w rozumieniu przepisów o zwalczaniu nieuczciwej konkurencji, co wykazaliśmy

w załączniku do Oferty ..... (należy podać nazwę załącznika) i zastrzegamy, że nie mogą być one udostępniane.

18. **OŚWIADCZAMY** pouczony o odpowiedzialności karnej wynikającej z art. 297 § 1 KK, że wszystkie złożone do oferty dokumenty i oświadczenia są prawdziwe oraz opisują stan faktyczny i prawny na dzień sporządzania oferty.

19. Zamawiający na podstawie art. 274 ust 4 Ustawy z dnia 11 września 2019 r. - Prawo zamówień publicznych (Dz. U. 2024 poz. 1320 z późn. zm.) nie wzywa do złożenia podmiotowych środków dowodowych, jeżeli może je uzyskać za pomocą bezpłatnych i ogólnodostępnych baz danych, w szczególności rejestrów publicznych w rozumieniu ustawy z dnia 17 lutego 2005 r. o informatyzacji działalności podmiotów realizujących zadania publiczne, o ile wykonawca wskazał w oświadczeniu, o którym mowa w art. 125 ust. 1, dane umożliwiające dostęp do tych środków.

Wyrażamy zgodę na samodzielne pobranie przez Zamawiającego za pomocą bezpłatnych i ogólnodostępnych krajowych baz danych, w szczególności rejestrów publicznych w rozumieniu ustawy z dnia 17 lutego 2005 r. o informatyzacji działalności podmiotów realizujących zadania publiczne dokumentów potwierdzających okoliczności o których mowa w art. 109 ust. 1 pkt 4 ustawy Prawo zamówień publicznych. Oświadczamy że dokumenty dotyczące Wykonawcy, tj. odpis z Krajowego Rejestru Sądowego jest dostępny pod adresem: [www.ms.gov.pl](http://www.ms.gov.pl) lub odpis z CEIDG RP pod adresem: [www.prod.ceidg.gov.pl](http://www.prod.ceidg.gov.pl).

Jeżeli dane należy pobrać z innych niż wyżej wskazane bezpłatne bazy danych, należy wskazać dane umożliwiające dostęp do tych środków:

.....  
20. **OŚWIADCZENIE RODO:**

Oświadczam, że wypełniłem obowiązki informacyjne przewidziane w art. 13 lub art. 14 RODO<sup>1)</sup> wobec osób fizycznych, od których dane osobowe bezpośrednio lub pośrednio pozyskałem w celu ubiegania się o udzielenie zamówienia publicznego w niniejszym postępowaniu.\*

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

\* W przypadku gdy wykonawca nie przekazuje danych osobowych innych niż bezpośrednio jego dotyczących lub zachodzi wyłączenie stosowania obowiązku informacyjnego, stosownie do art. 13 ust. 4 lub art. 14 ust. 5 RODO treści oświadczenia wykonawca nie składa (usunięcie treści oświadczenia np. przez jego wykreślenie).

21. **Osoba uprawniona do kontaktów**

Imię i Nazwisko, telefon, e-mail:.....

data .....

.....  
podpis i pieczęć Wykonawcy lub uprawnionego  
przedstawiciela Wykonawcy



.....  
Nazwa i adres Wykonawcy

## **O Ś W I A D C Z E N I E**

### **wykonawcy/wykonawcy wspólnie ubiegającego się o udzielenie zamówienia**

**składane na podstawie art. 125 ust. 1 ustawy z dnia 11 września 2019 r.**

**Prawo zamówień publicznych (dalej jako: ustawa Pzp),**

### **DOTYCZĄCE BRAKU PODSTAW DO WYKLUCZENIA Z UDZIAŁU W POSTĘPOWANIU**

**UWZGLĘDNIAJĄCE PRZESŁANKI WYKLUCZENIA Z ART. 7 UST. 1 USTAWY O  
SZCZEGÓLNYCH ROZWIĄZANIACH W ZAKRESIE PRZECIWDZIAŁANIA WSPIERANIU  
AGRESJI NA UKRAINĘ ORAZ SŁUŻĄCYCH OCHRONIE BEZPIECZEŃSTWA NARODOWEGO**

Na potrzeby postępowania o udzielenie zamówienia publicznego:

**„Świadczenie usług przygotowania, dostarczania i wydawania posiłków (usługa cateringowa) dla uczestników Centrum Opiekuńczo–Mieszkalnego w Brzostowej Górze oraz osób wskazanych przez Ośrodek Pomocy Społecznej w Majdanie Królewskim na terenie Gminy Majdan Królewski w okresie od 01.01.2026 r. do 31.12.2026 r.”**

prowadzonego przez Gminę Majdan Królewski / Ośrodek Pomocy Społecznej w Majdanie Królewskim oświadczam, co następuje:

### **OŚWIADCZENIA DOTYCZĄCE WYKONAWCY:**

- Oświadczam, że nie podlegam wykluczeniu z postępowania na podstawie art. 108 ust 1 pkt 1-6 oraz art. 109 ust. 1 pkt 4 ustawy Pzp.
- Oświadczam, że nie zachodzą w stosunku do mnie przesłanki wykluczenia z postępowania na podstawie art. 7 ust. 1 ustawy z dnia 13 kwietnia 2022 r. *o szczególnych rozwiązaniach w zakresie przeciwdziałania wspieraniu agresji na Ukrainę oraz służących ochronie bezpieczeństwa narodowego* (Dz. U. z 2025 r. poz. 514)<sup>1</sup>.

data .....

.....  
podpis i pieczęć Wykonawcy  
lub uprawnionego  
przedstawiciela Wykonawcy

<sup>1</sup> Zgodnie z treścią art. 7 ust. 1 ustawy z dnia 13 kwietnia 2022 r. *o szczególnych rozwiązaniach w zakresie przeciwdziałania wspieraniu agresji na Ukrainę oraz służących ochronie bezpieczeństwa narodowego*, zwanej dalej „ustawą”, z postępowania o udzielenie zamówienia publicznego lub konkursu prowadzonego na podstawie ustawy Pzp wyklucza się:

1) wykonawcę oraz uczestnika konkursu wymienionego w wykazach określonych w rozporządzeniu 765/2006 i rozporządzeniu 269/2014 albo wpisanego na listę na podstawie decyzji w sprawie wpisu na listę rozstrzygającej o zastosowaniu środka, o którym mowa w art. 1 pkt 3 ustawy;

2) wykonawcę oraz uczestnika konkursu, którego beneficjentem rzeczywistym w rozumieniu ustawy z dnia 1 marca 2018 r. o przeciwdziałaniu praniu pieniędzy oraz finansowaniu terroryzmu (Dz. U. z 2025 r. poz. 644 ze zm.) jest osoba wymieniona w wykazach określonych w rozporządzeniu 765/2006 i rozporządzeniu 269/2014 albo wpisana na listę lub będąca takim beneficjentem rzeczywistym od dnia 24 lutego 2022 r., o ile została wpisana na listę na podstawie decyzji w sprawie wpisu na listę rozstrzygającej o zastosowaniu środka, o którym mowa w art. 1 pkt 3 ustawy;

3) wykonawcę oraz uczestnika konkursu, którego jednostką dominującą w rozumieniu art. 3 ust. 1 pkt 37 ustawy z dnia 29 września 1994 r. o rachunkowości (Dz. U. z 2023 r. poz. 120 ze zm.), jest podmiot wymieniony w wykazach określonych w rozporządzeniu 765/2006 i rozporządzeniu 269/2014 albo wpisany na listę lub będący taką jednostką dominującą od dnia 24 lutego 2022 r., o ile został wpisany na listę na podstawie decyzji w sprawie wpisu na listę rozstrzygającej o zastosowaniu środka, o którym mowa w art. 1 pkt 3 ustawy.

Oświadczam, że zachodzą w stosunku do mnie podstawy wykluczenia z postępowania na podstawie art. ....\*\* ustawy Pzp (podać mającą zastosowanie podstawę wykluczenia spośród wymienionych w art. 108 ust. 1 pkt 1-6 ustawy Pzp i art.109 ust. 1 pkt. 4). Jednocześnie oświadczam, że w związku z ww. okolicznością, na podstawie art. 110 ust. 2 ustawy Pzp podjąłem następujące środki naprawcze

.....  
.....  
.....  
.....

\*\* wypełnić jeśli dotyczy

data .....

.....

*podpis i pieczęć Wykonawcy  
lub upelnomocnionego  
przedstawiciela Wykonawcy*

**OŚWIADCZENIE DOTYCZĄCE PODMIOTU, NA KTÓREGO ZASOBY POWOŁUJE SIĘ  
WYKONAWCA**

(jeżeli dotyczy)

Oświadczam, że następujący/e podmiot/y, na którego/ych zasoby powołuję się w niniejszym postępowaniu, tj.:

.....  
(podać pełną nazwę/firmę, adres, a także w zależności od podmiotu: NIP/PESEL, KRS/CEiDG)

nie podlega/ją wykluczeniu na podstawie - art. 108 ust. 1 pkt. 1-6 oraz art. 109 ust. 1 pkt 4 ustawy Pzp a także art. 7 ust. 1 ustawy z dnia 13 kwietnia 2022 r. o szczególnych rozwiązaniach w zakresie przeciwdziałania wspieraniu agresji na Ukrainę oraz służących ochronie bezpieczeństwa narodowego (Dz. U. z 2025 r. poz. 514) z postępowania o udzielenie zamówienia.

data .....

.....  
podpis i pieczęć Wykonawcy  
lub uprawnionego  
przedstawiciela Wykonawcy

**OŚWIADCZENIE DOTYCZĄCE PODANYCH INFORMACJI:**

Oświadczam, że wszystkie informacje podane w powyższych oświadczeniach są aktualne i zgodne z prawdą oraz zostały przedstawione z pełną świadomością konsekwencji wprowadzenia zamawiającego w błąd przy przedstawianiu informacji.

data .....

.....  
podpis i pieczęć Wykonawcy  
lub uprawnionego  
przedstawiciela Wykonawcy

.....  
Nazwa i adres wykonawcy

### **OŚWIADCZENIE WYKONAWCY**

składane na podstawie art. 125 ust. 1 ustawy z dnia 11 września 2019 r.  
Prawo zamówień publicznych (dalej jako: ustawa Pzp),

#### **DOTYCZĄCE SPEŁNIANIA WARUNKÓW UDZIAŁU W POSTĘPOWANIU**

Na potrzeby postępowania o udzielenie zamówienia publicznego pn.

**„Świadczenie usług przygotowania, dostarczania i wydawania posiłków (usługa cateringowa) dla uczestników Centrum Opiekuńczo–Mieszkalnego w Brzostowej Górze oraz osób wskazanych przez Ośrodek Pomocy Społecznej w Majdanie Królewskim na terenie Gminy Majdan Królewski w okresie od 01.01.2026 r. do 31.12.2026 r.”**

prowadzonego przez Gminę Majdan Królewski / Ośrodek Pomocy Społecznej w Majdanie Królewskim oświadczam, co następuje:

#### **INFORMACJA DOTYCZĄCA WYKONAWCY:**

Oświadczam, że spełniam warunki udziału w postępowaniu określone przez zamawiającego w *rozdziale XXI Specyfikacji Warunków Zamówienia*.

data .....

.....  
podpis i pieczęć Wykonawcy  
lub upoważnionego  
przedstawiciela Wykonawcy

**INFORMACJA W ZWIĄZKU Z POLEGANIEM NA ZASOBACH INNYCH PODMIOTÓW:**

(jeżeli dotyczy)

Oświadczam, że w celu wykazania spełniania warunków udziału w postępowaniu, określonych przez zamawiającego w

.....  
(wskazać dokument i właściwą jednostkę redakcyjną dokumentu, w której określono warunki udziału w postępowaniu),

polegam na zasobach następującego/ych podmiotu/ów:

.....  
w następującym zakresie:

.....  
(wskazać podmiot i określić odpowiedni zakres dla wskazanego podmiotu).

data .....

.....  
podpis i pieczęć Wykonawcy  
lub upoważnionego  
przedstawiciela Wykonawcy

**OŚWIADCZENIE DOTYCZĄCE PODANYCH INFORMACJI:**

Oświadczam, że wszystkie informacje podane w powyższych oświadczeniach są aktualne i zgodne z prawdą oraz zostały przedstawione z pełną świadomością konsekwencji wprowadzenia zamawiającego w błąd przy przedstawianiu informacji.

data .....

.....  
podpis i pieczęć Wykonawcy  
lub upoważnionego  
przedstawiciela Wykonawcy

## WYKAZ WYKONANYCH USŁUG

Wykonawca :

.....

.....

.....

(pełna nazwa/firma, adres  
w zależności od podmiotu NIP/PESEL KRS/CEiDG

Przystępując do udziału w postępowaniu o udzielenie zamówienia publicznego na zadanie pn.:

**„Świadczenie usług przygotowania, dostarczania i wydawania posiłków (usługa cateringowa) dla uczestników Centrum Opiekuńczo–Mieszkalnego w Brzostowej Górze oraz osób wskazanych przez Ośrodek Pomocy Społecznej w Majdanie Królewskim na terenie Gminy Majdan Królewski w okresie od 01.01.2026 r. do 31.12.2026 r.”**

prowadzonego przez **Gminę Majdan Królewski/Ośrodek Pomocy Społecznej w Majdanie Królewskim** oświadczam, co następuje:

oświadczam, że moja firma w okresie ostatnich trzech lat przed upływem terminu składania ofert a jeżeli okres prowadzenia działalności jest krótszy – w tym okresie zrealizowała następujące usługi:

L.p.	Nazwa i adres podmiotu	Rodzaj wykonywanej umowy	Wartość umowy brutto	Termin realizacji od - do	Miejsce wykonywania
1					
2					
3					
...					

**Do wykazu należy dołączyć dokumenty potwierdzające, należytość wykonania zamówień**

data .....

.....  
podpis i pieczęć Wykonawcy  
lub upoważnionego  
przedstawiciela Wykonawcy

.....

Nazwa i adres Wykonawcy

**OŚWIADCZENIE WYKONAWCÓW WSPÓLNIE UBIEGAJĄCYCH SIĘ O UDZIELENIE  
ZAMÓWIENIA**

Przystępując do postępowania w sprawie udzielenia zamówienia publicznego p.n.

**„Świadczenie usług przygotowania, dostarczania i wydawania posiłków (usługa cateringowa) dla uczestników Centrum Opiekuńczo–Mieszkalnego w Brzostowej Górze oraz osób wskazanych przez Ośrodek Pomocy Społecznej w Majdanie Królewskim na terenie Gminy Majdan Królewski w okresie od 01.01.2026 r. do 31.12.2026 r.”**

.....  
prowadzonego przez **Gminę Majdan Królewski / Ośrodek Pomocy Społecznej w Majdanie Królewskim** oświadczam, co następuje:

Oświadczam/ my, że w zakresie zamówienia następujące usługi zamierzam/ my wykonać poprzez wykonanie prac :

<b>Zakres rzeczowy – określenie części prac w ramach zamówienia</b>	<b>Informacja o wykonawcy</b>

dnia: .....

.....

*podpis i pieczęć pełnomocnika Wykonawców*

**UWAGA:** Oświadczenia nie należy składać w przypadku wykonywania całości zamówienia przez wykonawcę siłami własnymi.

**OŚWIADCZENIE O PRZYNALEŻNOŚCI LUB BRAKU PRZYNALEŻNOŚCI DO TEJ  
SAMEJ GRUPY KAPITAŁOWEJ****1. WYKONAWCA:**Niniejsza oferta zostaje złożona przez<sup>2)</sup>:

Lp.	Nazwa(y) Wykonawcy(ów)	Adres(y) Wykonawcy(ów)	NIP

Przystępując do postępowania o udzielenie zamówienia publicznego realizowanego w trybie podstawowym na:

**„Świadczenie usług przygotowania, dostarczania i wydawania posiłków (usługa cateringowa) dla uczestników Centrum Opiekuńczo–Mieszkalnego w Brzostowej Górze oraz osób wskazanych przez Ośrodek Pomocy Społecznej w Majdanie Królewskim na terenie Gminy Majdan Królewski w okresie od 01.01.2026 r. do 31.12.2026 r.”**

na podstawie art. 108 ust. 1 pkt 5 ustawy Prawo zamówień publicznych oświadczam/my, że:

- ☐ należę/ymy do grupy kapitałowej (w rozumieniu ustawy z dnia 16 lutego 2007 r. o ochronie konkurencji i konsumentów – Dz. U. z 2024 r. poz. 1616 ze zm.), o której mowa w art. 108 ust. 1 pkt 5 ustawy PZP, w skład której wchodzi następujące podmioty: \*

Lp.	Podmioty należące do grupy kapitałowej
1	
2	
3	

- ☐ nie należę/ymy do grupy kapitałowej (w rozumieniu ustawy z dnia 16 lutego 2007 r. o ochronie konkurencji i konsumentów – Dz. U. z 2024 r. poz. 1616 ze zm.), o której mowa w art. 108 ust. 1 pkt 5 ustawy PZP \*.

\* Zaznaczyć odpowiedni kwadrat.

data .....

.....  
podpis i pieczęć Wykonawcy  
lub upelnomocnionego  
przedstawiciela Wykonawcy

<sup>2</sup> Wykonawca modeluje tabelę powyżej w zależności od swego składu.



### Wzór Umowy

**„Świadczenie usług przygotowania, dostarczania i wydawania posiłków (usługa cateringowa) dla uczestników Centrum Opiekuńczo – Mieszkalnego w Brzostowej Górze oraz osób wskazanych przez Ośrodek Pomocy Społecznej w Majdanie Królewskim na terenie Gminy Majdan Królewski w okresie od 01.01.2026r. do 31.12.2026r.”**

Zawarta w dniu .....r. w Majdanie Królewskim pomiędzy:

Nabywca : Gmina Majdan Królewski/ ul. Rynek 1A, 36-110 Majdan Królewski, NIP 8141587980,  
Odbiorca: Ośrodek Pomocy Społecznej w Majdanie Królewskim, Rynek 1A, 36 – 110 Majdan Królewski w imieniu w którego działają:

1. Pani : Józefa Zięba – Kierownik Ośrodka Pomocy Społecznej w Majdanie Królewskim  
zwana w dalszej części umowy **„Zamawiającym”**  
przy kontrasygnacie:
2. Pani : Marty Buczek - Główniej księgowej

a:

.....  
.....  
.....  
.....

zwana w dalszej części umowy **„Wykonawcą”** reprezentowaną przez:

.....

Umowę zawarto w wyniku przeprowadzenia postępowania o udzielenie Zamówienia Publicznego w trybie podstawowym na podstawie art. 275 pkt 1 w powiązaniu z art. 359 pkt. 2 ustawy z dnia 11 września 2019 r. – Prawo zamówień publicznych (Dz. U. z 2024 r. poz. 1320 z późn. zm.) – dalej zwana „ustawą PZP”.

### § 1

#### PRZEDMIOT I ZAKRES UMOWY

1. Przedmiotem niniejszej umowy jest **„świadczenie usług przygotowania, dostarczania i wydania posiłków ( usługa cateringowa) dla uczestników Centrum Opiekuńczo – Mieszkalnego w Brzostowej Górze oraz osób wskazanych przez Ośrodek Pomocy Społecznej w Majdanie Królewskim na terenie Gminy Majdan Królewski w okresie od 01.01.2026r. do 31.12.2026r.”**, zgodnie z opisem przedmiotu zamówienia zawartym w Specyfikacji Warunków Zamówienia dotyczącej postępowania Nr ZP.OPS.271.2.2025, dekadowym zestawem posiłków stanowiącym załącznik do umowy oraz ofertą Wykonawcy, będącymi integralną częścią niniejszej umowy, zwanej również dalej „Umową”.
2. Usługa objęta przedmiotem niniejszej umowy będzie polegać na przygotowaniu dostarczaniu oraz wydaniu posiłków ( usługa cateringowa) dla :
  - a) uczestników Centrum Opiekuńczo – Mieszkalnego w Brzostowej Górze , Brzostowa Góra 110 , 36 – 110 Majdan Królewski, prowadzonego przez OPS, zwanego dalej „COM” , dla planowanej liczby dożywianych uczestników : około 18 osób pobyt dzienny/dni robocze oraz dla około 2 osób pobyt całodobowy/wszystkie dni w roku, w okresie:
    - a. dla uczestników COM pobyt dzienny w okresie od 01 stycznia 2026r. do 31 grudnia 2026r. tj. około 251 dni roboczych,
    - b. dla uczestników COM pobyt całodobowy w okresie od 01.01.2026r. do 31.12.2026r., tj. około 365 dni w roku

- b) osób wskazanych przez Ośrodek Pomocy Społecznej w Majdanie Królewskim, zwany dalej OPS, którym przyznano pomoc w formie posiłku na podstawie decyzji administracyjnych, (planowana liczba dożywianych około 16 osób średnio miesięcznie -dowóz do ich miejsc zamieszkania na terenie gminy/dni robocze) / w okresie: od 01.01.2026r. do 31.12.2026r.tj. około 251 dni roboczych
  - c) dostawa dla uczestników w COM w godzinach:
    - 8:30 - 9:00 śniadania
    - 13:00 – 13:30 obiady
    - 17:00 – 17:30 kolacje.
  - d) dostawa dla osób wskazanych przez OPS z transportem do ich miejsc zamieszkania na terenie gminy w godzinach: 13:00 - 15:00 obiady
3. Przewidywana szacunkowa ilość zestawów posiłków w COM ( śniadanie, jednodaniowy obiad) wydanych dziennie wynosi 20 sztuk w dni robocze. W dni wolne od pracy 2 sztuki. Kolacja wydanych dziennie zarówno w dni robocze jak i wolne od pracy wynosi 2 sztuki:
- a) pod pojęciem dziennego zestawu posiłków przypadającego na jednego uczestnika COM pobyt dzienny/dni robocze rozumie się : śniadanie, jednodaniowy obiad.
  - b) pod pojęciem dziennego zestawu posiłków przypadającego na jednego uczestnika COM pobyt całodobowy/wszystkie dni w roku rozumie się : śniadanie, jednodaniowy obiad i kolacja
4. Przewidywana szacunkowa ilość jednodaniowych obiadów – dowiezionych dziennie w dni robocze osobom wskazanym przez OPS wynosi 16:
- a) pod pojęciem dziennego posiłku przypadającego na jedną osobę wskazaną przez OPS z dowozem do jej miejsca zamieszkania rozumie się : jednodaniowy obiad
5. Na Wykonawcy ciąży obowiązek takiej organizacji prac i dostaw, aby dostarczanie posiłków odbyło się o ustalonych porach.
6. W sytuacjach szczególnych istnieje możliwość zmiany godzin dostarczania posiłków z jednodniowym wyprzedzeniem zarówno przez Zamawiającego, jak i Wykonawcę.
7. Menu musi być zgodne z dekadowym zestawem posiłków stanowiącym **załącznik nr 1** do niniejszej umowy i nie może się powtórzyć w ciągu kolejnych dziesięciu dni żywienia.
8. Zakres przedmiotu umowy obejmuje przygotowanie z produktów własnych oraz dostawę własnym transportem do COM i miejsc zamieszkania osób wskazanych przez OPS
9. Liczba zamówionych posiłków na podstawie ilości uczestników w COM będzie przekazywana telefonicznie każdego dnia do godz. 10 przez Kierownika COM lub upoważnionego przez niego pracownika.
10. Liczba zamówionych posiłków na podstawie listy z OPS będzie uzgadniana nie rzadziej niż raz w tygodniu przez kierownika OPS lub upoważnionego przez niego pracownika.
11. Ilość posiłków może ulegać zmianie w zależności od dziennej frekwencji uczestników COM i nieobecności mieszkańców wskazywanych przez OPS :pobyty w szpitalach, inne wyjazdy itp.
12. Posiłki będą przygotowywane zgodnie z procedurami niezbędnymi do zapewnienia bezpieczeństwa żywności i żywienia z uwzględnieniem zapisów określonych w *ustawie z dnia 25 sierpnia 2006 r. o bezpieczeństwie żywności i żywienia (Dz. U. z 2023 r., poz. 1448 z późn. zm.)*
13. Zamawiający zastrzega sobie prawo do przeprowadzenia codziennej kontroli sposobu świadczenia usługi opisanej w Umowie, w tym wydawanych posiłków (temperatury, gramatury, zgodności z dekadowym zestawieniem posiłków).
14. W przypadku stwierdzenia nieprawidłowości w zakresie przestrzegania wymaganych przepisów, Zamawiający zastrzega sobie prawo zgłoszenia wniosku o kontrolę w Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej.

15. Zamawiający zastrzega sobie możliwość odpisów obiadów za miesiąc poprzedni. Dotyczy to obiadów, które nie były wydane, a fakt nieobecności uczestnika COM/mieszkańca gminy wskazanego przez OPS w danym dniu został zgłoszony Wykonawcy.
16. Wykonawca oświadcza, że posiada pełne uprawnienia potrzebne do świadczenia usługi wydane przez Państwowego Powiatowego Inspektora Sanitarnego.
17. Stan posiłków i sposób dowożenia musi spełniać wymogi Państwowej Stacji Sanitarno Epidemiologicznej.
18. W przypadku awarii lub innych nie przewidzianych zdarzeń Wykonawca jest zobowiązany zapewnić posiłki o nie gorszej jakości na swój koszt z innych źródeł.
19. W cenie, o której mowa w § 5 Wykonawca uwzględnia koszt posiłków wskazanych w załączniku nr 1 do niniejszej umowy
20. Zamawiający zastrzega sobie prawo do zmiany w ilości przedmiotu zamówienia.
21. Rozliczenie finansowe Wykonawcy z Zamawiającym za wykonanie usług objętych przedmiotem umowy odbywać się będzie na podstawie faktycznie dostarczonych posiłków i ich ceny jednostkowej.
22. Wykonawca zobowiązany jest do przygotowania posiłków o najwyższym standardzie, na bazie produktów najwyższej jakości i bezpieczeństwem zgodnie z normami HACCP.
23. W przypadku wzmożonej zachorowalności lub nieobecności uczestników COM/ mieszkańców wskazanych przez OPS. Zamawiającemu przysługuje prawo do ograniczenia ilości posiłków z zastrzeżeniem dokonania uprzedzenia Wykonawcy.
24. Wykonawca dostarcza posiłki zgodnie z rozkładem posiłków, o którym mowa w ust. 2 lit.c) i d), własnym transportem i samodzielnie je przygotowuje. Wykonawca dba o właściwy stan dostarczania posiłków (posiłki świeże i o odpowiedniej temperaturze)
25. W ramach realizacji przedmiotu umowy Wykonawca zobowiązany jest do odbioru, wywożenia i utylizacji odpadów związanych z usługą żywienia w COM i ponosi tym samym odpowiedzialność za gospodarowanie tymi odpadami oraz ponosi koszty z tym związane zgodnie z ustawą z dnia 14 grudnia 2012 r. o odpadach (Dz. U. z 2023 r. poz. 1587 z późn. zm.).

## § 2

### OBOWIĄZKI WYKONAWCY

1. Wykonawca oświadcza, iż posiada niezbędną wiedzę, umiejętności oraz kwalifikacje do wykonania przedmiotu niniejszej umowy.
2. Wykonawca zobowiązany jest do przygotowania posiłków o najwyższym standardzie, na bazie produktów najwyższej jakości, świeżych, naturalnych i normami bezpieczeństwa zgodnymi ze standardami HACCP
3. Proces przygotowania posiłków, dostarczania i wydania musi być zgodny z obowiązującymi przepisami dotyczącymi żywienia zbiorowego.
4. Wykonawca zobowiązuje się wykonać przedmiot umowy z zachowaniem należytej staranności, z uwzględnieniem zawodowego charakteru swojej działalności, przy wykorzystaniu całej posiadanej wiedzy i doświadczenia.
5. Wykonawca ponosi pełną odpowiedzialność cywilną, administracyjną i karną za jakość dostarczanych posiłków oraz skutki wynikające z zaniedbań przy ich przygotowaniu i transporcie, mogące mieć wpływ na zdrowie żywionych osób
6. Wykonawca przy realizacji zamówienia zobowiązany jest do przestrzegania Zaleceń i Norm obowiązujących i zalecanych przez Instytut Żywności i Żywienia, a także zasad zdrowego żywienia oraz zasad żywienia zbiorowego jak również jakość i zgodność z warunkami umowy.

7. Posiłki będą dostarczane w termosach i pojemnikach, na które Wykonawca posiada odpowiednie atesty i certyfikaty.
8. Transport posiłków odbywa się na koszt Wykonawcy samochodem przystosowanym do przewozu żywności. Wykonawca posiada wymagane dokumenty potwierdzające dostosowanie pojazdu do przewozu żywności.
9. Posiłki muszą być sporządzane w dniu dostawy ze świeżych pełnowartościowych produktów. Dostarczone obiady powinny być gorące i smaczne, a ich temperatura zgodna z zasadami serwowania potraw.
10. Wykonawca zobowiązuje się do niestosowania gotowych potraw konserwowych oraz dostępnych na rynku ulepszaczy smaków jak również gotowych dań w torebkach.
11. Posiłki będą przygotowywane przez osoby posiadające wymagane przepisami pracy zaświadczenie lekarskie wydane na podstawie badań przeprowadzonych do celów sanitarno – epidemiologicznych.
12. Posiłki będą przygotowywane w zakładzie spełniającym wymagania higieniczno-sanitarne dla zakładów produkujących lub wprowadzających do obrotu posiłki, środki spożywcze.
13. Wykonawca jest zobowiązany do przechowywania próbek posiłków do celów sanitarno-epidemiologicznych zgodnie z obowiązującymi w tym zakresie przepisami.
14. Wykonawca zobowiązany jest do odbioru, wywożenia i utylizacji odpadów związanych z usługą żywienia w COM i ponosi tym samym odpowiedzialność za gospodarowanie tymi odpadami oraz ponosi koszty z tym związane zgodnie z ustawą z dnia 14 grudnia 2012 r. o odpadach (Dz. U. z 2023 r. poz. 1587 ze zm.).
15. Wykonawca jest zobowiązany do odbioru odpadów z COM we własnych naczyniach w tym samym dniu, w którym zostały dostarczone posiłki, ewentualnie najpóźniej w dniu następnym.
16. Wykonawca jest gotowy do realizowania przedmiotu umowy w przypadku zakłócenia procesu technologicznego (z przyczyn niezależnych, braku energii elektrycznej, braku wody itp.) wytwarzanych posiłków. Wykonawca powinien posiadać porozumienie z firmą gastronomiczną na użyczenie kuchni produkcyjnej na wypadek w/w awarii.
17. Wykonawca ponosi pełną odpowiedzialność za ewentualne szkodliwe dla zdrowia skutki mogące wystąpić u osób korzystających z przygotowanych przez niego posiłków.
18. Wykonawca nie może powierzyć wykonania usługi innym osobom trzecim.
19. Wykonawca zatrudnia osoby wykonujące wskazane przez Zamawiającego w opisie przedmiotu zamówienia czynności na podstawie umowy o pracę w zakresie realizacji przedmiotu umowy.
20. W trakcie realizacji umowy Zamawiający uprawniony jest do wykonywania czynności kontrolnych wobec Wykonawcy odnośnie spełniania przez Wykonawcę lub podwykonawcę wymogu określonego w ust. 19, w szczególności do:
  - a) żądania oświadczenia w zakresie potwierdzenia spełniania tego wymogu i dokonywania jego oceny,
  - b) żądania wyjaśnień w przypadku wątpliwości w zakresie potwierdzenia spełniania tego wymogu,
  - c) przeprowadzania kontroli na miejscu wykonywania świadczenia.
21. Każdorazowo na żądanie Zamawiającego w terminie wskazanym przez niego nie krótszym niż 7 dni, Wykonawca zobowiązany jest do przedłożenia Zamawiającemu oświadczenia o zatrudnieniu na podstawie umowy o pracę osób wykonujących czynności, określonych w SWZ. Oświadczenie to powinno zawierać w szczególności: dokładne określenie podmiotu składającego oświadczenie, datę złożenia oświadczenia, wskazanie, że objęte wezwaniem czynności wykonują osoby zatrudnione przez wykonawcę na podstawie umowy o pracę wraz ze wskazaniem liczby tych osób,

rodzaju umowy o pracę i wymiaru etatu oraz podpis osoby uprawnionej do złożenia oświadczenia w imieniu Wykonawcy .

22. Nieprzedłożenie przez Wykonawcę dokumentów określonych w ust. 21, w terminie wskazanym przez Zamawiającego będzie traktowane jako niewypełnienie obowiązku zatrudnienia pracowników świadczących czynności na podstawie umowy o pracę. Wykonawca zapłaci zamawiającemu karę umowną w wysokości określonej w § 6 ust.5
23. Zamawiający może zwrócić się o przeprowadzenie kontroli przez Państwową Inspekcję Pracy.

### §3

#### PODWYKONAWCY

1. Zamawiający, działając na podstawie art. 462 ust. 2 ustawy Prawo zamówień publicznych, określa, że wszystkie czynności składające się na przedmiot umowy mają charakter czynności kluczowych. Do czynności kluczowych zalicza się w szczególności:
  - a) przygotowywanie posiłków zgodnie z normami żywieniowymi i sanitarnymi,
  - b) porcjowanie posiłków i ich pakowanie,
  - c) transport posiłków do COM oraz do miejsc zamieszkania osób wskazanych przez OPS,
  - d) wydawanie posiłków odbiorcom,
  - e) prowadzenie dokumentacji żywieniowej, rozliczeniowej i jadłospisów,
  - f) czynności związane z przetwarzaniem danych osobowych uczestników COM oraz osób wskazanych przez OPS.
2. Wykonawca jest zobowiązany do osobistego wykonania wszystkich czynności kluczowych, o których mowa w ust. 1. Powierzenie podwykonawcom realizacji jakiegokolwiek czynności kluczowej jest zabronione.
3. Wykonawca może powierzyć podwykonawcom wyłącznie czynności pomocnicze, niemające wpływu na prawidłowe przygotowanie, transport, wydawanie posiłków oraz niezwiązane z przetwarzaniem danych osobowych. Do czynności pomocniczych mogą należeć jedynie zadania techniczne lub serwisowe, niezwiązane bezpośrednio ze świadczeniem usług żywieniowych.
4. Jeżeli Wykonawca zamierza powierzyć wykonanie czynności pomocniczych podwykonawcom, jest zobowiązany uzyskać zgodę Zamawiającego przed przystąpieniem podwykonawcy do realizacji czynności oraz przedłożyć:
  - a) projekt umowy o podwykonawstwo,
  - b) wykaz powierzonych czynności,
  - c) dane podwykonawcy.
5. Zmiana podwykonawcy lub zakresu powierzonych mu czynności wymaga pisemnej zgody Zamawiającego pod rygorem nieważności.
6. Wykonawca ponosi pełną odpowiedzialność za działania, zaniechania i szkody spowodowane przez podwykonawców jak za działania własne.
7. W przypadku powierzenia podwykonawcy czynności bez zgody Zamawiającego, Zamawiający może:
  - a) nałożyć karę umowną zgodnie z § 6 ust 3
  - b) żądać niezwłocznego zaprzestania realizacji czynności przez podwykonawcę,
  - c) rozwiązać umowę z winy Wykonawcy, jeżeli naruszenie ma charakter istotny.

## §4

### TERMIN I MIEJSCE WYKONANIA PRZEDMIOTU UMOWY

1. Strony ustalają następujące terminy realizacji przedmiotu umowy: **od dnia 01.01.2026r. do dnia 31.12.2026r.**
2. Miejsce wykonywania usługi Centrum Opiekuńczo Mieszkalne w Brzostowej Górze, Brzostowa Góra 110, 36- 110 Majdan Królewski , o którym mowa w **§1 ust. 2 lit. a) i lit. c).**
3. Miejsca zamieszkania osób uprawnionych lub inne lokalizacje wskazane przez OPS- zakres terytorialny świadczenia usług obejmuje teren Gminy Majdan Królewski ,którym przyznano pomoc na podstawie decyzji administracyjnej o których mowa w **§ 1 ust.2 lit. b) i lit. d).**

## §5

### CENA I WARUNKI PŁATNOŚCI

1. Zamawiający nie dopuszcza możliwości zmiany ceny występującej w toku realizacji przedmiotu umowy, nawet w przypadku zmiany cen surowców, energii i paliw oraz podatku VAT.
2. Cena jednostkowa kosztu przygotowania i dostawy i wydania jednego dziennego zestawu posiłków
  - 1) dla uczestników dziennych w COM (tj. śniadanie , jednodaniowy obiad),
    - cena netto wynosi ..... złotych (słownie: ..... złotych)
    - stawka podatku VAT....%
    - cena brutto wynosi..... złotych (słownie:.....złotych brutto dla jednej osoby w COM/
  - 2) dla uczestników całodobowych w COM (tj. śniadanie, jednodaniowy obiad, kolacja):
    - cena netto wynosi.....złotych ( słownie : ..... złotych )
    - stawka podatku VAT ....%
    - cena brutto wynosi.....złotych (słownie : .....złotych)

z tym że maksymalne wynagrodzenie brutto za realizację przez Wykonawcę przedmiotu umowy na rzecz COM nie przekroczy kwoty :.....zł. (słownie :..... złotych). W cenie jednostkowej ujęto wszystkie składniki tj. surowce, przygotowanie, dostarczenie
- 3) dla osób wskazanych przez OPS, którym przyznano pomoc w formie posiłku na podstawie decyzji administracyjnych (tj. jednodaniowy obiad)
  - cena netto wynosi.....złotych (słownie : .....złotych)
  - stawka podatku VAT.....%
  - cena brutto wynosi..... złotych ( słownie : ..... złotych )

W tym koszty dowozu z poz 3)

  - cena netto wynosi..... złotych (słownie : ..... złotych)
  - stawka podatku VAT .....%
  - cena brutto wynosi ..... złotych ( słownie : ..... złotych)

z tym że maksymalne wynagrodzenie brutto za realizację przez wykonawcę całości przedmiotu umowy na rzecz OPS nie przekroczy kwoty :.....zł. ( słownie : .....złotych). W cenie jednostkowej ujęto wszystkie składniki tj. surowce, przygotowanie, dostarczenie i wydanie posiłków
- 4) Razem wynagrodzenie za całość zamówienia na rzecz COM i na rzecz OPS:
  - cena netto .....złotych (słownie : ..... złotych)

- cena brutto .....złotych ( słownie : ..... złotych )

3. Zamawiający płacić będzie Wykonawcy wynagrodzenie za wydane posiłki , o których mowa w § 1 na podstawie faktur VAT, za okresy miesięczne. Faktura VAT jest wystawiana na podstawie zatwierdzonego przez Zamawiającego zestawienia liczby posiłków przygotowanych i dostarczonych przez Wykonawcę w danym okresie rozliczeniowym tj. w danym miesiącu kalendarzowym.
4. Wykonawca wystawia faktury VAT po zakończeniu danego miesiąca kalendarzowego na podstawie zatwierdzonego przez Zamawiającego za ten miesiąc zestawienia liczby posiłków faktycznie przygotowanych i dostarczonych przez Wykonawcę.
5. Kwotę wynagrodzenia za wydane posiłki w danym okresie rozliczeniowym ustala się na podstawie odpowiednio ceny jednostkowej, o której mowa w ust. 2, pkt 1), 2) i 3), oraz liczby posiłków wydanych w tym okresie, zatwierdzonej przez Zamawiającego w zestawieniach.
6. Faktury należy wystawiać na:  
**NABYWCA: Gmina Majdan Królewski, ul. Rynek 1A, 36-110 Majdan Królewski, NIP: 8141587980**  
**ODBIORCA: Ośrodek Pomocy Społecznej w Majdanie Królewskim, Rynek 1 A, 36-110 Majdan Królewski ( OPS )**  
**dla Centrum Opiekuńczo - Mieszkalnego z dopiskiem „COM”**
7. Wynagrodzenie Wykonawcy za posiłki, ustalone zgodnie z postanowieniami § 5 ust. 2 stanowi całkowite wynagrodzenie jakie przysługuje mu z tytułu realizacji niniejszej umowy.
8. Wartość wynagrodzenia za wydane posiłki w danym miesiącu kalendarzowym będzie ustalana na podstawie iloczynu ilości dostarczonych w tym miesiącu posiłków i ich ceny jednostkowej, o której odpowiednio mowa w ust. 2 zgodnie z postanowieniami ust. 5.
9. Wynagrodzenie będzie płatne przelewem na rachunek bankowy Wykonawcy wskazany w fakturze VAT, w terminie **30** dni od dnia otrzymania przez Zamawiającego prawidłowo wystawionej faktury VAT.
10. Wykonawca nie może bez zgody Zamawiającego przenieść wierzytelności wynikających z niniejszej umowy na osoby trzecie.
11. Stosownie do treści art. 439 ust. 1 ustawy z dnia 11 września 2019 r. – Prawo zamówień publicznych, zmiana wynagrodzenia Wykonawcy może nastąpić na wniosek w przypadku zmiany cen materiałów lub kosztów związanych z realizacją zamówienia objętego niniejszą umową, na warunkach określonych w ust. 12–17.
12. Zmiana cen materiałów lub kosztów oznacza zarówno ich wzrost, jak i spadek w stosunku do wartości przyjętych w ofercie Wykonawcy, stanowiącej załącznik do niniejszej umowy.
13. Waloryzacja wynagrodzenia dopuszczalna jest tylko raz w okresie obowiązywania niniejszej umowy, nie wcześniej niż po upływie 6 miesięcy od dnia wejścia w życie niniejszej umowy.
14. Każda ze stron umowy może żądać zmiany wysokości wynagrodzenia Wykonawcy, jeśli wskaźnik cen towarów i usług konsumpcyjnych ogółem, ogłoszony w komunikacie Prezesa Głównego Urzędu Statystycznego (GUS) za ostatni kwartał poprzedzający dzień złożenia wniosku o waloryzację, wzrośnie lub spadnie o co najmniej 5% w stosunku do wysokości tego wskaźnika za ostatni kwartał poprzedzający dzień zawarcia niniejszej umowy.
15. Waloryzacja nie dotyczy wynagrodzenia za usługi wykonane przed końcem miesiąca, w którym złożono wniosek, ani za usługi, które zgodnie z umową miały być wykonane do końca tego miesiąca.
16. Strona zainteresowana waloryzacją składa drugiej stronie pisemny wniosek o dokonanie waloryzacji wynagrodzenia, wraz z uzasadnieniem wskazującym:
  - a) wysokość wskaźnika GUS,
  - b) przedmiot i wartość usług podlegających waloryzacji.

- c) waloryzacja dotyczy usług realizowanych od pierwszego dnia miesiąca następującego po złożeniu wniosku.
- 17. W przypadku wzrostu lub spadku wskaźnika GUS, waloryzacja polega na odpowiednim wzroście lub obniżeniu wynagrodzenia brutto za usługi realizowane od pierwszego dnia miesiąca następującego po złożeniu wniosku, w wysokości odpowiadającej procentowej zmianie wskaźnika GUS, nie więcej niż 4 % wynagrodzenia brutto Wykonawcy zgodnie z § 5 ust. 2 pkt 4.
- 18. W wyjątkowych przypadkach, gdy zmiana kosztów będzie znacząca, strony mogą uzgodnić inną wysokość waloryzacji, nieprzekraczającą maksymalnie 4 % wynagrodzenia brutto Wykonawcy zgodnie z § 5 ust. 2 pkt 4.

## § 6

### KARY UMOWNE

1. Z tytułu niewykonania lub nienależytego wykonania Umowy stronom przysługują kary umowne.
2. Strony ustalają odpowiedzialność za niewykonanie lub nienależyte wykonanie zobowiązań umownych w formie kar umownych w następujących przypadkach i wysokościach:
  - 1) **Wykonawca zapłaci Zamawiającemu karę umowną:**
    - a) w przypadku zwłoki w dostarczeniu posiłków, która przekroczy 30 minut – w wysokości 500,00 PLN za każdą zwłokę,
    - b) w przypadku nienależytego wykonania Umowy polegającego na nieprzestrzeganiu warunków przygotowywania, wydawania posiłków i nieprzestrzeganiu warunków realizacji przedmiotu umowy, a w szczególności na:
      - niedostarczeniu posiłku przez Wykonawcę,
      - wydaniu niekompletnego posiłku,
      - wydaniu posiłku o zaniżonej gramaturze,
      - wydaniu posiłku o niewłaściwej temperaturze,
      - zastosowaniu dodatków do żywności niewskazanych w diecie dla osób starszych, chorych, niepełnosprawnych
      - wydaniu posiłków niezgodnych z dekadowym zestawieniem posiłków
      - niewywieżenia odpadów z COM,
      - niewypełnienia obowiązku, dostarczenia przez Wykonawcę posiłków zgodnie z dekadowym zestawieniem posiłków stanowiącym załącznik nr 1 do umowy w wysokości 500,00 PLN za każde stwierdzenie przypadku nienależytego wykonania umowy określonego powyżej.
  - Trzykrotne stwierdzenie takiego przypadku może skutkować natychmiastowym rozwiązaniem umowy przez Zamawiającego – bez zachowania terminu wypowiedzenia.
  - c) w przypadku odstąpienia od Umowy przez Zamawiającego z przyczyn leżących po stronie Wykonawcy - w wysokości 10 % maksymalnego wynagrodzenia brutto, o którym mowa w § 5 ust. 2 pkt 4.
  - d) za powierzenia podwykonawcy czynności bez zgody Zamawiającego w wysokości 0,2 % maksymalnego wynagrodzenia brutto o którym mowa w § 5 ust. 2 pkt 4
- 2) **Zamawiający zapłaci Wykonawcy karę umowną** w przypadku odstąpienia od Umowy przez Wykonawcę z przyczyn zawinionych przez Zamawiającego w wysokości 10% maksymalnego wynagrodzenia brutto, o którym mowa w § 5 ust. 2 pkt 4, z wyjątkiem wystąpienia okoliczności, o których mowa w art. 456 ustawy PZP.



3. W przypadku niezatrudnienia przy realizacji przedmiotu umowy osób zgodnie z § 4 ust. 21 umowy lub nieprzedstawienia Zamawiającemu na jego żądanie umów o pracę dokumentujących świadczenie pracy, Wykonawca zapłaci Zamawiającemu karę umowną każdorazowo w wysokości 1000 zł za każdą osobę niezatrudnioną na umowę o pracę.
4. Strony mogą dochodzić odszkodowania uzupełniającego na zasadach ogólnych Kodeksu Cywilnego, jeżeli szkoda przekracza wysokość kar umownych.
5. Wykonawca wyraża zgodę na potrącenie kar umownych z należności powstałych po stronie Wykonawcy w związku z realizacją niniejszej umowy.
6. Łączna maksymalna wysokość kar umownych, o których mowa w niniejszym paragrafie, naliczona jednej stronie umowy, nie może przekroczyć 30% maksymalnego wynagrodzenia brutto, o której mowa w § 5 ust. 2 pkt 4.

## § 7

### ODSTĄPIENIE OD UMOWY

1. Poza przypadkami wynikającymi z przepisów prawa Zamawiający może odstąpić od niniejszej umowy, bez wyznaczania Wykonawcy dodatkowego terminu na wykonanie zobowiązania, w przypadku, gdy Wykonawca realizuje umowę w sposób nierzetelny lub nieterminowy.
2. Zamawiający może odstąpić od Umowy w przypadku:
  - 1) trzykrotnej zwłoki (przekraczającej 30 minut) Wykonawcy w wydaniu posiłków w okresie obowiązywania Umowy,
  - 2) trzykrotnego niewydania posiłków w okresie obowiązywania Umowy,
  - 3) trzykrotnego niezastosowania się do zgodności wydanego posiłku z kolejnością określoną w dekadowym zestawieniu posiłków
  - 4) niespełnienia przez Wykonawcę wymogów i standardów jakościowych określonych w Umowie,
  - 5) niedostarczenia na wezwanie Zamawiającego wymaganych prawem atestów, certyfikatów i zaświadczeń związanych z realizowaną usługą.
3. Odstąpienie od Umowy powinno nastąpić w formie pisemnej pod rygorem nieważności i powinno zawierać uzasadnienie.
4. Z uprawnienia do odstąpienia umownego można skorzystać w okresie do 30 dni od dnia, w którym stwierdzone zostały okoliczności stanowiących podstawę do odstąpienia.
5. W przypadku rozwiązania lub odstąpienia od Umowy, Wykonawcy przysługiwać będzie wyłącznie roszczenie o zapłatę wynagrodzenia za prawidłowo zrealizowane usługi do dnia rozwiązania lub odstąpienia od Umowy. W tym celu Zamawiający wraz z Wykonawcą winni ustalić wartość faktycznie wykonanych już usług, a Wykonawca zobowiązuje się współpracować z Zamawiającym w tym zakresie.
6. W razie zaistnienia istotnej zmiany okoliczności powodującej, że wykonanie umowy nie leży w interesie publicznym, czego nie można było przewidzieć w chwili zawarcia Umowy, lub dalsze wykonywanie Umowy może zagrozić istotnemu interesowi bezpieczeństwa państwa lub bezpieczeństwu publicznemu, Zamawiający może odstąpić od Umowy zgodnie z art. 456 ustawy PZP. Wykonawcy nie przysługują z tego tytułu kary umowne od Zamawiającego.
7. Dodatkowo Zamawiający może odstąpić od Umowy jeżeli zachodzi co najmniej jedna z następujących okoliczności:
  - 1) dokonano zmiany Umowy z naruszeniem art. 454 i art. 455 ustawy PZP,
  - 2) Wykonawca w chwili zawarcia Umowy podlegał wykluczeniu na podstawie art. 108 ustawy PZP,
  - 3) Trybunał Sprawiedliwości Unii Europejskiej stwierdził, w ramach procedury przewidzianej w art. 258 Traktatu o funkcjonowaniu Unii Europejskiej, że Rzeczpospolita Polska uchybiła zobowiązaniom, które ciążyą na niej na mocy Traktatów, dyrektywy 2014/24/UE, dyrektywy

2014/25/UE i dyrektywy 2009/81/WE, z uwagi na to, że Zamawiający udzielił zamówienia z naruszeniem prawa Unii Europejskiej.

8. W przypadku, o którym mowa w ust. 7 pkt 1, Zamawiający odstępuje od Umowy w części, której zmiana dotyczy.
9. W przypadkach, o których mowa w ust. 6 i ust. 7 Wykonawca może żądać jedynie wynagrodzenia należnego mu z tytułu wykonania części Umowy.

## **§ 8**

### **UBEZPIECZENIE**

1. W okresie obowiązywania Umowy Wykonawca jest ubezpieczony od odpowiedzialności cywilnej (deliktowej i kontraktowej łącznie) w zakresie prowadzonej działalności na kwotę (sumę ubezpieczenia) minimum 100 000,00 złotych.
2. Wykonawca ma obowiązek zachowania ciągłości ubezpieczenia przez cały okres trwania Umowy. W szczególności, jeśli polisa ubezpieczeniowa wygaśnie w trakcie trwania Umowy, Wykonawca jest zobowiązany ją przedłużyć lub zawrzeć nową polisę wraz z dowodem opłacenia składki, tak aby ochrona ubezpieczeniowa nie została przerwana.
3. Kopia polisy ubezpieczeniowej lub inny dokument, potwierdzający zawarcie umowy ubezpieczenia, o której mowa w ust. 1, wraz dowodem (dowodami) opłacenia pełnej kwoty należnych składek na to ubezpieczenie Wykonawca okazał Zamawiającemu przy zawarciu niniejszej umowy, a kopia polisy stanowi załącznik do tej umowy.

## **§ 9**

### **ZMIANY DO UMOWY**

1. Wszelkie zmiany i uzupełnienia umowy mogą być dokonywane jedynie w formie pisemnej w postaci aneksu do umowy podpisanego przez obydwie strony, pod rygorem nieważności.
2. Zamawiający przewiduje możliwości zmiany Umowy w przypadku zaistnienia następujących okoliczności:
  - 1) Zmiany terminu realizacji zadania w przypadku:
    - a) przypadki losowe (kataklizmy lub inne czynniki zewnętrzne, niemożliwe do przewidzenia wydarzenia, którym nie można zapobiec), które będą miały wpływ na treść zawartej Umowy i termin realizacji usługi,
    - b) zmiana przepisów powodujących konieczność innych rozwiązań niż ustalono w opisie przedmiotu umowy.
  - 2) Pozostałe zmiany:
    - a) w każdym przypadku, gdy zmiana jest korzystna dla Zamawiającego (np. powoduje skrócenie terminu realizacji Umowy, zmniejszenie wartości zamówienia),
    - b) zmiana sposobu rozliczania Umowy lub dokonywania płatności na rzecz Wykonawcy (np. terminu płatności faktury, zmiana okresu rozliczeniowego, zmiana godzin wydawania posiłków, zmiana sposobu wydawania posiłków).

## § 10

### OSOBY DO KONTAKTU

1. Nadzór nad realizacją Umowy, ze strony Wykonawcy pełni ..... (osoba odpowiedzialna za kontakt z Zamawiającym), a ze strony Zamawiającego Kierownik Ośrodka Pomocy Społecznej w Majdanie Królewskim
2. Reklamacje dotyczące posiłków Zamawiający będzie zgłaszać bezpośrednio do Wykonawcy.

## § 11

### POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Specyfikacja Warunków Zamówienia (SWZ) oraz Oferta Wykonawcy stanowią integralną część Umowy.
2. Strony zgodnie oświadczają, że Zamawiający dostarczył Wykonawcy opis przedmiotu zamówienia, stanowiący przedmiot umowy zawierający istotne dla Zamawiającego postanowienia i zobowiązania Wykonawcy oraz, że są one wprowadzone do niniejszej umowy zgodnie z warunkami zamówienia publicznego i stanowią jej integralną część.
3. Strony zgodnie oświadczają, że w związku z przetwarzaniem danych osobowych uczestników COM oraz osób wskazanych przez OPS, Podmiot przetwarzający wykonuje czynności przetwarzania danych na zlecenie Administratora zgodnie z Załącznikiem nr 7 do umowy – Umową powierzenia przetwarzania danych osobowych. Załącznik nr 7 do umowy stanowi integralną część niniejszej umowy.
4. Wszelkie spory związane z wykonaniem umowy będzie rozstrzygał sąd właściwy dla miejsca siedziby Zamawiającego.
5. W sprawach nieuregulowanych w niniejszej umowie stosuje się przepisy ustawy Prawo zamówień publicznych oraz Kodeksu Cywilnego.
6. Umowa została sporządzona w dwóch jednobrzmiących egzemplarzach po jednym dla każdej ze stron.

#### Załączniki:

1. dekadowe zestawienie posiłków - załącznik nr 1 do Umowy,
2. SWZ z dnia 27.11.2025 r wraz z ofertą wykonawcy z dnia ..... - załącznik nr 2 do umowy,
3. Informacja z Centralnej Ewidencji i Informacji o Działalności Gospodarczej Rzeczypospolitej Polskiej lub Wydruk z KRS Wykonawcy - załącznik nr 3 do umowy,
4. Oświadczenie, że numer konta bankowego wskazanego przez Wykonawcę, jest rachunkiem rozliczeniowym wyodrębnionym dla celów prowadzenia działalności gospodarczej oraz, że znajduje się w bazie podatników VAT – załącznik nr 4 do umowy,
5. Oświadczenie Wykonawcy w przedmiocie podatnika VAT – załącznik nr 5 do umowy.
6. Kopia polisy - załącznik nr 6 do umowy
7. Umową powierzenia przetwarzania danych osobowych - załącznik nr 7 do umowy

**ZAMAWIAJĄCY**

**WYKONAWCA**

Majdan Królewski, dnia .....

.....  
nazwa  
.....  
adres  
.....  
NIP  
.....  
imię i nazwisko  
.....  
Pesel/nr dowodu osobistego

### OŚWIADCZENIE

Oświadczam, że numer konta bankowego ....., którego właścicielem jest ....., jest rachunkiem rozliczeniowym wyodrębnionym dla celów prowadzenia działalności gospodarczej oraz że znajduje się w bazie podatników VAT.

Na w/w rachunek będą dokonywane wpłaty z tytułu realizacji przedmiotu zamówienia pn.:

**„Świadczenie usług przygotowania , dostarczania i wydawania posiłków (usługa cateringowa)  
dla uczestników Centrum Opiekuńczo – Mieszkalnego w Brzostowej Górze oraz osób  
wskazanych przez Ośrodek Pomocy Społecznej w Majdanie Królewskim na terenie Gminy  
Majdan Królewski w okresie od 01.01.2026r. do 31.12.2026r”**

.....  
podpis

Majdan Królewski, dnia .....

.....  
nazwa  
.....  
adres  
.....  
NIP  
.....  
imię i nazwisko  
.....  
Pesel/nr dowodu osobistego

### OŚWIADCZENIE

Oświadczam, że jestem czynnym/biernym\* podatnikiem VAT.

Na dzień dzisiejszy firma nie zawiesiła ani nie zaprzestała wykonywania działalności gospodarczej.

Zobowiązujemy się do niezwłocznego pisemnego powiadomienia o zmianach powyższego statusu.

.....  
podpis

\*niepotrzebne skreślić

## UMOWA POWIERZENIA PRZETWARZANIA DANYCH OSOBOWYCH

zawarta w dniu .....jako załącznik do Umowy pn.:

„Świadczenie usług przygotowania, dostarczania i wydawania posiłków (usługa cateringowa) dla uczestników Centrum Opiekuńczo–Mieszkalnego w Brzostowej Górze oraz osób wskazanych przez Ośrodek Pomocy Społecznej w Majdanie Królewskim na terenie Gminy Majdan Królewski w okresie od 01.01.2026 r. do 31.12.2026 r.”

Pomiędzy Gminą Majdan Królewski, Rynek 1A,36 – 110 Majdan Królewski ,NIP 8141587980/  
Reprezentowaną przez Ośrodek Pomocy Społecznej w Majdanie Królewskim w imieniu którego występują:

Pani Józefa Zięba - kierownik Ośrodka, przy kontrasygnacie Pani Marty Buczek – Główniej Księgowej Ośrodka ,zwane dalej „Administratorem danych osobowych”

a :.....

-zwaną dalej „Przetwarzającym dane osobowe” zwanymi dalej „stronami”

**zważywszy , że :**

1. Od dnia 25 maja 2018r. swoje zastosowanie mają przepisy Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych I w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE ( „RODO)
2. RODO wprowadza nowe obowiązki w zakresie powierzenia przetwarzania danych osobowych;
3. Przetwarzający dane świadczy na rzecz Administratora danych osobowych usługi łączące się z koniecznością powierzenia przetwarzanych danych osobowych.
4. Powierzone dane zawierają informacje o osobach fizycznych.

### § 1.

#### **Przedmiot Umowy i powierzenie danych**

1. Administrator danych powierza Podmiotowi przetwarzającemu dane osobowe do przetwarzania w trybie art. 28 ogólnego rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z 27 kwietnia 2016r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych I w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46 /WE (Dz.Urz.UE.L Nr 119, str.1) zwanego w dalszej części umowy „Rozporządzeniem”, na zasadach , w zakresie I w celu określonych w niniejszej umowie.
2. Podmiot przetwarzający zobowiązuje się do przetwarzania powierzonych mu danych osobowych zgodnie z niniejszą umową, Rozporządzeniem oraz innymi przepisami prawa powszechnie obowiązującego, chroniącymi prawa osób, których dane dotyczą.
3. Niniejsza umowa reguluje kwestię powierzenia I ochrony danych osobowych przetwarzanych przez przetwarzającego dane w związku z realizacją usługi cateringowej na rzecz Administratora danych na podstawie Umowy głównej tj. Na „Świadczenie usług przygotowania, dostarczania I wydawania posiłków ( usługa cateringowa) dla uczestników Centrum Opiekuńczo – Mieszkalnego w Brzostowej Górze oraz osób wskazanych przez Ośrodek Pomocy Społecznej w Majdanie Królewskim na terenie Gminy Majdan Królewski w okresie od 01.01.2026r. do 31.12.2026r. zawartej przez Strony w dniu..... w Majdanie Królewskim.

## § 2.

### **Zakres i cel przetwarzania**

1. Cel: realizacja usługi przygotowania, dostarczania i wydawania posiłków.
2. Zakres danych: imię i nazwisko, adres zamieszkania, numer telefonu (jeśli dotyczy), dane dotyczące diety i zdrowia, informacje o obecności i liczbie posiłków.
3. Kategorie osób: uczestnicy COM, osoby wskazane decyzją OPS.
4. Dane mogą obejmować szczególne kategorie danych (art. 9 RODO).
5. Przetwarzający dane jest upoważniony do przetwarzania danych osobowych wyłącznie w zakresie czynności związanych z realizacją usług na podstawie zawartej umowy głównej.
6. Przetwarzający dane zobowiązuje się przetwarzać dane osobowe objęte przedmiotem niniejszej umowy zgodnie z instrukcjami i zaleceniami wydanymi przez Administratora danych osobowych, które mieszczą się w ramach obowiązków nałożonych przez przepisy prawa powszechnie obowiązującego.

## § 3.

### **Obowiązki Podmiotu przetwarzającego**

1. przetwarzanie danych wyłącznie na udokumentowane polecenie Administratora,
2. zapewnienie poufności danych przez osoby dopuszczone do przetwarzania,
3. stosowanie środków technicznych i organizacyjnych zgodnych z art. 32 RODO,
4. prowadzenie dokumentacji upoważnień do przetwarzania,
5. niezwłoczne zgłaszanie naruszeń danych – w ciągu 24 godzin,
6. umożliwienie kontroli przetwarzania danych przez Administratora,
7. udzielanie Administratorowi wsparcia w realizacji obowiązków wynikających z RODO,
8. zwrot lub usunięcie danych po zakończeniu umowy zgodnie z decyzją Administratora.
9. W zakresie przestrzegania przepisów o których mowa w art.32 RODO , przetwarzający dane ponosi odpowiedzialność w takim zakresie jak Administrator danych osobowych. Przetwarzający dane ponosi odpowiedzialność za działania swoich pracowników i innych osób, przy Pomocy których przetwarza powierzone mu dane osobowe , jak za własne działanie i zaniechanie.
10. Podmiot przetwarzający w miarę możliwości pomaga Administratorowi danych w niezbędnym zakresie wywiązać się z obowiązków określonych w art.32-36 RODO.
11. Przetwarzający dane zapewnia, aby osoby upoważnione do przetwarzania danych otrzymały odpowiednie szkolenie z zakresu ochrony danych osobowych oraz postępowały zgodnie z zachowaniem zasad poufności.

## § 4.

### **Podpowierzanie przetwarzania danych**

Podmiot przetwarzający nie może powierzać danych innym podmiotom bez pisemnej zgody Administratora.

## §5.

### **Współpraca stron**

1. Osobą do kontaktu ze strony Administratora danych jest Inspektor Ochrony Danych Osobowych Pan Jakub Smykla tel.882 491 546 , email:Jakub.smykla@hebenpolska.pl
2. Osobą do kontaktu ze strony Podmiotu przetwarzającego jest .....

## **§ 6.**

### **Odpowiedzialność**

1. Podmiot przetwarzający odpowiada za naruszenia przepisów RODO zgodnie z art. 82 RODO.
2. Przetwarzający dane ponosi odpowiedzialność za szkody spowodowane swoim działaniem lub nienależytym wykonaniem obowiązków, które RODO nakłada bezpośrednio na Przetwarzającego w zakresie przetwarzania danych osobowych.
3. Podmiot przetwarzający zobowiązuje się do niezwłocznego poinformowania administratora danych o jakimkolwiek postępowaniu, w szczególności administracyjnym lub sądowym, dotyczącym przetwarzania przez Podmiot przetwarzający danych osobowych określonych w umowie, o jakiegokolwiek decyzji administracyjnej lub orzeczeniu dotyczącym przetwarzania tych danych, skierowanych do Podmiotu przetwarzającego, a także o wszelkich planowanych, o ile są wiadome, lub realizowanych kontrolach i inspekcjach dotyczących przetwarzania w Podmiocie przetwarzającym tych danych osobowych, w szczególności prowadzonych przez inspektorów upoważnionych przez Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych. Niniejszy ustęp dotyczy wyłącznie danych osobowych powierzonych przez Administratora danych.

## **§ 7.**

### **Kontrola przetwarzania danych**

Administrator ma prawo do kontroli sposobu przetwarzania danych przez Podmiot przetwarzający.

## **§ 8.**

### **Czas obowiązywania umowy**

Umowa obowiązuje przez okres trwania Umowy głównej oraz przez czas niezbędny do wykonania obowiązków archiwizacyjnych.

## **§ 9.**

### **Postanowienia końcowe**

1. Umowę sporządzono w dwóch jednobrzmiących egzemplarzach, po jednym dla każdej ze stron.
2. Wszelkie zmiany umowy wymagają formy pisemnej pod rygorem nieważności.
3. W sprawach nieuregulowanych mają zastosowanie : rozporządzenie Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych I w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE ( Dz. Urz. UE. L Nr 119, str.1 ) oraz obowiązujące przepisy prawa polskiego.



## Dekadowe zestawienie posiłków

### poniedziałek – 1 DZIEŃ

#### ŚNIADANIE (506 kcal) 25%

##### Jajecznica ze szczypiorkiem, kanapki z wędliną i warzywami

###### 1. Jajecznica ze szczypiorkiem

Jajo 150 g 3 sztuki Zestaw 2 ≈ 181 kcal  
Olej rzepakowy 5 g poł łyżki Zestaw 2 ≈ 44 kcal  
Pieprz czarny mielony 0,2 g szczypta Zestaw 1 ≈ 1 kcal  
Sol 0,2 g szczypta  
Szczypiorek 5 g 1 łyżeczka Zestaw ≈ 1 kcal

###### 2. Kanapka z wędliną i warzywami

Chleb żytni  
pełnoziarnisty/graham 90 g 3 kromki Zestaw 1 ≈ 192 kcal  
Margaryna Benecol 7,5 g połtorej łyżeczki Zestaw 2 ≈ 34 kcal  
Ogorek 50 g 1 mała sztuka Zestaw 1/3 ≈ 5 kcal  
Pomidor 60 g 1 mała sztuka Zestaw 1/3 ≈ 9 kcal  
Rukola/ sałata/ sałata lodowa/  
roszponka/ mix sałat 10 g 2 liście Zestaw 1/3 ≈ 1 kcal  
Szynka drobiowa 40 g 2 duże plastry Zestaw 2 ≈ 38 kcal

##### Sposób przygotowania:

1. Jaja rozbić i roztrzepać. Przyprawić solą i pieprzem. Smażyć na rozgrzanym oleju do momentu, aż się zetną. Jajecznice podawać posypaną szczypiorkiem.
2. Pieczywo posmarować margaryną. Położyć sałatę, wędlinę, pomidora i ogorka.

#### OBIAD (480 kcal) 25%

##### Dorsz w pomidorach z tymiankiem, ziemniaki pieczone, fasola szparagowa

###### 1. Dorsz w pomidorach z tymiankiem

Czosnek 5 g 1 ząbek Zestaw 1/3 ≈ 6 kcal  
Dorsz surowy filet 150 g 1 sztuka Zestaw 2 ≈ 105 kcal  
Oliwa z oliwek 10 g 2 łyżeczki Zestaw 2 ≈ 88 kcal  
Pieprz czarny mielony 4 g 2 szczypty Zestaw 1 ≈ 10 kcal  
Pomidor 400 g 2 duże sztuki Zestaw 1/3 ≈ 58 kcal  
Przyprawa tymianek 3 g 1 łyżeczka Zestaw 1 ≈ 8 kcal

###### 2. Fasolka szparagowa gotowana na parze

Fasolka szparagowa, mrożona 150 g 1 talerz Zestaw 1 ≈ 36 kcal

###### 3. Ziemniaki pieczone w ziołach

Oliwa z oliwek 5 g 1 łyżeczka Zestaw 2 ≈ 44 kcal  
Przyprawa rozmaryn 1,5 g poł łyżeczki Zestaw 1 ≈ 5 kcal  
Ziemniaki 200 g 4 małe sztuki Zestaw 1/3 ≈ 120 kcal  
Zioła prowansalskie 1,5 g poł łyżeczki

##### Sposób przygotowania:

1. Pomidory pokroić w kostkę. Oliwę rozgrzać na patelni, dodać pokrojone pomidory i czosnek przeciśnięty przez praskę. Smażyć kilka minut i dodać przyprawę. Następnie patelnię przykryć i dusić przez chwilę. Rybę przełożyć do naczynia żaroodpornego i zalać masą z pomidorów. Piec w piekarniku w temperaturze 180 stopni około 35 minut.
2. Fasolę ugotować na parze.
3. Ziemniaki obrać i gotować od rozpoczęcia

wrzenia wody około 10 minut. Odcedzić i po przestudzeniu pokroić w połówki. Na blasze wyłożyć papier do pieczenia i położyć pokrojone ziemniaki. Skropić oliwą z oliwek i przyprawić ziołami. Piec w temperaturze 160 stopni około 30 minut.

### **KOLACJA (407 kcal) 20%**

#### **Galareta z kurczaka z pieczywem**

Chleb żytni

pełnoziarnisty/graham 90 g 3 kromki Zestaw 1 ≈ 203 kcal

Margarina Benecol 10 g 2 łyżeczki Zestaw 2 ≈ 45 kcal

Filet z kurczaka 100 g 1 porcja Zestaw 2 ≈ 99 kcal

Liść laurowy 1 g 1 sztuka Zestaw 1 ≈ 3 kcal

Marchew 50 g 1 sztuka Zestaw 1/3 ≈ 10 kcal

Przyprawa Jarzynka 5 g 1 łyżeczka Zestaw 1 ≈ 5 kcal

Seler korzeniowy 20 g 1 kawałek Zestaw 1/3 ≈ 3 kcal

Sok z cytryny 10 g 1 łyżka Zestaw 1 ≈ 2 kcal

Żelatyna 10 g 1 pełna łyżeczka Zestaw 2 ≈ 34 kcal

Ziele angielskie 1 g 1 ziarenko Zestaw 1 ≈ 3 kcal

**Sposób przygotowania:** Warzywa obrać i razem z mięsem włożyć do garnka. Zalać dwoma szklankami wody i gotować około 30 minut. Wywar ostudzić i przecedzić. Mięso pokroić w plasterki, marchewkę w kostkę. Żelatynę rozpuścić w 1 niepełnej szklance gorącego wywaru i przestudzić. Mięso i marchewkę umieścić w małej miseczce, zalać żelatyną i odstawić do stężenia. Gotową galaretę polać sokiem z cytryny. Zjeść z pieczywem posmarowanym margaryną.

## **Wtorek 2 DZIEŃ**

### **ŚNIADANIE (464 kcal) 25%**

#### **Salatka tuńczykowa z awokado i pomidorkami koktajlowymi, pieczywo**

Awokado 80 g 4 porcje Zestaw 2 ≈ 128 kcal

Chleb żytni

pełnoziarnisty/graham 90 g 3 kromki Zestaw 1 ≈ 192 kcal

Natka pietruszki 6 g 1 łyżka Zestaw 1/3 ≈ 2 kcal

Pieprz czarny mielony 0,2 g szczypta Zestaw 1 ≈ 1 kcal

Pomidorki koktajlowe 100 g 5 sztuk Zestaw 1/3 ≈ 14 kcal

Sok z cytryny 10 g 1 łyżka Zestaw 1 ≈ 2 kcal

Sól 0,2 g szczypta

Tuńczyk w sosie własnym 90 g 3 łyżki Zestaw 2 ≈ 86 kcal

**Owoc**

Mandarynka 100 g 2 sztuki Zestaw 1/3 ≈ 39 kcal

**Sposób przygotowania:** Awokado obrać ze skory, pokroić w kostkę, skropić sokiem z cytryny i przełożyć do miski. Dodać pomidorki przekrojone na pół, odsączonego z zalewy tuńczyka, przyprawy i posiekaną natkę pietruszki. Wszystko wymieszać. Podawać z pieczywem.

### **OBIAD (525 kcal) 25%**

#### **Leniwe pierogi na słodko**

Jajo 50 g 1 sztuka Zestaw 2 ≈ 60 kcal

Mąka orkiszowa 10 g 1 łyżka Zestaw 1 ≈ 34 kcal

Przyprawa cynamon 3 g 1 łyżeczka Zestaw 1 ≈ 7 kcal

Ser twarogowy półtłusty 200 g 10 plasterków Zestaw 2 ≈ 266 kcal

Skrobia ziemniaczana 12 g 1 łyżeczka Zestaw 1 ≈ 41 kcal

Cukier waniliowy 5 g 1 łyżeczka Zestaw 1 ≈ 20 kcal

#### **Sos jogurtowy**

Jogurt naturalny 50 g 2 łyżki Zestaw 1/2 ≈ 30 kcal

Erytrol 10 g 1 łyżka

Wiorki kokosowe 6 g 1 łyżka Zestaw 2 ≈ 36 kcal

Truskawki mrożone 110 g 11 sztuk Zestaw 1/3 ≈ 31 kcal

**Sposób przygotowania:** Twaróg włożyć do miski razem z jajkiem, cukrem i dokładnie rozgnieść praską do ziemniaków. Na stolnicę wysypać 2 łyżki mąki orkiszowej i łyżeczkę mąki ziemniaczanej, wyłożyć ser z jajkiem. Zagnieść szybko składniki łącząc je w kulę, w razie potrzeby podsypać stolnicę niewielką ilością mąki. Ciasto podzielić na 4 części, z każdej uformować wałek, w razie potrzeby podsypując mąką, następnie rozplaszczyc go szerokim nożem i kroić ukośnie na kawałki. Zagotować wodę w dużym garnku i włożyć kluski. Gotować przez około minutę od wypłynięcia na powierzchnię. Wyłowić łyżką cedzakową i wyłożyć na talerz. Podawać z sosem jogurtowym.

Jogurt wymieszać z erytrole i wiorkami kokosa.

#### **KOLACJA (386 kcal) 20%**

##### **Pasta z awokado, hummusu i suszonych pomidorów, pieczywo, pomidorki**

Awokado 70 g poł sztuki Zestaw 2 ≈ 112 kcal

Pomidorki koktajlowe 100 g 1 garść Zestaw 1/3 ≈ 26 kcal

Suszone pomidory w oleju 20 g sztuka Zestaw 1 ≈ 43 kcal

Hummus 30 g 2 łyżeczki Zestaw 1 ≈ 71 kcal

Chleb żytni

pełnoziarnisty/graham 60 g 2 kromki Zestaw 1 ≈ 134 kcal

**Sposób przygotowania:** Awokado obrać ze skory, posiekać w drobną kostkę wraz z pomidorami suszonymi, wymieszać z hummusem. Doprawić wedle uznania. Pastę przełożyć na pieczywo, spożyć z pomidorkami.

## **Środa – 3 DZIEŃ**

#### **ŚNIADANIE (493 kcal) 25%**

##### **Czekoladowa owsianka ze skyrem, śliwkami i orzechami**

Śliwki 80 g 4 sztuki Zestaw 1/3 ≈ 34 kcal

Cynamon 1 g 1 szczypta Zestaw 1 ≈ 2 kcal

Płatki owsiane 50 g 5 łyżek Zestaw 1 ≈ 183 kcal

Jogurt skyr naturalny 150 g kubek Zestaw ≈ 93 kcal

Kakao w proszku 5 g 1 łyżeczka Zestaw 1/2 ≈ 22 kcal

Orzechy włoskie 8 g 2 sztuki Zestaw 2 ≈ 52 kcal

Czekolada gorzka 10 g 2 kostki Zestaw 1/2 ≈ 55 kcal

Mleko 1,5% 110 g poł szklanki Zestaw 1/2 ≈ 52 kcal

**Sposób przygotowania:** Śliwki poddusić na patelni z wodą i cynamonem. Płatki wymieszać z jogurtem, mlekiem, kakao i odstawić do napęcznienia. Następnie ułożyć na wierzchu śliwki, orzechy włoskie i kawałki czekolady.

#### **OBIAD (457 kcal) 25%**

##### **Filet z indyka w ziołach z ryżem, buraki tarte**

###### **1. Buraki tarte**

Burak 150 g 3 małe sztuki Zestaw 1/3 ≈ 43 kcal  
Cebula 25 g 1/2 małej sztuki Zestaw 1/3 ≈ 7 kcal  
Pieprz czarny mielony 0,2 g szczypta Zestaw 1 ≈ 1 kcal  
Sok z cytryny 3 g 1 łyżeczka Zestaw 1 ≈ 1 kcal

## 2. Filet z indyka w ziołach

Czosnek 2,5 g 1/2 małej sztuki Zestaw 1/3 ≈ 3 kcal  
Filet z indyka 150 g porcja Zestaw 2 ≈ 126 kcal  
Oliwa z oliwek 10 g 2 łyżeczki Zestaw 2 ≈ 88 kcal  
Przyprawa bazylii 1,5 g poł łyżeczki Zestaw 1 ≈ 3 kcal  
Przyprawa oregano 0,2 g szczypta Zestaw 1 ≈ 1 kcal  
Przyprawa rozmaryn 1,5 g poł łyżeczki Zestaw 1 ≈ 5 kcal  
Przyprawa tymianek 1,5 g poł łyżeczki Zestaw 1 ≈ 4 kcal

## 3. Ryż

Ryż basmati 50 g poł woreczka Zestaw 1 ≈ 175 kcal

### Sposób przygotowania:

1. Buraki ugotować i zetrzeć na tarce o grubych oczkach. Cebulę drobno posiekać. Buraki połączyć z cebulą, doprawić pieprzem, sokiem z cytryny. Wszystkie składniki dokładnie wymieszać.
2. Zioła wymieszać w miseczce z 2 łyżeczkami oliwy z oliwek, do powstałej masy przełożyć mięso, nacierać i odstawić do lodówki na około 20 minut. Następnie mięso zawinięte w folię aluminiową piec w piekarniku w temperaturze 200 stopni przez około 25 minut.
3. Ryż ugotować w wodzie z dodatkiem soli.

## KOLACJA (404 kcal) 20%

### Jaja faszerowane, kanapki z sałatą i pomidorem, owoc

#### 1. Jaja faszerowane

Czosnek w proszku 0,2 g szczypta Zestaw 1 ≈ 1 kcal  
Jajo 100 g 2 sztuki Zestaw 2 ≈ 121 kcal  
Jogurt naturalny 20 g 4 łyżeczki Zestaw 1/2 ≈ 12 kcal  
Papryka słodka mielona 0,2 g szczypta Zestaw 1 ≈ 1 kcal  
Pieprz czarny mielony 0,2 g szczypta Zestaw 1 ≈ 1 kcal  
Sol 0,2 g szczypta  
Szcypiorek 10 g 2 łyżeczki Zestaw ≈ 3 kcal  
Szynka drobiowa 20 g 2 plastry Zestaw 2 ≈ 19 kcal

#### 2. Kanapki z sałatą i pomidorem

Chleb żytni  
pełnoziarnisty/graham 60 g półtorej dużej kromki  
Zestaw 1 ≈ 128 kcal  
Margaryna Benecol 7,5 g półtorej łyżeczki Zestaw 2 ≈ 34 kcal  
Pomidor 60 g 1 mała sztuka Zestaw 1/3 ≈ 9 kcal  
Rukola/ sałata/ sałata lodowa/  
roszponka/ mix sałat 10 g 2 liście Zestaw 1/3 ≈ 1 kcal

#### 3. Owoc

Jabłko 220 g 1 duża sztuka Zestaw 1/3 ≈ 74 kcal

### Sposób przygotowania:

1. Jajka ugotować na twardo (7 minut). Przekroić na poł. Wyjąć żółtka. Szynkę i szcypiorek pokroić i wymieszać z żółtkiem, jogurtem, czosnkiem, solą i pieprzem. Nałożyć na połowki białka. Posypać czerwoną papryką.
2. Chleb posmarować margaryną. Położyć sałatę i plasterki pomidora.

## Czwartek – 4 DZIEŃ

### ŚNIADANIE (471 kcal) 25%

#### Omlet pełnoziarnisty z szynką i suszonym pomidorem, sałatka z ogórka i papryki, pieczywo

##### 1. Pieczywo

Chleb żytni

pełnoziarnisty/graham 60 g 2 kromki Zestaw 1 ≈ 133 kcal

##### 2. Omlet pełnoziarnisty z szynką i pomidorem suszonym

Cebula 15 g plaster Zestaw 1/3 ≈ 4 kcal

Jajo 100 g 2 sztuki Zestaw 2 ≈ 121 kcal

Mąka pszenna pełnoziarnista 20 g 2 łyżeczki Zestaw 1 ≈ 62 kcal

Oliwa z oliwek 5 g 1 łyżeczka Zestaw 2 ≈ 44 kcal

Pieprz czarny mielony 0,2 g szczypta Zestaw 1 ≈ 1 kcal

Sol 0,2 g szczypta

Suszone pomidory w oleju 20 g 1 sztuka Zestaw 1 ≈ 43 kcal

Szynka drobiowa 20 g 1 duży plaster Zestaw 2 ≈ 19 kcal

##### 3. Sałatka z ogórka i papryki

Cebula 15 g plaster Zestaw 1/3 ≈ 4 kcal

Jogurt naturalny 25 g 1 łyżka Zestaw 1/2 ≈ 15 kcal

Koper 6 g 1 łyżka Zestaw 1/3 ≈ 1 kcal

Ogorek 100 g 1 średnia sztuka Zestaw 1/3 ≈ 9 kcal

Papryka 60 g 1/2 małej sztuki Zestaw 1/3 ≈ 14 kcal

Pieprz czarny mielony 0,2 g szczypta Zestaw 1 ≈ 1 kcal

Sol 0,2 g szczypta

##### Sposób przygotowania:

2. Pomidora, cebulę i szynkę drobno pokroić. Jajo rozbełtać widelcem, dodać mąkę i delikatnie wymieszać z pokrojonymi składnikami. Doprawić solą i pieprzem. Oliwę rozgrzać, wylać masę jajeczną i smażyć z obu stron do ścięcia się jaja.

3. Ogorka obrać ze skory i razem z papryką pokroić w kostkę. Dodać jogurt, posiekaną cebulę, koper i przyprawy. Wszystko wymieszać.

### OBIAD (476 kcal) 25%

#### Pulpety z indyka w sosie koperkowym z kaszą i surówką, owoc

##### 1. Kasza

Kasza jęczmienna 50 g poł woreczka Zestaw 1 ≈ 164 kcal

##### 2. Owoc

Mandarynka 100 g 2 sztuki Zestaw 1/3 ≈ 39 kcal

##### 3. Pulpety z indyka

Białko jaja 30 g 1 sztuka Zestaw 2 ≈ 15 kcal

Cebula 25 g 1/2 sztuki Zestaw 1/3 ≈ 7 kcal

Filet z indyka, mielony 100 g porcja Zestaw 2 ≈ 84 kcal

Pieprz czarny mielony 0,2 g szczypta Zestaw 1 ≈ 1 kcal

Przyprawa majeranek 3 g 1 łyżeczka Zestaw 1 ≈ 8 kcal

Sol 0,2 g szczypta

##### 4. Sałata z pomidorem i szczypiorkiem

Bazylija świeża 6 g 2 łyżeczki Zestaw 1/2 ≈ 1 kcal

Oliwa z oliwek 10 g 2 łyżeczki Zestaw 2 ≈ 88 kcal

Pieprz czarny mielony 0,2 g szczypta Zestaw 1 ≈ 1 kcal

Pomidor 60 g 1 mała sztuka Zestaw 1/3 ≈ 9 kcal

Rukola/ sałata/ sałata lodowa/

roszponka/ mix sałat 50 g 10 liści Zestaw 1/3 ≈ 5 kcal

Sol 0,2 g szczypta

Szczypiorek 10 g 2 łyżeczki Zestaw ≈ 3 kcal

### 5. Sos koperkowy

Jarzynka 0,2 g *szczypta*

Jogurt naturalny 75 g 1/2 kubka Zestaw 1/2 ≈ 45 kcal

Koper 20 g 4 łyżeczki Zestaw 1/3 ≈ 5 kcal

Pieprz czarny mielony 0,2 g *szczypta* Zestaw 1 ≈ 1 kcal

#### Sposób przygotowania:

1. Kaszę ugotować wg instrukcji na opakowaniu.

3. Do mięsa dodać sol, pieprz, majeranek, białko jaja i drobno pokrojoną cebulę. Wyrobić masę. Formować pulpeciki, wrzucać je do wrzącej wody i gotować około 20 minut.

4. Sałatę porwać na mniejsze kawałki, dodać pokrojonego pomidora i posiekany szczypiorek. Przyprawić. Wymieszać z oliwą.

5. Do garnka wlać 1/2 szklanki wody i zagotować. Przyprawić jarzynką i pieprzem. Na koniec wlać jogurt wymieszany z łyżeczką maki. Zagotować. Dodać posiekany koperek. Gotowym sosem polać ziemniaki i pulpety.

## KOLACJA (449 kcal) 20%

### Sałatka jarzynowa, pieczywo

Cebula 25 g 1/2 małej sztuki Zestaw 1/3 ≈ 7 kcal

Chleb żytni

pełnoziarnisty/graham 60 g 2 kromki Zestaw 1 ≈ 128 kcal

Groszek zielony 15 g łyżka Zestaw 1/3 ≈ 7 kcal

Jabłko 60 g 1/2 małej sztuki Zestaw 1/3 ≈ 20 kcal

Jajo 100 g 2 sztuki Zestaw 2 ≈ 121 kcal

Jogurt naturalny 50 g 2 łyżki Zestaw 1/2 ≈ 30 kcal

Majonez 10 g 1 łyżeczka Zestaw 2 ≈ 71 kcal

Kukurydza konserwowa 15 g 1 łyżka Zestaw 1/3 ≈ 15 kcal

Marchew 50 g 1 sztuka Zestaw 1/3 ≈ 10 kcal

Margaryna Benecol 5 g 1 łyżeczka Zestaw 2 ≈ 23 kcal

Ogorek kiszony 50 g 1 sztuka Zestaw 1/3 ≈ 6 kcal

Pietruszka, korzeń 40 g 1 sztuka Zestaw 1/3 ≈ 11 kcal

#### Sposób przygotowania:

Jaja, marchew i pietruszkę ugotować. Jabłko obrać ze skórki, wyciąć gniazdo nasienne i pokroić w drobną kostkę. Cebulę, ogorka, marchew, pietruszkę i jaja pokroić w kostkę. Jogurt wymieszać z majonezem, doprawić solą i pieprzem i wymieszać z pozostałymi składnikami. Podawać z pieczywem posmarowanym margaryną.

## Piątek – 5 DZIEŃ

### ŚNIADANIE (459 kcal) 25%

#### Czekoladowe naleśniki budyniowe z piernikowym twarożkiem i mandarynką

##### 1. Czekoladowe naleśniki budyniowe

Jajo 50 g 1 sztuka Zestaw 2 ≈ 60 kcal

Mleko 1,5% 110 g poł szklanki Zestaw 1/2 ≈ 52 kcal

Budyń, proszek czekoladowy 35 g paczka Zestaw 1 ≈ 129 kcal

Olej rzepakowy 5 g 1 łyżeczka Zestaw 2 ≈ 44 kcal

##### 2. Farsz piernikowy z mandarynką

Ser twarogowy półtłusty 80 g 4 plastry Zestaw 2 ≈ 106 kcal

Miod 12 g 1 łyżeczka Zestaw 1 ≈ 39 kcal

Mandarynka 50 g 1 sztuka Zestaw 1/3 ≈ 27 kcal

Przyprawa do piernika 1 g 1 *szczypta* Zestaw ≈ 2 kcal

#### Sposób przygotowania:

**1.** Jajo roztrzepać z mlekiem i proszkiem budyniowym. Na dobrze rozgrzaną patelnię, nasmarowaną lekko tłuszczem, wylać masę naleśnikową, smażyć z obu stron delikatnie przewracając (ciasto jest delikatne). Z podanej porcji wychodzą 2 mniejsze naleśniki.

**2.** Twarog wymieszać z miodem i przyprawą. Faszerować naleśniki, udekorować częściami mandarynki.

#### **OBIAD (484 kcal) 25%**

##### **Zupa jarzynowa z mięsem indyka, pieczywo**

Brokuły 100 g 5 różyczek Zestaw 1/3 ≈ 16 kcal

Chleb żytni

pełnoziarnisty/graham 60 g 2 kromki Zestaw 1 ≈ 133 kcal

Fasolka szparagowa, mrożona 75 g poł talerza Zestaw 1 ≈ 18 kcal

Filet z indyka 140 g porcja Zestaw 2 ≈ 130 kcal

Liść laurowy 1 g 1 liść Zestaw 1 ≈ 3 kcal

Marchew 50 g 1 sztuka Zestaw 1/3 ≈ 10 kcal

Oliwa z oliwek 10 g 1 łyżka Zestaw 2 ≈ 88 kcal

Pieprz czarny mielony 0,2 g szczypta Zestaw 1 ≈ 1 kcal

Pietruszka, korzeń 40 g 1 sztuka Zestaw 1/3 ≈ 11 kcal

Por 25 g 1/2 sztuki Zestaw 1/3 ≈ 3 kcal

Przyprawa majeranek 3 g 1 łyżeczka Zestaw 1 ≈ 8 kcal

Seler korzeniowy 20 g kawałek Zestaw 1/3 ≈ 3 kcal

Sól 0,2 g szczypta

Ziemniaki 100 g 1 średnia sztuka Zestaw 1/3 ≈ 60 kcal

**Sposób przygotowania:** Mięso ugotować, powstały bulion użyć do przygotowania zupy. W garnku podgrzać oliwę i wrzucić listek laurowy oraz pokrojone w drobną kostkę warzywa (marchew, pietruszkę, seler, por, fasolkę szparagową). Wlać kilka łyżek bulionu i dusić pod przykryciem około 15 minut. Następnie dolać bulionu, doprowadzić do wrzenia i dodać ziemniaki pokrojone w kostkę oraz różyczki brokuła. Całość gotować około 25 minut. Doprawić solą i pieprzem, majerankiem, podawać z ugotowanym wcześniej mięsem i pieczywem.

#### **KOLACJA (387 kcal) 20%**

##### **Kanapki z wędliną, sałatka z pomidorków koktajlowych i awokado**

###### **1. Kanapki z wędliną**

Chleb żytni

pełnoziarnisty/graham 90 g 3 kromki Zestaw 1 ≈ 192 kcal

Szynka drobiowa 80 g 4 duże plastry Zestaw 2 ≈ 65 kcal

###### **2. Sałatka z pomidorków koktajlowych i awokado**

Awokado 70 g poł sztuki Zestaw 2 ≈ 80 kcal

Pieprz czarny mielony 0,2 g szczypta Zestaw 1 ≈ 1 kcal

Pomidorki koktajlowe 200 g 10 sztuk Zestaw 1/3 ≈ 52 kcal

Sok z cytryny 7 g 1 pełna łyżeczka Zestaw 1 ≈ 2 kcal

**Sposób przygotowania:**

**1.** Na chleb położyć po plasterku wędliny. Zjeść z sałatką.

**2.** Pomidorki umyć i przeciąć na poł. Awokado obrać, pokroić w kostkę i skropić sokiem z cytryny. Wszystko wymieszać i oproszyć świeżo zmielonym pieprzem.

## **Sobota – 6 DZIEŃ**

#### **ŚNIADANIE (481 kcal) 25%**

### Nocna owsianka z lnem, gruszką i skyrem na mleku

Gruszka 120 g 1 średnia sztuka Zestaw 1/3 ≈ 49 kcal

Płatki owsiane 50 g 5 łyżek Zestaw 1 ≈ 183 kcal

Siemię lniane 30 g 6 łyżeczek Zestaw 2 ≈ 150 kcal

Jogurt skyr naturalny 75 g poł kubka Zestaw ≈ 47 kcal

Mleko 1,5% 110 g poł szklanki Zestaw 1/2 ≈ 52 kcal

**Sposób przygotowania:** Gruszkę zetrzeć na tarce lub pokroić w kostkę, dodać pozostałe składniki, zalać mlekiem i odstawić do napęcznienia, najlepiej na noc. Przed spożyciem podgrzać i wymieszać ze skyrem.  
9 z 32

### OBIAD (498 kcal) 25%

#### Kotleciki z cukinii i indyka, ziemniaki, fasolka

##### 1. Fasolka

Fasolka szparagowa, mrożona 150 g talerz Zestaw 1 ≈ 36 kcal

##### 2. Kotleciki z cukinii i indyka

Cebula 50 g 1 mała sztuka Zestaw 1/3 ≈ 13 kcal

Czosnek 4 g 1 ząbek Zestaw 1/3 ≈ 5 kcal

Cukinia 100 g porcja Zestaw 1/3 ≈ 13 kcal

Marchew 50 g 1 sztuka Zestaw 1/3 ≈ 10 kcal

Filet z indyka, mielony 100 g porcja Zestaw 2 ≈ 84 kcal

Kmin rzymski 1 g 1g Zestaw 2 ≈ 4 kcal

Pieprz czarny mielony 2 g 1 szczypta Zestaw 1 ≈ 5 kcal

Sól 0,2 g 1 szczypta

Jajo 50 g 1 sztuka Zestaw 2 ≈ 60 kcal

Oliwa z oliwek 10 g 1 łyżka Zestaw 2 ≈ 88 kcal

##### 3. Ziemniaki

Ziemniaki 300 g 3 średnie sztuki Zestaw 1/3 ≈ 180 kcal

#### Sposób przygotowania:

1. Fasolkę obrać i ugotować w wodzie.

2. Cukinię i marchewkę zetrzeć na tarce o dużych oczkach. Cebulę drobno pokroić, czosnek przecisnąć przez prasę, podsmażyć na patelni. Wymieszać wszystkie składniki z jajkiem i przyprawami. W dłoniach formować kotleciki i obtaczać w oliwie, grillować na patelni do grillowania/grillu elektrycznym.

3. Ziemniaki ugotować w wodzie.

### KOLACJA(401 kcal) 20%

#### Pożywna sałatka z kaszy gryczanej, soczewicy, marchewki

Gorczyca 0,2 g 1 szczypta

Jogurt naturalny 50 g 2 łyżki Zestaw 1/2 ≈ 30 kcal

Kasza gryczana 20 g 2 łyżki Zestaw 1 ≈ 67 kcal

Marchew 50 g 1 sztuka Zestaw 1/3 ≈ 10 kcal

Oliwa z oliwek 10 g 1 łyżka Zestaw 2 ≈ 88 kcal

Pieprz czarny mielony 0,2 g 1 szczypta Zestaw 1 ≈ 1 kcal

Rukola/ sałata/ sałata lodowa/

roszponka/ mix sałat 60 g 12 liście Zestaw 1/3 ≈ 8 kcal

Soczewica nasiona 60 g 4 łyżki Zestaw 1/3 ≈ 196 kcal

Sól 0,2 g 1 szczypta

Szczypiorek 5 g łyżka Zestaw ≈ 1 kcal

**Sposób przygotowania:** Soczewicę ugotować w osolonej wodzie, podobnie kaszę. Przesypać do miski, wymieszać, odstawić do ostudzenia. Marchewkę obrać i ugotować w osolonej wodzie



(gotować krótko, powinna zostać jędrna).  
Ostudzić, pokroić, dodać do mieszanki soczewicy i kaszy. Jogurt wymieszać z oliwą i posiekanym szczypiorkiem, przyprawić do smaku solą, pieprzem i gorczycą. Połączyć składniki sałatki, zamieszać, wierzch posypać umytymi i suchymi listkami sałaty, skropić oliwą, oprószyć pieprzem.

## Niedziela – 7 DZIEŃ

### ŚNIADANIE (506 kcal) 25%

#### Chleb z białym serem i awokado, owoc

##### 1. Chleb z białym serem i awokado

Awokado 60 g 3 porcje Zestaw 2 ≈ 96 kcal

Chleb żytni

pełnoziarnisty/graham 90 g 3 kromki Zestaw 1 ≈ 192 kcal

Jogurt naturalny 20 g 2 łyżeczki Zestaw 1/2 ≈ 12 kcal

Margaryna Benecol 7,5 g półtoręj łyżeczki Zestaw 2 ≈ 34 kcal

Oliwki 12 g 4 sztuki Zestaw 2 ≈ 14 kcal

Pieprz czarny mielony 0,2 g szczypta Zestaw 1 ≈ 1 kcal

Rukola/ sałata/ sałata lodowa/

roszponka/ mix sałat 10 g 2 liście Zestaw 1/3 ≈ 1 kcal

Ser twarogowy półtłusty 80 g 4 plastry Zestaw 2 ≈ 106 kcal

Szczypiorek 5 g 1 łyżka Zestaw ≈ 1 kcal

Pomidor 60 g 1 mała sztuka Zestaw 1/3 ≈ 9 kcal

##### 2. Owoc

Jabłko 120 g 1 mała sztuka Zestaw 1/3 ≈ 40 kcal

#### Sposób przygotowania:

1. Chleb posmarować margaryną, pożyć listek sałaty i twarog. Posmarować jogurtem i ułożyć pokrojone w plastry awokado. Kanapkę przyprawić solą i pieprzem. Udekorować przekrojonymi na pół oliwkami i posiekanym szczypiorkiem.

### OBIAD (469 kcal) 25%

#### Udo z kurczaka pieczone na kiszzonej kapuście, ryż brązowy, owoc

##### 1. Owoc

Kiwi 75 g 1 sztuka Zestaw 1/3 ≈ 36 kcal

##### 2. Ryż brązowy

Ryż basmati 60 g 4 łyżki Zestaw 1 ≈ 209 kcal

##### 3. Udo pieczone na kwaszonej kapuście

Kapusta kiszona 225 g półtora talerza Zestaw 1/3 ≈ 27 kcal

Kurczak, udo bez skóry 115 g 1 sztuka Zestaw 2 ≈ 144 kcal

Oliwa z oliwek 5 g 1 łyżeczka Zestaw 2 ≈ 44 kcal

Przyprawa do drobiu 3 g 1 łyżeczka Zestaw 1 ≈ 9 kcal

#### Sposób przygotowania:

2. Ryż ugotować według przepisu na opakowaniu. Podawać z kurczakiem i kapustą.

3. Kurczaka posypać przyprawą do drobiu i odstawić do lodówki na 30 minut. Na dno naczynia żaroodpornego położyć wypłukaną i odciśniętą kwaszoną kapustę. Na wierzch położyć udo z kurczaka i posmarować oliwą. Piec pod przykryciem około 45 minut w 180 stopniach.

### KOLACJA (402 kcal) 20%

#### Sałatka brokułowa z makaronem, pieczywo

Brokuły 150 g półtorej porcji Zestaw 1/3 ≈ 25 kcal  
Czosnek 4 g 1 mały ząbek Zestaw 1/3 ≈ 5 kcal  
Jogurt naturalny 50 g 1/3 kubka Zestaw 1/2 ≈ 30 kcal  
Makaron pełnoziarnisty 50 g 1 szklanka Zestaw 1 ≈ 187 kcal  
Nasiona słonecznika 5 g pół łyżki Zestaw 2 ≈ 15 kcal  
Ser Feta 50 g 1 porcja Zestaw 2 ≈ 108 kcal  
Szynka drobiowa 40 g 4 plastry Zestaw 2 ≈ 32 kcal

**Sposób przygotowania:** Makaron ugotować według opisu na opakowaniu, odcedzić i ostudzić. Rożyczki brokuła ugotować w wodzie, wyłożyć na talerz. Czosnek przecisnąć przez praszkę, połączyć z jogurtem. Szynkę pokroić w paseczki a ser fetę w kostkę. Wszystkie składniki przenieść na talerz, polać sosem czosnkowym i posypać słonecznikiem. Podawać z pieczywem.

## Poniedziałek – 8 DZIEŃ

### ŚNIADANIE (479 kcal) 25%

#### Kaszka manna z masłem orzechowym i bananem

Kasza manna 36 g 3 łyżki Zestaw 1 ≈ 125 kcal  
Mleko 1,5% 220 g szklanka Zestaw 1/2 ≈ 103 kcal  
Erytrol 5 g 1 łyżeczka  
Masło orzechowe bez soli 20 g 2 łyżeczki Zestaw 2 ≈ 120 kcal  
Banan 140 g 1 mała sztuka Zestaw 1/3 ≈ 84 kcal  
Jogurt skyr naturalny 75 g pół kubka Zestaw ≈ 47 kcal

**Sposób przygotowania:** Kaszę, erytrol i szczyptę soli zalewamy mlekiem w garnku i energicznie mieszamy, żeby nie było grudek. Gotujemy na małym ogniu do zgęstnienia cały czas kaszę mieszając. Gęstą kaszę zdejmujemy z ognia i lekko studzimy. Następnie do jeszcze ciepłej dodajemy skyr i masło orzechowe, następnie mieszamy do dokładnego połączenia się składników. Przekładamy do miseczki, dodajemy banana.

### OBIAD (475 kcal) 25%

#### Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym

Cebula 50 g 1 mała sztuka Zestaw 1/3 ≈ 13 kcal  
Indyk, udziec bez skóry 150 g 1/2 sztuki Zestaw 2 ≈ 156 kcal  
Jajo 50 g 1 sztuka Zestaw 2 ≈ 60 kcal  
Kapusta pekińska 50 g 1/3 talerza Zestaw 1/3 ≈ 5 kcal  
Olej rzepakowy 7,5 g półtorej łyżeczki Zestaw 2 ≈ 66 kcal  
Papryka słodka mielona 0,2 g szczypta Zestaw 1 ≈ 1 kcal  
Pieprz czarny mielony 0,2 g szczypta Zestaw 1 ≈ 1 kcal  
Przecier pomidorowy 15 g 1 łyżka Zestaw 1/3 ≈ 4 kcal  
Przyprawa tymianek 3 g 1 łyżeczka Zestaw 1 ≈ 8 kcal  
Ryż basmati 50 g 1/2 woreczka Zestaw 1 ≈ 161 kcal

**Sposób przygotowania:** Mięso zmielić, doprawić solą, pieprzem, papryką i tymiankiem. Dodać jajo, posiekaną cebulę. Kapustę bardzo drobno poszatkować. Ryż ugotować, przestudzony dodać do mięsa wszystko wymieszać. Uformować i obsmażyć ze wszystkich stron na oleju. Przełożyć do garnka. Przecier pomidorowy wymieszać ze szklanką wody, zalać ułożone w garnku gołąbki. Dusić około 40 minut.

### KOLACJA (390 kcal) 20%

#### Szakszuka z pomidorami

Cebula 35 g Zestaw 1/3 ≈ 9 kcal  
Chleb żytni  
pełnoziarnisty/graham 60 g Zestaw 1 ≈ 128 kcal  
Czosnek 4 g 1 ząbek Zestaw 1/3 ≈ 5 kcal  
Jajo 100 g Zestaw 2 ≈ 121 kcal  
Kurkuma mielona 0,2 g 1 szczypta Zestaw 1 ≈ 1 kcal  
Oliwa z oliwek 5 g Zestaw 2 ≈ 44 kcal  
Pieprz czarny mielony 0,2 g 1 szczypta Zestaw 1 ≈ 1 kcal  
Pomidory z puszki 250 g 1 filizanka Zestaw ≈ 36 kcal  
Przyprawa bazyli 0,2 g 1 szczypta  
Przyprawa oregano 0,2 g 1 szczypta Zestaw 1 ≈ 1 kcal  
Sol 0,2 g 1 szczypta

**Sposób przygotowania:** Cebulę z czosnkiem posiekać i wrzucić na patelnię z oliwą. Smażyć przez 5 minut. Po tym czasie dodać pokrojone w kostkę pomidory, przyprawy i chwilę poddusić (około 5 minut). Następnie w sosie zrobić wgłębenia, wbić jajka i smażyć pod przykryciem do ścięcia. Szakszuke podawać z pieczywem.

## Wtorek – 9 DZIEŃ

### ŚNIADANIE (472 kcal) 25%

#### Jajecznica z pomidorem i papryką, pieczywo pełnoziarniste

##### Jajecznica z pomidorem i papryką, pieczywo

Cebula 25 g 1/2 małej sztuki Zestaw 1/3 ≈ 7 kcal  
Chleb żytni  
pełnoziarnisty/graham 90 g 3 kromki Zestaw 1 ≈ 203 kcal  
Jajo 150 g 3 sztuki Zestaw 2 ≈ 181 kcal  
Olej rzepakowy 5 g 1 łyżeczka Zestaw 2 ≈ 44 kcal  
Papryka 65 g 1/2 małej sztuki Zestaw 1/3 ≈ 15 kcal  
Papryka słodka mielona 0,2 g szczypta Zestaw 1 ≈ 1 kcal  
Pieprz czarny mielony 0,2 g szczypta Zestaw 1 ≈ 1 kcal  
Pomidor 130 g 1 średnia sztuka Zestaw 1/3 ≈ 19 kcal  
Sol 0,2 g szczypta  
Szcypiorek 5 g 1 łyżka Zestaw ≈ 1 kcal

**Sposób przygotowania:** Na patelni rozgrzać olej i podsmażyć posiekaną cebulę. Dodać umytą i pokrojoną w paski paprykę i dusić do miękkości kilka minut. Pomidora sparzyć, obrać ze skórki, pokroić na małe kawałki i dodać do warzyw. Dusić razem kilka minut, dodać sol, pieprz i paprykę w proszku. Jajo i białko jaja wybić do miseczki, lekko wymieszać i wylać na patelnię. Smażyć do ścięcia się jaj. Posypać szczypiorkiem. Podawać z pieczywem.

### OBIAD (506 kcal) 25%

#### Filet drobiowy z piekarnika, ziemniaki, brokuły

##### 1. Brokuły

Brokuły 250 g 1/2 sztuki Zestaw 1/3 ≈ 41 kcal

##### 2. Filet drobiowy z piekarnika

Filet z kurczaka 150 g 1 porcja Zestaw 2 ≈ 149 kcal  
Oliwa z oliwek 10 g 1 łyżka Zestaw 2 ≈ 88 kcal  
Przyprawa gyros 3 g 1 łyżeczka Zestaw 1 ≈ 9 kcal  
Przyprawa oregano 0,2 g 1 szczypta Zestaw 1 ≈ 1 kcal  
Przyprawa tymianek 0,2 g 1 szczypta Zestaw 1 ≈ 1 kcal

##### 3. Ziemniaki

Masło 5 g poł porcji Zestaw 2 ≈ 37 kcal

Ziemniaki 300 g 3 średnie sztuki Zestaw 1/3 ≈ 180 kcal

**Sposób przygotowania:**

1. Brokuła umyć, rozdzielić na różyczki i ugotować na parze.
2. Mięso umyć, osuszyć. Zamarynować w oliwie wymieszanej z przyprawami. Następnie zawinąć w folię aluminiową. Mięso piec w piekarniku nagrzanym do 170 stopni przez 30 minut. Podawać z ziemniakami i brokułem.
3. Obrane ziemniaki wrzucić do wrzącej wody i gotować około 25 minut. Odcedzić, dodać masło i utrzeć na gładką masę.

**KOLACJA (367 kcal) 20%**

**Pieczyno z czosnkową pastą twarogową, sałatka z rzodkiewek i ogórka**

**1. Pieczywo z czosnkową pastą twarogową**

Cebula 25 g 1/2 małej sztuki Zestaw 1/3 ≈ 7 kcal  
Chleb żytni pełnoziarnisty/graham 90 g 3 kromki Zestaw 1 ≈ 199 kcal  
Czosnek 6 g 1 duży ząbek Zestaw 1/3 ≈ 8 kcal  
Jogurt naturalny 25 g łyżka Zestaw 1/2 ≈ 15 kcal  
Pieprz czarny mielony 0,2 g szczypta Zestaw 1 ≈ 1 kcal  
Ser twarogowy półtłusty 60 g 3 plastry Zestaw 2 ≈ 80 kcal  
Sol 0,2 g szczypta

**2. Sałatka z rzodkiewek i ogórka**

Ogorek 50 g 1 mała sztuka Zestaw 1/3 ≈ 5 kcal  
Oliwa z oliwek 5 g 1 łyżeczka Zestaw 2 ≈ 44 kcal  
Pieprz czarny mielony 0,2 g szczypta Zestaw 1 ≈ 1 kcal  
Rukola/ sałata/ sałata lodowa/ roszponka/ mix sałat 10 g 2 liście Zestaw 1/3 ≈ 1 kcal  
Rzodkiewka 60 g 4 sztuki Zestaw 1/3 ≈ 5 kcal  
Sol 0,2 g szczypta  
Szcypiorek 3 g 1 łyżeczka Zestaw ≈ 1 kcal

**Sposób przygotowania:**

1. Twaróg roznieść widelcem, dodać jogurt, posiekaną cebulkę, przeciśnięty przez praskę czosnek i przyprawy. Wszystko razem wymieszać i posmarować pieczywo.
2. Rzodkiewki pokroić w plasterki, ogórka w słupki. Sałatę porwać na kawałki, dodać warzywa, oliwę i przyprawy. Wszystko razem wymieszać.

## Środa – 10 DZIEŃ

**ŚNIADANIE (542 kcal) 25%**

**Owsianka z jabłkiem, cynamonem i orzechami włoskimi**

Jabłko 120 g 1 mała sztuka Zestaw 1/3 ≈ 40 kcal  
Mleko 1,5% 250 g 25 łyżek Zestaw 1/2 ≈ 118 kcal  
Orzechy włoskie 30 g 1 garść Zestaw 2 ≈ 194 kcal  
Płatki owsiane 50 g 5 łyżek Zestaw 1 ≈ 183 kcal  
Przyprawa cynamon 3 g 1 łyżeczka Zestaw 1 ≈ 7 kcal

**Sposób przygotowania:** Płatki owsiane z dodatkiem cynamonu gotować na mleku do miękkości. Do ugotowanych płatków dodać starte jabłko i posiekane orzechy włoskie.

**OBIAD (499 kcal) 25%**

**Filet z kurczaka w marynacie z ziemniakami, sałata z papryką i kukurydzą, owoc**

**1. Filet z kurczaka w marynacie musztardowej**

Filet z kurczaka 150 g półtorej porcji Zestaw 2 ≈ 149 kcal  
Musztarda 5 g 1 łyżeczka Zestaw 1/2 ≈ 8 kcal  
Oliwa z oliwek 10 g 2 łyżeczki Zestaw 2 ≈ 88 kcal  
Papryka słodka mielona 0,2 g szczypta Zestaw 1 ≈ 1 kcal  
Pieprz czarny mielony 0,2 g szczypta Zestaw 1 ≈ 1 kcal  
Przyprawa curry 0,2 g szczypta Zestaw 1 ≈ 1 kcal

**2. Owoc**

Jabłko 160 g 1 średnia sztuka Zestaw 1/3 ≈ 54 kcal

**3. Sałata z papryką i kukurydzą**

Kukurydza konserwowa 15 g 1 łyżka Zestaw 1/3 ≈ 15 kcal  
Olej rzepakowy 5 g 1 łyżeczka Zestaw 2 ≈ 44 kcal  
Papryka 65 g 1/2 małej sztuki Zestaw 1/3 ≈ 15 kcal  
Pieprz czarny mielony 0,2 g szczypta Zestaw 1 ≈ 1 kcal  
Rukola/ sałata/ sałata lodowa/  
roszponka/ mix sałat 20 g 4 liście Zestaw 1/3 ≈ 2 kcal  
Sol 0,2 g szczypta

**4. Ziemniaki**

Sol 0,2 g szczypta  
Ziemniaki 200 g 2 średnie sztuki Zestaw 1/3 ≈ 120 kcal

**Sposób przygotowania:**

- 1.** Kurczaka pokroić w kostkę. W miseczce wymieszać musztardę, curry, pieprz i słodką paprykę. Włożyć kurczaka i dokładnie wymieszać. Odstawić na co najmniej 40 minut. Na patelni rozgrzać oliwę z oliwek, wrzucić kurczaka i podsmażyć 5-7 minut na średnim ogniu.
- 3.** Sałatę porwać na drobne części, paprykę pokroić w kostkę, kukurydzę odsączyć. Wszystkie warzywa wymieszać z olejem, przyprawić do smaku solą i pieprzem.
- 4.** Ziemniaki ugotować w wodzie z dodatkiem soli.

**KOLACJA (408 kcal) 20%**

**Sałatką z burakiem, fetą i sosem winegret, pieczywo**

**1. Pieczywo**

Chleb żytni  
pełnoziarnisty/graham 90 g 3 kromki Zestaw 1 ≈ 199 kcal

**2. Sałatka z burakiem, fetą i sosem winegret**

Burak 100 g 1 średnia sztuka Zestaw 1/3 ≈ 29 kcal  
Cebula 50 g 1 mała sztuka Zestaw 1/3 ≈ 13 kcal  
Rukola/ sałata/ sałata lodowa/  
roszponka/ mix sałat 50 g 1 porcja Zestaw 1/3 ≈ 8 kcal  
Ser Feta 45 g 3 plastry Zestaw 2 ≈ 97 kcal

**3. Sos winegret**

Musztarda 5 g 1 łyżeczka Zestaw 1/2 ≈ 8 kcal  
Ocet winny/  
jabłkowy/balsamiczny 3 g 1 łyżeczka Zestaw 2 ≈ 1 kcal  
Oliwa z oliwek 5 g 1 łyżeczka Zestaw 2 ≈ 44 kcal  
Pieprz czarny mielony 0,2 g 1 szczypta Zestaw 1 ≈ 1 kcal  
Przyprawa tymianek 3 g 1 łyżeczka Zestaw 1 ≈ 8 kcal

**Sposób przygotowania:**

- 2.** Buraka ugotować na parze. Sałatę wyłożyć na talerzu, dodać pokrojonego buraka, pokruszoną fetę i cebulę. Skropić sosem i oproszyć tymiankiem.
- 3.** Składniki połączyć ze sobą w małym słoiczku. Sosem polać sałatkę.

## Czwartek – 11 DZIEŃ

### ŚNIADANIE (457 kcal) 25%

#### Jajka na miękko, chlebem z pomidorem i szczypiorkiem

Jajo 150 g 150 g Zestaw 2 ≈ 181 kcal

Chleb żytni

pełnoziarnisty/graham 90 g 3 kromki Zestaw 1 ≈ 199 kcal

Margaryna Benecol 10 g 2 łyżeczki Zestaw 2 ≈ 45 kcal

Pomidor 200 g 1 duża sztuka Zestaw 1/3 ≈ 29 kcal

Szczypiorek 10 g 1 łyżka Zestaw ≈ 3 kcal

**Sposób przygotowania:** Jajka ugotować na miękko. Chleb posmarować margaryną. Pomidora pokroić na plasterki, położyć na chlebie i posypać posiekanym szczypiorkiem.

### OBIAD (500 kcal) 25%

#### Polędwica marynowana pieczona, kasza gryczana, buraki tarte

##### 1. Buraki tarte

Burak 150 g 3 małe sztuki Zestaw 1/3 ≈ 20 kcal

Cebula 25 g 1/2 małej sztuki Zestaw 1/3 ≈ 7 kcal

Jabłko 120 g 1 mała sztuka Zestaw 1/3 ≈ 40 kcal

Pieprz czarny mielony 0,2 g szczypta Zestaw 1 ≈ 1 kcal

Sok z cytryny 3 g 1 łyżeczka Zestaw 1 ≈ 1 kcal

Sól 0,2 g szczypta

##### 2. Kasza gryczana

Kasza gryczana 50 g 1/2 woreczka Zestaw 1 ≈ 168 kcal

Sól 0,2 g szczypta

##### 3. Polędwica marynowana

Czosnek 3 g 1/2 ząbka Zestaw 1/3 ≈ 4 kcal

Miod 10 g 2 łyżeczki Zestaw 1 ≈ 32 kcal

Oliwa z oliwek 10 g 2 łyżeczki Zestaw 2 ≈ 88 kcal

Pieprz czarny mielony 0,2 g szczypta Zestaw 1 ≈ 1 kcal

Polędwica wieprzowa 120 g 1 sztuka Zestaw 2 ≈ 136 kcal

Sos sojowy 3 g 1 łyżeczka Zestaw 2 ≈ 2 kcal

#### Sposób przygotowania:

**1.** Buraki ugotować i zetrzeć na tarce o grubych oczkach. Cebulę drobno posiekać. Jabłko pokroić w drobną kostkę. Buraki połączyć z cebulą i jabłkiem, doprawić solą, pieprzem i sokiem z cytryny. Wszystkie składniki dokładnie wymieszać.

**2.** Kaszę ugotować w wodzie z dodatkiem soli.

**3.** Polędwiczki pokroić i delikatnie rozbić. Oliwę z oliwek, miód, sos sojowy, pieprz oraz czosnek przeciśnięty przez praskę wymieszać ze sobą. Mięso natrzeć przygotowaną marynatą i wstawić do lodówki na około 30 minut. Zamarynowane mięso piec w piekarniku w temperaturze 180 stopni około 25 minut.

### KOLACJA (371 kcal) 20%

#### Salatka gyros z pieczywem

Cebula 25 g 1/2 małej sztuki Zestaw 1/3 ≈ 7 kcal

Chleb żytni

pełnoziarnisty/graham 60 g 2 kromki Zestaw 1 ≈ 133 kcal

Czosnek 5 g 1 ząbek Zestaw 1/3 ≈ 6 kcal

Filet z kurczaka 65 g porcja Zestaw 2 ≈ 64 kcal

Jogurt naturalny 50 g 1/3 kubka Zestaw 1/2 ≈ 30 kcal

Kapusta pekińska 40 g 1 liść Zestaw 1/3 ≈ 4 kcal  
Koper 6 g 1 łyżka Zestaw 1/3 ≈ 1 kcal  
Kukurydza konserwowa 30 g 2 łyżki Zestaw 1/3 ≈ 31 kcal  
Margaryna Benecol 10 g 2 łyżeczki Zestaw 2 ≈ 45 kcal  
Ogorek konserwowy 100 g 2 sztuki Zestaw 1/3 ≈ 24 kcal  
Papryka 65 g 1/2 małej sztuki Zestaw 1/3 ≈ 15 kcal  
Pieprz czarny mielony 0,2 g szczypta Zestaw 1 ≈ 1 kcal  
Przyprawa gyros 3 g 1 łyżeczka Zestaw 1 ≈ 9 kcal  
Sok z cytryny 5 g 1 łyżeczka Zestaw 1 ≈ 1 kcal

**Sposób przygotowania:** Mięso umyć, osuszyć i natrzeć przyprawą do gyrosa. Zawinąć w folię aluminiową i piec w piekarniku w 170 stopniach około 25 minut. Upieczoną pierś pokroić w kostkę. Kapustę, paprykę, ogorka i cebulę również pokroić w kostkę. Pokrojone warzywa włożyć do miski i dodać kukurydzę. Jogurt wymieszać z przeciśniętym przez praskę czosnkiem, posiekanym koperkiem, sokiem z cytryny i szczyptą pieprzu. Gotowym sosem polać sałatkę i wymieszać. Podawać z chlebem posmarowanym margaryną.

## Piątek – 12 DZIEŃ

### ŚNIADANIE (514 kcal) 25%

#### Grzanki z łososiem wędzonym i sosem czosnkowym, pomidor, owoc

##### 1. Grzanki z łososiem

Chleb żytni  
pełnoziarnisty/graham 90 g 3 kromki Zestaw 1 ≈ 203 kcal  
Koper 6 g 1 łyżeczka Zestaw 1/3 ≈ 1 kcal  
Łosoś, wędzony 80 g porcja Zestaw 2 ≈ 123 kcal  
Margaryna Benecol 7,5 g półtorej łyżeczki Zestaw 2 ≈ 34 kcal

##### 2. Pomidor ze szczypiorkiem

Pomidor 130 g 1 średnia sztuka Zestaw 1/3 ≈ 19 kcal  
Szczypiorek 6 g 1 łyżka Zestaw ≈ 2 kcal

##### 3. Sos czosnkowy

Czosnek 5 g 1 ząbek Zestaw 1/3 ≈ 6 kcal  
Jogurt naturalny 60 g 60 g Zestaw 1/2 ≈ 36 kcal  
Pieprz czarny mielony 0,2 g szczypta Zestaw 1 ≈ 1 kcal  
Przyprawa bazylii 2,5 g pół łyżeczki Zestaw 1 ≈ 6 kcal  
Sok z cytryny 4 g 1 płaska łyżeczka Zestaw 1 ≈ 1 kcal  
Sol 0,2 g szczypta

##### 4. Owoc

Gruszka 200 g 1 duża sztuka Zestaw 1/3 ≈ 82 kcal

#### Sposób przygotowania:

**2.** Pomidora sparzyć, obrać ze skóry i pokroić w plastry. Ułożyć na talerzu i posypać posiekanym szczypiorkiem.

**3.** Jogurt wymieszać z przeciśniętym przez praskę czosnkiem, sokiem z cytryny i przyprawami. Gotowym sosem polać grzanki.

### OBIAD (506 kcal) 25%

#### Barszcz ukraiński

Barszcz ukraiński, mrożonka 220 g 1/2 opakowania Zestaw 1/3 ≈ 66 kcal  
Bulion warzywny 240 g 1 szklanka Zestaw 2 ≈ 17 kcal  
Fasola konserwowa 40 g 2 łyżki Zestaw 1/3 ≈ 50 kcal  
Jogurt naturalny 12,5 g pół łyżki Zestaw 1/2 ≈ 8 kcal  
Liść laurowy 2 g 1 listek Zestaw 1 ≈ 6 kcal

Ocet winny/

jabłkowy/balsamiczny 3 g poł łyżeczki Zestaw 2 ≈ 1 kcal

Pieprz czarny mielony 0,2 g szczypta Zestaw 1 ≈ 1 kcal

Pomidory z puszki 200 g poł puszki Zestaw ≈ 64 kcal

Przyprawa majeranek 0,2 g szczypta Zestaw 1 ≈ 1 kcal

Sól 0,2 g szczypta

Ziele angielskie 2 g 2 ziarenka Zestaw 1 ≈ 5 kcal

Jajo 100 g 2 sztuki Zestaw 2 ≈ 121 kcal

Oliwa z oliwek 10 g 1 łyżka Zestaw 2 ≈ 88 kcal

Ziemniaki 130 g 1 duża sztuka Zestaw 1/3 ≈ 78 kcal

**Sposób przygotowania:** Mrożonkę ugotować według przepisu na opakowaniu w bulionie z dodatkiem oliwy, pokrojonych w kosteczkę ziemniaków, dodając liść laurowy i ziele angielskie. Pod koniec gotowania doprawić solą i pieprzem. Dołożyć pomidory z puszki, fasolę i zagotować. Na koniec całość doprawić octem, cukrem i majerankiem. Podawać z łyżką jogurtu i ugotowanym jajkiem na twardo.

**KOLACJA (407 kcal) 20%**

**Salatka grecka z tostami pełnoziarnistymi**

**1. Salatka grecka**

Cebula 25 g 1/2 małej sztuki Zestaw 1/3 ≈ 7 kcal

Ogorek 150 g 1 sztuka Zestaw 1/3 ≈ 14 kcal

Oliwa z oliwek 5 g 1 łyżeczka Zestaw 2 ≈ 44 kcal

Pieprz czarny mielony 0,2 g szczypta Zestaw 1 ≈ 1 kcal

Pomidor 200 g 1 duża sztuka Zestaw 1/3 ≈ 29 kcal

Przyprawa bazylii 2,5 g poł łyżeczki Zestaw 1 ≈ 6 kcal

Rukola/ sałata/ sałata lodowa/

roszponka/ mix sałat 60 g 3 liście Zestaw 1/3 ≈ 6 kcal

Ser Feta 45 g 3 plastry Zestaw 2 ≈ 97 kcal

Sól 0,2 g szczypta

Zioła prowansalskie 2,5 g poł łyżeczki

**2. Tosty z pieczywa pełnoziarnistego**

Chleb żytni

pełnoziarnisty/graham 75 g 2 i poł kromki Zestaw 1 ≈ 169 kcal

Margaryna Benecol 7,5 g połtorej łyżeczki Zestaw 2 ≈ 34 kcal

**Sposób przygotowania:**

**1.** Sałatę porwać. Pomidora i ogorka pokroić w kostkę, cebulę w plasterki. Składniki połączyć ze sobą w miseczce, dodać oliwę z oliwek. Przyprawić solą, pieprzem, bazylią i ziołami prowansalskimi. Całość wymieszać. Na wierzch sałatki położyć pokruszony ser feta.

**2.** Pieczywo upiec w opiekaczu lub tosterze. Posmarować margaryną.

**Sobota – 13 DZIEŃ**

**ŚNIADANIE (509 kcal) 25%**

**Kanapki z pastą rybną z makreli, owoc**

**1. Kanapki z pastą rybną**

Cebula 25 g 1/2 małej sztuki Zestaw 1/3 ≈ 7 kcal

Chleb żytni

pełnoziarnisty/graham 90 g 3 kromki Zestaw 1 ≈ 203 kcal

Jajo 50 g 1 sztuka Zestaw 2 ≈ 60 kcal

Jogurt naturalny 25 g łyżka Zestaw 1/2 ≈ 15 kcal

Makrele w sosie pomidorowym 75 g 1/2 puszki Zestaw 2 ≈ 120 kcal

Pieprz czarny mielony 0,2 g szczypta Zestaw 1 ≈ 1 kcal



Ser twarogowy półtłusty 30 g 1 duży plaster Zestaw 2 ≈ 40 kcal  
Sol 0,2 g szczypta  
Szczypiorek 6 g 1 łyżka Zestaw ≈ 2 kcal  
Papryka 90 g 3 plastry Zestaw 1/3 ≈ 21 kcal

## 2. Owoc

Jabłko 120 g 1 mała sztuka Zestaw 1/3 ≈ 40 kcal

### Sposób przygotowania:

1. Jajo ugotować na twardo, obrać i pokroić w kostkę lub zetrzeć na tarce z grubymi oczkami. Cebulę i szczypiorek posiekać. Ser biały rozgnieść widelcem, dodać makrelę, jajo, cebulę, szczypiorek, jogurt i przyprawy. Wszystko wymieszać i nałożyć na pieczywo.

## OBIAD (483 kcal) 25%

### Ciecierzycza z makaronem w sosie pomidorowo-paprykowo-śmietankowym

Oliwa z oliwek 5 g 1 łyżeczka Zestaw 2 ≈ 44 kcal  
Ciecierzycza gotowana/konserwowa 100 g 5 łyżek Zestaw 1 ≈ 164 kcal  
Passata pomidorowa 100 g 5 łyżek Zestaw ≈ 24 kcal  
Ajvar 20 g 1 łyżka Zestaw 2 ≈ 17 kcal  
Ser śmietankowy 15 g półtorej łyżeczki Zestaw 2 ≈ 53 kcal  
Makaron pełnoziarnisty 50 g 1 porcja Zestaw 1 ≈ 181 kcal

Sposób przygotowania: Na patelni rozgrzać oliwę, dodać odsączoną ciecierzycę, podsmażyć. Następnie dodać passatę, ajvar i serek śmietankowy. Podgrzać mieszając. Makaron ugotować według przepisu na opakowaniu. Całość wymieszać.

## KOLACJA (400 kcal) 20%

### Salatka z grillowanym kurczakiem, bagietka pełnoziarnista

#### Salatka z grillowanym kurczakiem, bagietka

Bagietka pełnoziarnista 50 g 1/2 małej sztuki Zestaw 1 ≈ 113 kcal  
Cebula czerwona 25 g 1/2 małej sztuki Zestaw 1/3 ≈ 7 kcal  
Czosnek 5 g 1 ząbek Zestaw 1/3 ≈ 6 kcal  
Filet z kurczaka 100 g 1 porcja Zestaw 2 ≈ 99 kcal  
Jogurt naturalny 50 g 1/3 kubka Zestaw 1/2 ≈ 30 kcal  
Ogorek 70 g 1 mała sztuka Zestaw 1/3 ≈ 7 kcal  
Olej rzepakowy 10 g 1 łyżka Zestaw 2 ≈ 88 kcal  
Papryka słodka mielona 0,2 g szczypta Zestaw 1 ≈ 1 kcal  
Pieprz czarny mielony 0,2 g szczypta Zestaw 1 ≈ 1 kcal  
Pomidor 130 g 1 średnia sztuka Zestaw 1/3 ≈ 19 kcal  
Przyprawa curry 3 g pół łyżeczki Zestaw 1 ≈ 10 kcal  
Przyprawa do drobiu 3 g 1 łyżeczka Zestaw 1 ≈ 9 kcal  
Rukola/ sałata/ sałata lodowa/ roszponka/ mix sałat 70 g 2 liście Zestaw 1/3 ≈ 9 kcal  
Sok z cytryny 5 g 1 łyżeczka Zestaw 1 ≈ 1 kcal

Sposób przygotowania: Mięso umyć, osuszyć i natrzeć przyprawą do drobiu i olejem. Pokroić w paski i grillować na patelni grillowej lub w piekarniku. Ogorka, pomidora umyć, pokroić na kawałki, cebulę posiekać. Jogurt wymieszać z przeciśniętym przez praskę czosnkiem, sokiem z cytryny i przyprawami. Sałatę lodową umyć, osuszyć i porwać na kawałki. Dodać warzywa, kurczaka i sos jogurtowy. Wszystko wymieszać. Podawać z bagietką.

## Niedziela – 14 DZIEŃ

### ŚNIADANIE (463 kcal) 25%

### **Nocna owsianka piernikowa z mandarynką, nasionami lnu i kokosem na mleku**

Mleko 1,5% 220 g szklanka Zestaw 1/2 ≈ 103 kcal  
Płatki owsiane 50 g 5 łyżek Zestaw 1 ≈ 183 kcal  
Siemię lniane 10 g 1 łyżka Zestaw 2 ≈ 50 kcal  
Wiorki kokosowe 6 g 1 łyżka Zestaw 2 ≈ 36 kcal  
Przyprawa do piernika 1 g 1 szczypta Zestaw ≈ 2 kcal  
Mandarynka 50 g 1 sztuka Zestaw 1/3 ≈ 27 kcal  
Jogurt skyr naturalny 100 g 4 łyżki Zestaw ≈ 62 kcal

**Sposób przygotowania:** Wszystkie składniki poza owocami wymieszać i odstawić do napęcznienia, najlepiej na noc. Przed spożyciem podgrzać i udekorować owocami.

**OBIAD (478 kcal) 25%**

### **Pieczony mintaj w natce pietruszki z kaszą jaglaną i surówką**

#### **1. Kasza jaglana**

Kasza jaglana 50 g pół woreczka Zestaw 1 ≈ 173 kcal

#### **2. Pieczony mintaj w natce pietruszki**

Filet z mintaja 250 g 1 sztuka Zestaw 2 ≈ 75 kcal  
Natka pietruszki 12 g 2 łyżki Zestaw 1/3 ≈ 5 kcal  
Oliwa z oliwek 15 g półtorę łyżki Zestaw 2 ≈ 132 kcal  
Przyprawa do ryb 3 g 1 łyżeczka Zestaw 1 ≈ 9 kcal  
Sok z cytryny 10 g 1 łyżka Zestaw 1 ≈ 2 kcal

#### **3. Surówka z kapusty pekińskiej**

Jogurt naturalny 60 g 60 g Zestaw 1/2 ≈ 36 kcal  
Kapusta pekińska 70 g 2 małe liście Zestaw 1/3 ≈ 7 kcal  
Ogórek 60 g 1 mała sztuka Zestaw 1/3 ≈ 6 kcal  
Papryka 65 g 1/2 małej sztuki Zestaw 1/3 ≈ 15 kcal  
Pieprz czarny mielony 0,2 g szczypta Zestaw 1 ≈ 1 kcal  
Pomidor 110 g 1 średnia sztuka Zestaw 1/3 ≈ 16 kcal  
Sok z cytryny 5 g 1 łyżeczka Zestaw 1 ≈ 1 kcal  
Zioła prowansalskie 3 g 1 łyżeczka

**Sposób przygotowania:**

**1.** Kaszę przed ugotowaniem przelać wrzątkiem, ugotować wg instrukcji na opakowaniu.

**2.** Rybę rozmrozić i odsączyć z nadmiaru wody, Z oliwy, soku z cytryny i przyprawy zrobić marynatę i natrzeć nią rybę, odstawić na pół godziny  
Następnie obsypać mintaja posiekaną natką i ułożyć w naczyniu żaroodpornym. Piec około 25 minut w temperaturze 180 stopni.

**3.** Kapustę umyć, osuszyć i poszatkować. Dodać pokrojone w kostkę paprykę, ogorka i pomidora. Wszystkie składniki wymieszać z jogurtem, sokiem z cytryny, pieprzem i ziołami.

**KOLACJA (388 kcal) 20%**

### **Pasta z jajka, szynki i pomidorów suszonych, pieczywo**

#### **1. Pasta z jajka, szynki i pomidorów suszonych**

Czosnek 5 g 1 ząbek Zestaw 1/3 ≈ 6 kcal  
Jajo 50 g 1 sztuka Zestaw 2 ≈ 60 kcal  
Jogurt naturalny 50 g 1/3 kubka Zestaw 1/2 ≈ 30 kcal  
Pieprz czarny mielony 0,2 g szczypta Zestaw 1 ≈ 1 kcal  
Pomidory suszone 14 g 2 sztuki Zestaw 1 ≈ 36 kcal  
Ser żółty tarty 10 g 1 łyżka Zestaw ≈ 31 kcal  
Sol ziołowa 0,2 g szczypta  
Szynka drobiowa 20 g 2 plastry Zestaw 2 ≈ 19 kcal  
Ogórek kiszony 50 g 1 sztuka Zestaw 1/3 ≈ 6 kcal

## 2. Pieczywo

Chleb żytni

pełnoziarnisty/graham 90 g 3 kromki Zestaw 1 ≈ 199 kcal

### Sposób przygotowania:

**1.** Jajko ugotować na twardo. W miseczce połączyć pokrojone składniki: ugotowane jajko, szynkę, suszone pomidory i przeciśnięty przez praskę czosnek. Dodać jogurt naturalny, przyprawić solą oraz pieprzem i zmiksować blenderem na gładką masę. Podawać z pieczywem.

**2.** Pieczywo posmarować pastą z jajka, szynki i suszonych pomidorów, ułożyć pokrojonego ogórka.

## Poniedziałek 1 — 1393 kcal

**07:00** Jajecznica ze szczypiorkiem, kanapki z wędliną i warzywami (506 kcal)

**13:00** Dorsz w pomidorach z tymiankiem, ziemniaki pieczone, fasola szparagowa (480 kcal)

**19:00** Galareta z kurczaka z pieczywem (407 kcal)

## Wtorek 2 — 1375 kcal

**07:00** Sałatka tuńczykowa z awokado i pomidorkami koktajlowymi, pieczywo (464 kcal)

**13:00** Leniwe pierogi na słodko (525 kcal)

**19:00** Pasta z awokado, hummusu i suszonych pomidorów, pieczywo, pomidorki (386 kcal)

## Środa 3 — 1354 kcal

**07:00** Czekoladowa owsianka ze skyrem, śliwkami i orzechami (493 kcal)

**13:00** Filet z indyka w ziołach z ryżem, buraki tarte (457 kcal)

**19:00** Jaja faszerowane, kanapki z sałatą i pomidorem, owoc (404 kcal)

## Czwartek 4 — 1396 kcal

**07:00** Omlet pełnoziarnisty z szynką i suszonym pomidorem, sałatka z ogorka i papryki, pieczywo (471 kcal)

**13:00** Pulpety z indyka w sosie koperkowym z kaszą i surowką, owoc (476 kcal)

**19:00** Sałatka jarzynowa, pieczywo (449 kcal)

## Piątek 5 — 1330 kcal

**07:00** Czekoladowe naleśniki budyniowe z piernikowym twarożkiem i mandarynką (459 kcal)

**13:00** Zupa jarzynowa z mięsem indyka, pieczywo (484 kcal)

**19:00** Kanapki z wędliną, sałatka z pomidorków koktajlowych i awokado (387 kcal)

## Sobota 6 — 1380 kcal

**07:00** Nocna owsianka z lnem, gruszką i skyrem na mleku (481 kcal)

**13:00** Kotleciki z cukinii i indyka, ziemniaki, fasolka (498 kcal)

**19:00** Pożywna sałatka z kaszy gryczanej, soczewicy, marchewki (401 kcal)

**Niedziela 7 — 1377 kcal**

**07:00** Chleb z białym serem i awokado,  
owoc (506 kcal)

**13:00** Udo z kurczaka pieczone na  
kiszanej kapuście, ryż brązowy,  
owoc (469 kcal)

**19:00** Sałatka brokułowa z makaronem,  
pieczywo (402 kcal)

**Poniedziałek 8 — 1344 kcal**

**07:00** Kaszka manna z masłem  
orzechowym i bananem (479 kcal)

**13:00** Gołąbki bez zawijania w sosie  
pomidorowym (475 kcal)

**19:00** Szakszuka z pomidorami (390 kcal)

**Wtorek 9 — 1345 kcal**

**07:00** Jajecznica z pomidorem i papryką,  
pieczywo pełnoziarniste (472 kcal)

**13:00** Filet drobiowy z piekarnika,  
ziemniaki, brokuły (506 kcal)

**19:00** Pieczywo z czosnkową pastą  
twarogową, sałatka z rzodkiewek i  
ogorka (367 kcal)

**Środa 10 — 1449 kcal**

**07:00** Owsianka z jabłkiem, cynamonem  
i orzechami włoskimi (542 kcal)

**13:00** Filet z kurczaka w marynacie z  
ziemniakami, sałata z papryką i  
kukurydzą, owoc (499 kcal)

**19:00** Sałatka z burakiem, fetą i sosem  
winegret, pieczywo (408 kcal)

**Czwartek 11 — 1328 kcal**

**07:00** Jajka na miękko, chlebem z  
pomidorem i szczypiorkiem (457  
kcal)

**13:00** Połędwica marynowana pieczona,  
kasza gryczana, buraki tarte (500  
kcal)

**19:00** Sałatka gyros z pieczywem (371  
kcal)

**Piątek 12 — 1427 kcal**

**07:00** Grzanki z łososiem wędzonym i  
sosem czosnkowym, pomidor,  
owoc (514 kcal)

**13:00** Barszcz ukraiński (506 kcal)

**19:00** Sałatka grecka z tostami  
pełnoziarnistymi (407 kcal)

**Sobota 13 — 1392 kcal**

**07:00** Kanapki z pastą rybną z makreli,  
owoc (509 kcal)

**13:00** Ciecierzycza z makaronem w sosie  
pomidorowo-paprykowo-śmietank  
owym (483 kcal)

**19:00** Sałatka z grillowanym kurczakiem,  
bagietka pełnoziarnista (400 kcal)

**Niedziela 14 — 1329 kcal**

**07:00** Nocna owsianka piernikowa z  
mandarynką, nasionami lnu i  
kokosem na mleku (463 kcal)

**13:00** Pieczony mintaj w natce pietruszki  
z kaszą jaglaną i surowką (478 kcal)

**19:00** Pasta z jajka, szynki i pomidorow  
suszonych, pieczywo (388 kcal)