



Assinado por : **MARTA CRISTINA BETTENCOURT**  
**QUADROS**  
Num. de Identificação: BI132235773

Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

---

**AQUISIÇÃO DE SERVIÇOS DE FORNECIMENTO DE REFEIÇÕES A DOENTES INTERNADOS E EM OBSERVAÇÃO NA UNIDADE  
BÁSICA DE URGÊNCIA E SERVIÇO DE REFEITÓRIO DA UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

**Caderno de Encargos**  
**AJUSTE DIRETO N.º PRC 2022/9**

Assinado por : **LAURA CONDE CLARIMUNDO**  
Num. de Identificação: BI117434582  
Data: 2022.12.07 14:12:50-01'00'





Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

---

**PARTE I**  
**CLÁUSULAS JURÍDICAS**

**DISPOSIÇÕES GERAIS**

**Cláusula 1ª**

**Caderno de Encargos**

O presente Caderno de Encargos estabelece as condições jurídicas, técnicas e económicas relativo à prestação de serviços de fornecimento de refeições a doentes internados e em observação na Unidade Básica de Urgência e fornecimento de serviço de refeitório da Unidade de Saúde da Ilha Graciosa.

**Cláusula 2ª**

**Definições**

Para efeitos do presente Caderno de Encargos entende-se por:

**Entidade Contratante** – Unidade de Saúde da Ilha Graciosa;

**Entidade Adjudicante** – Unidade de Saúde da Ilha Graciosa;

**Adjudicatário** – Concorrente que venha a ser selecionado como Adjudicatário;

**Fornecimento** – Disponibilização de um conjunto de bens e serviços previstos nas cláusulas técnicas do Caderno de Encargos pelo Adjudicatário à entidade Adjudicante.

**Disposições Gerais**

**Cláusula 3ª**

**Objeto do contrato**

O objeto do contrato consiste, de acordo com as cláusulas técnicas descritas na parte II deste caderno de encargos, no fornecimento de refeições a doentes internados e em observação na Unidade Básica de Urgência e fornecimento de serviço de refeitório da Unidade de Saúde da Ilha Graciosa.

**Cláusula 4ª**

**Local de prestação dos serviços**

Os serviços objeto do contrato serão prestados na Unidade de Saúde da Ilha Graciosa, sita na Rua Dr. Vasco Rodrigues, 9880-000 SANTA CRUZ DA GRACIOSA.



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

---

**Cláusula 5ª**

**Prazo de vigência**

1. O contrato durará de 1 de janeiro de 2023 até 31 de dezembro de 2023, renovável pelo período de mais seis meses, até 30 de junho de 2024, e produz efeitos à data da sua assinatura, sem prejuízo das obrigações acessórias que devam perdurar para além da cessação do contrato.
2. O contrato renova-se automaticamente, salvo se qualquer uma das partes o denunciar, através de notificação, até 60 dias antes do seu termo, manifestando a intenção de não renovação do mesmo.

**Cláusula 6ª**

**Obrigações principais do Adjudicatário**

1. Sem prejuízo de outras obrigações previstas na legislação aplicável, no presente Caderno de Encargos ou nas cláusulas contratuais, da celebração do contrato decorrem para o prestador de serviços as seguintes obrigações principais:
  - a) Obrigação de fornecer à entidade adjudicante os serviços objeto do fornecimento com as características, especificações e requisitos técnicos e operacionais previstos nas cláusulas técnicas especiais do caderno de encargos e na proposta adjudicada.
  - b) Obrigação de garantir e ser responsável pela qualidade dos serviços prestados pelos profissionais por si colocados no desempenho das funções objeto do procedimento.
  - c) Obrigação de implementar o sistema de HACCP ou certificar a unidade.
  - d) Obrigação de se responsabilizar pelos encargos resultantes da limpeza e desinfestação dos espaços a seu cargo (nomeadamente cozinha, armazéns e outros exclusivamente associados à prestação do serviço), de acordo com os padrões definidos pela Comissão de Controlo de Infecções da Unidade de Saúde da Ilha Graciosa.
  - e) Obrigação de fazer acompanhar as faturas mensais com um mapa mensal que inclua uma listagem diária de refeições fornecidas por tipo de refeição e serviço, que será validado por um trabalhador da entidade adjudicante e por um representante da entidade adjudicatária;
  - f) Obrigação de se responsabilizar por todos os danos causados relativos aos serviços prestados e que resultem da ação ou omissão dos seus profissionais.

**Cláusula 7ª**

**Inspeções e testes**

1. Semestralmente a entidade Adjudicante efetua um inquérito de satisfação ao responsável do Serviço de Internamento e Unidade Básica de Urgência, para avaliação do grau de satisfação.
2. Os resultados do inquérito descrito no número anterior são analisados e haverá tomada de medidas corretivas, se for caso disso, numa perspetiva de melhoria contínua dos serviços prestados.



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

---

3. Sempre que se entender necessário, a entidade adjudicante realiza auditorias aleatórias sem aviso prévio, procedendo à avaliação da qualidade da limpeza. Todas as falhas encontradas deverão ser descritas num Plano de Ação, em que constem ações preventivas e/ou corretivas que possibilitem a manutenção dos padrões de qualidade acordados.

4. Durante a fase de inspeção e de realização de testes o Adjudicatário deve prestar todos os esclarecimentos solicitados pela entidade contratante, podendo estar presente durante a realização dos testes.

**Cláusula 8ª**

**Direitos de propriedade intelectual**

1. São da responsabilidade do Adjudicatário os encargos decorrentes da utilização, no fornecimento em causa, de marcas registadas, patentes registadas ou licenças, bem como da obtenção das respetivas autorizações necessárias.

2. O Adjudicatário é responsável pela violação de quaisquer direitos de patente, de conceção, de licenças, de projetos, de marcas, de nomes ou de quaisquer outros direitos de propriedade intelectual, industrial ou afins, respeitantes a bens e aos serviços objeto do contrato, nomeadamente projetos, estudos, programas informáticos, equipamento, materiais, documentação ou trabalhos realizados.

3. O Adjudicatário é responsável por qualquer reclamação formulada perante a Unidade de Saúde da Ilha Graciosa, resultante de violação dos direitos referidos nos números anteriores, adotando a Entidade Contratante o procedimento que se revele mais adequado para a intervenção plena do Adjudicatário na discussão e no esclarecimento, perante terceiros reclamantes ou quaisquer autoridades, das dúvidas que, neste âmbito, se coloquem.

4. O Adjudicatário responde, independentemente de culpa, pelos danos que sejam imputados à Entidade Contratante e que se produzam perante terceiros, quando decorrentes de violação dos direitos a que alude o n.º 1, devendo indemnizar a Entidade Contratante de todas as despesas que, em consequência, haja de fazer e de todas as quantias que tenha de pagar seja a que título for.

**Cláusula 9ª**

**Encargos gerais**

1. O Adjudicatário é responsável pelo pagamento de quaisquer impostos, taxas, direitos de qualquer natureza ou outros encargos exigidos pelas autoridades competentes e relativos à execução do contrato nos territórios do país ou países do Adjudicatário, ou de passagem em transporte.

2. O disposto no número anterior aplica-se ainda à obtenção de quaisquer autorizações e ao pagamento de quaisquer emolumentos ou taxas exigidas pelas autoridades competentes relativamente ao cumprimento das obrigações que impendem sobre o Adjudicatário na execução do contrato.



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

---

**Cláusula 10ª**

**Preço**

1. Pelo fornecimento dos serviços objeto do contrato, bem como pelo cumprimento das demais obrigações decorrentes do presente Caderno de Encargos, a Entidade Contratante pagará ao Adjudicatário o preço constante da proposta adjudicada.
2. O preço referido no número anterior inclui todos os custos, encargos e despesas cuja responsabilidade não esteja expressamente atribuída no contrato à Unidade de Saúde da Ilha Graciosa, nomeadamente mão-de-obra, deslocações, alojamento, alimentação e encargos sociais com os meios humanos, despesas de aquisição, transporte, armazenamento e manutenção de meios materiais, bem como quaisquer encargos decorrentes de utilização de marcas registadas, patentes ou licenças.

**Cláusula 11ª**

**Condições de pagamento**

1. As quantias devidas pela Entidade Contratante, nos termos da cláusula anterior, devem ser pagas no prazo de 30 (trinta) dias após a receção das respetivas faturas, as quais só podem ser emitidas após o vencimento da obrigação respetiva.
2. Para os efeitos no número anterior, a obrigação considera-se vencida com a confirmação por parte dos responsáveis da entidade contratante, da prestação de serviços desenvolvidos pelo Adjudicatário ao abrigo do contrato.
3. Em caso de discordância, quanto aos valores indicados nas faturas, deve a entidade Adjudicante comunicar ao Adjudicatário, por escrito, os respetivos fundamentos, ficando este obrigado a prestar os esclarecimentos necessários ou proceder à emissão de nova fatura corrigida.
4. Desde que devidamente emitidas e observado o disposto no n.º 1, as faturas são pagas através de forma a acordar com os Serviços Financeiros.
5. Não há lugar à realização de pagamentos antecipados.

**Cláusula 12ª**

**Suspensão dos pagamentos**

1. Nos casos de divergência de faturação resultantes, designadamente, de erros de cálculo e de incorreta atribuição da importância a pagar pelos serviços prestados, a Entidade Contratante suspenderá os pagamentos que suscitem dúvidas, até que sejam produzidos os esclarecimentos ou efetuadas as correções convenientes, os quais deverão ser feitos dentro do prazo de 60 dias.



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

---

2. A mesma suspensão deve ser determinada sempre que forem detetadas irregularidades que se traduzam na prática de atos lesivos dos interesses da Entidade Contratante, sem prejuízo do procedimento criminal, contraordenacional ou cível a que houver lugar.

**Cláusula 13ª**

**Preço base contratual**

1. No preço base contratual é tido em conta:

- a) As principais refeições;
- b) Um acréscimo mensal, tendo em conta a necessidade de garantir pessoal para confeccionar e fornecer as refeições a doentes todos os dias, desde o pequeno-almoço à ceia, e ao reduzido número de doentes internados e em observação.

2. O preço base contratual para as principais refeições e para o acréscimo ao valor das refeições, é o constante do **ANEXO I**.

3. Os preços apresentados não incluem IVA, e incluem, para além do custo unitário do produto propriamente dito, os seguintes custos:

- a) Do acondicionamento;
- b) Da embalagem;
- c) Da carga, do transporte e da descarga no local indicado para os locais de consumo, dos seguros ou quaisquer outras despesas inerentes ao transporte;
- d) Mão-de-obra, deslocações e alojamento;
- e) Garantia e manutenção.

4. O adjudicatário deve apresentar na sua proposta o preço unitário discriminado para cada uma das refeições indicadas e o valor fixo mensal relativo ao acréscimo, pelos quais se propõe fornecer o serviço e esses preços não devem exceder os preços máximos estipulados no **ANEXO I** para as refeições, bem como para o acréscimo.

5. Para efeitos de apresentação das propostas, o preço unitário deve ser expresso com 4 (quatro) casas decimais, sem necessidade da sua indicação por extenso. Se os concorrentes não apresentarem preços unitários com 4 (quatro) casas decimais, será assumido que as restantes em falta, à sua direita, serão de valor igual a zero e consideram-se tantos zeros quantas as casas decimais em falta.

**Cláusula 14ª**



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

---

**Sigilo**

O adjudicatário garantirá o sigilo quanto a informações que os seus trabalhadores venham a ter conhecimento relacionadas com a atividade da entidade adjudicante.

**Cláusula 15ª**

**Cessão da posição contratual**

1. O adjudicatário não poderá ceder a sua posição contratual ou qualquer dos direitos e obrigações decorrentes do contrato sem autorização da entidade adjudicante.
2. Para efeitos da autorização prevista no número anterior deve ser apresentada pelo cessionário toda a documentação exigida ao adjudicatário no presente procedimento;

**Cláusula 16ª**

**Penalidades**

1. Nos casos em que, injustificadamente, o adjudicatário recuse efetuar um fornecimento, ou se atrase na entrega dos produtos, ou ainda, não substitua, em devido tempo, os produtos rejeitados, deverá aplicar-se o seguinte regime de penalidades:
  - a) A Unidade de Saúde da Ilha Graciosa poderá, em caso de necessidade, adquirir a outros fornecedores os produtos em falta, ficando a diferença de preço, se a houver, a cargo do adjudicatário;
  - b) Por cada dia que for excedido o prazo de entrega estabelecido o adjudicatário ficará sujeito ao pagamento de multa correspondente a 1% sobre o valor do fornecimento não efetuado;
2. O caderno de encargos deverá ser cumprido integralmente, pelo que o seu não cumprimento após 30 dias do início da prestação, por causa imputada ao adjudicatário, dará lugar a uma multa correspondente a 2% do valor mensal da adjudicação.
3. Os pagamentos das penalizações expressas na cláusula anterior serão satisfeitas por desconto em faturas não liquidadas.
4. O valor acumulado de sanções contratuais não pode exceder 20% do preço contratual.

**Cláusula 17ª**

**Caução para garantir o cumprimento de obrigações**

É dispensada a prestação de caução, nos termos do n.º 2 do artigo 88.º do Código dos Contratos Públicos, conjugado com o n.º 2 do artigo 43.º do Decreto Legislativo Regional n.º 27/2015/A, de 29 de dezembro.

**Cláusula 18ª**

**Rescisão do contrato**



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

---

1. A Unidade de Saúde da Ilha Graciosa poderá decidir da rescisão do contrato sempre que, por razões imputáveis ao adjudicatário, o normal fornecimento de refeições se encontre gravemente prejudicado.
2. Constituem motivo para a rescisão, designadamente:
  - a) A existência de géneros, ainda que não utilizados, em más condições de conservação, constituindo perigo para a saúde;
  - b) O fornecimento de refeições que não respeite as quantidades, a qualidade ou o tipo contratado;
  - c) A utilização abusiva das instalações, equipamentos ou material, com prejuízo para a Unidade de Saúde da Ilha Graciosa;
  - d) Comportamento incorreto do adjudicatário ou seu pessoal, designadamente quando possa contribuir para o desprestígio da Unidade de Saúde da Ilha Graciosa, ou seja, inconveniente para os utentes;
  - e) Não cumprimento, pelo adjudicatário das suas obrigações comerciais ou para com o seu pessoal, em termos que possam pôr em risco o normal abastecimento e o fornecimento das refeições.
3. Sempre que possível a Unidade de Saúde da Ilha Graciosa deverá notificar previamente o adjudicatário por escrito, da verificação de qualquer das faltas que possam dar lugar à rescisão, com vista à sua correção.
4. A decisão de rescisão carece de fundamentação nos termos da lei geral.
5. O adjudicatário poderá exercer o direito à rescisão do contrato nos termos da lei, devendo notificar a Unidade de Saúde da Ilha Graciosa, por escrito, com, pelo menos, 60 dias úteis de antecedência, especificando os motivos invocados.

**Cláusula 19ª**

**Foro competente**

Para todas as questões emergentes do contrato será competente o Tribunal Administrativo e Fiscal de Ponta Delgada.

**Cláusula 20ª**

**Prevalência**

1. Fazem parte integrante do contrato o caderno de encargos e a proposta do adjudicatário.
2. Em caso de dúvidas prevalece em primeiro lugar o texto do contrato, seguidamente o caderno de encargos e em último lugar a proposta do adjudicatário.

**Cláusula 21ª**

**Disposições legais e contratuais aplicáveis**

Na celebração do contrato, observar-se-á o disposto:

- a) No Código dos Contratos Públicos (Decreto-Lei n.º 18/2008, de 29 de janeiro);
- b) No Decreto Legislativo Regional n.º 27/2015/A, de 29 de dezembro;
- c) Nas normas portuguesas e comunitárias aplicáveis;



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

---

d) Nos documentos contratuais.



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

---

**PARTE II**  
**CLÁUSULAS TÉCNICAS**

**I) CLÁUSULAS TÉCNICAS GERAIS**

**Cláusula 1ª**

**Objeto do contrato**

1. O contrato tem por objeto o fornecimento de refeições em quantidade e qualidade, nas condições estabelecidas no presente caderno de encargos:
  - a. Para doentes internados e em observação na Unidade Básica de Urgência;
  - b. Para pessoal da Unidade de Saúde da Ilha Graciosa e seus acompanhantes;
  - c. Para pais ou acompanhantes de crianças internadas;
  - d. Utentes da Unidade de Saúde da Ilha Graciosa e outras individualidades autorizadas pela administração da Unidade de Saúde da Ilha Graciosa, desde que devidamente identificadas e/ou fazendo-se acompanhar pela respetiva senha;
2. A estimativa de refeições a fornecer mensalmente consta do **ANEXO II**, não tendo, no entanto, carácter vinculativo.

**Cláusula 2ª**

**Requisitos a que devem obedecer a prestação de serviços**

1. A qualidade de todos os produtos alimentares deve ser comprovadamente de primeira qualidade.
2. Os produtos alimentares embalados deverão possuir rotulagem em conformidade com as normas legais em vigor.
3. Só é permitido proceder à congelação de géneros alimentícios nas instalações da Unidade de Saúde com o acordo da Nutricionista.
4. A receção, conversação, preparação, confeção e distribuição das refeições terão de ser executadas em perfeita conformidade com as condições estabelecidas nos documentos contratuais, demais legislação aplicável e em casos de dúvida de acordo com a Nutricionista da Unidade de Saúde.
5. O adjudicatário é responsável pela qualidade e condições higiosanitárias dos géneros alimentícios, na receção, armazenagem, preparação, confeção e distribuição das refeições, correndo sempre por sua conta a reparação dos danos e prejuízos nos casos de intoxicação alimentar.



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

---

7. A entidade contratante reserva-se o direito de efetuar a avaliação qualitativa dos géneros alimentícios rececionados pelo adjudicatário e decidirá sobre a sua aceitação em conformidade com as especificações do presente caderno de encargos, e com a legislação em vigor.

8. A entidade contratante reserva-se o direito de efetuar provas de degustação de todos os pratos servidos aos doentes de forma avaliar o tempero e a qualidade de confeção.

**Cláusula 3ª**

**Fiscalização**

1. A Unidade de Saúde da Ilha Graciosa reserva-se o direito de fiscalizar, sem prejuízo do normal funcionamento dos serviços, a forma como a atividade do adjudicatário se desenvolve, a quantidade e qualidade dos géneros, a composição das refeições, podendo aceitar ou rejeitar os produtos utilizados. Em caso de rejeição dos géneros ou da ementa, o adjudicatário deverá proceder à sua substituição imediata por produtos idênticos ou sucedâneos.

2. Se a substituição prevista no número anterior não se verificar o adjudicatário indemnizará a entidade adjudicante no valor correspondente aos produtos não substituídos.

3. Sempre que o julgue conveniente, a Unidade de Saúde da Ilha Graciosa, por si ou por recurso a técnicos, promoverá a realização dos testes, análises ou verificações necessárias à confirmação do estado higiosanitário dos géneros e/ou das instalações e equipamentos.

**II) CLÁUSULAS TÉCNICAS ESPECIAIS**

**Cláusula 4ª**

**Serviço de refeições a doentes**

1. O adjudicatário fica obrigado a colocar e distribuir as refeições requisitadas pelos serviços nos períodos indicados no **ANEXO III**.

2. O conjunto das dietas, com as respetivas fórmulas, composições, capitações e especificações referentes aos géneros e suplementos alimentares constam do **ANEXO IV “Manual de Dietas”**.

3. O fornecimento da refeição engloba todos os produtos alimentares e não alimentares, incluindo uma garrafa de água de 0,33 l ao almoço e jantar, que serão fornecidos por conta do adjudicatário.

4. As refeições serão servidas em tabuleiro individual o qual deverá conter as louças adequadas, ter uma base de tabuleiro em papel, talher e guardanapo de papel ensacados. O pão terá de ser também ensacado.

5. As refeições para doentes que se suspeite de doença infectocontagiosa ou outra devidamente justificada, serão servidas em louça irrecuperável a fornecer pelo e por conta do adjudicatário.



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

---

6. As dietas personalizadas, pela sua complexidade e especificidade, serão sempre confeccionadas sob orientação e responsabilidade da Nutricionista da Unidade de Saúde da Ilha Graciosa.

7. A alimentação dos doentes será confeccionada segundo um plano de ementas trimestral (para os vários tipos de dietas), elaborado pelo adjudicatário. Este terá de ser apresentado à Nutricionista da Unidade de Saúde da Ilha Graciosa com duas semanas de antecedência em relação ao trimestre a que digam respeito, para aprovação, e deverá ser servido alternadamente uma refeição de carne e uma refeição de peixe, ao almoço e jantar.

8. Quando por motivo ponderoso, devidamente justificado, não seja possível assegurar o fornecimento da ementa prevista, deverá o adjudicatário propor a sua alteração à Nutricionista da Unidade de Saúde da Ilha Graciosa para ajuste e correção da ementa e sua aprovação.

#### **Cláusula 5ª**

##### **Serviço de refeições para pessoal e outros utentes do refeitório**

1. O adjudicatário fornecerá/servirá as refeições necessárias ao Refeitório de Pessoal, nos horários mencionados no **ANEXO III** do presente caderno de encargos.

2. Os almoços e jantares do pessoal deverão ser confeccionados de modo a existir a refeição-tipo prevista para refeitórios da Administração Pública (Portaria n.º 426/78, de 29 de julho, com as sucessivas alterações legais).

3. Em alternativa à refeição tipo aludida no n.º 2, o adjudicatário deverá colocar à disposição dos utentes um sistema de refeições com mini-prato ou por módulos.

4. A composição das refeições referidas nos n.ºs 2 e 3 terão de ser submetidas para aprovação à Nutricionista da Unidade de Saúde da Ilha Graciosa com duas semanas de antecedência em relação ao mês a que digam respeito.

5. Na refeição referida no n.º 2 deverá haver sempre a possibilidade de escolha, de uma salada.

6. Da ementa diária do refeitório deverá constar:

Mínimo obrigatório:

- Sopa;
- Um prato de peixe ou de carne;
- Um prato de dieta (ligeira);
- Um prato vegetariano;
- Fruta ou Doce;
- Pão;



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

---

7. O adjudicatário, para além do fornecimento de refeições, assegurará o fornecimento de extras (águas minerais, sumos de frutas, cerveja sem álcool, gelados, etc.), cujo pagamento lhe será diretamente efetuado pelos utilizadores do refeitório. É proibida a comercialização de produtos com álcool na unidade de saúde.
8. As tabelas dos preços dos produtos extras referidos no número anterior carecem de aprovação prévia, por parte da Administração da Unidade de Saúde da Ilha Graciosa.
9. As refeições servidas no refeitório deverão ser confeccionadas segundo um plano de ementas variadas, que deverá ser apresentado à Nutricionista da Unidade de Saúde com uma antecedência de 2 semanas em relação à sua entrada em vigor, para aprovação.
10. Todos os talheres, guardanapos e pão deverão ser ensacados.
11. Os utentes do refeitório efetuarão o pagamento das refeições (incluindo os produtos extra), diretamente ao prestador do serviço, nas seguintes condições:
- a. O preço da refeição tipo (sopa, prato, um pão e sobremesa) conforme o estabelecido em Portaria anual do Ministério das Finanças (atualmente em vigor a Portaria n.º 421/2012 de 4 de setembro, que fixa o preço de 4,10 € com IVA incluído).
  - b. O preço das outras alternativas existentes (refeições com mini-prato, serviço por módulos, produtos extra) será o constante de uma tabela única, proposta pelo adjudicatário e sujeita à aprovação da Administração da Unidade de Saúde da Ilha Graciosa.
12. No exterior do refeitório, na proximidade imediata da entrada destinada aos utentes, será obrigatoriamente afixado em local bem visível, e em termos de permitir uma fácil e completa leitura, a ementa semanal corrente.
13. Junto à caixa de pagamento das refeições deverá estar afixada a tabela de preços das refeições completas, das refeições com mini-prato, por módulos, produtos extra (bebidas, etc.).
14. É obrigatório o pessoal de serviço usar durante o empratamento, luvas, máscaras, toucas descartáveis com elástico que cubra o cabelo e farda em perfeitas condições higio-sanitárias.
15. Apenas é permitido ao adjudicatário preparar e confeccionar as refeições, para utentes e pessoal, no interior das instalações da Unidade de Saúde da Ilha Graciosa, salvo situações excecionais devidamente justificadas e com a anuência do Conselho de Administração.
16. O adjudicatário fica obrigado a entregar ao Conselho de Administração, até ao dia 8 de cada mês, o número de almoços e jantares fornecidos no refeitório no mês anterior.



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

---

17. As refeições aos pais ou acompanhantes das crianças internadas ou em observação, serão fornecidas através de requisições próprias do serviço de internamento ou da Unidade Básica de Urgência e deverão ser juntas à faturação a apresentar.

**Cláusula 6ª**

**Refeições em dias festivos**

1. Nos dias tradicionalmente festivos (constantes do **ANEXO V**) a ementa merecerá uma atenção especial e será ajustada à festividade, sem que haja qualquer custo acrescido.

Este plano de ementas festivas terá de ser submetida para aprovação à Nutricionista da Unidade de Saúde com duas semanas de antecedência em relação ao dia a que digam respeito.

**Cláusula 7ª**

**Pessoal do adjudicatário**

1. O Adjudicatário deve indicar na sua proposta qual o pessoal que vai afetar ao funcionamento dos serviços, discriminando as suas categorias.

2. É da inteira responsabilidade do adjudicatário, o recrutamento e os encargos com o pessoal que for necessário para assegurar o serviço.

2. O adjudicatário deverá afixar um organograma do quadro de pessoal a trabalhar no Serviço de Alimentação, devidamente estruturado (número de efetivos, categorias, etc.), com o respetivo enquadramento nas áreas funcionais ou setores.

3. O adjudicatário será responsável por todas as obrigações relativas ao seu pessoal, pela disciplina, aptidão profissional e formação do mesmo, bem como pela reparação de prejuízos por ele causados nas instalações, equipamento, material e a terceiros.

4. O adjudicatário deverá manter o seu pessoal seguro contra acidentes de trabalho e de responsabilidade civil que eventualmente possa resultar da atividade exercida.

5. O pessoal deverá observar as regras de higiene individual no decorrer de todas as operações inerentes à sua atividade e apresentar-se devidamente fardado, de acordo com as exigências previstas na legislação aplicável ao pessoal da Indústria Hoteleira, pertencendo as respetivas sanções e encargos ao adjudicatário.

6. O pessoal deverá comportar-se de acordo com as estritas normas de urbanidade, respeito e sigilo, exigidas numa instituição de saúde.



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

---

7. O adjudicatário obriga-se a inscrever e dispensar os seus funcionários para a participação nas formações de carácter obrigatório na Unidade de Saúde da Ilha Graciosa.

**Cláusula 8ª**

**Circulação de pessoal na Unidade da Cozinha**

É extremamente proibida a circulação de pessoas estranhas ao serviço, à exceção de pessoas que tenham autorização escrita por parte do Conselho de Administração da Unidade de Saúde da Ilha Graciosa e se façam acompanhar por ela.

**Cláusula 9ª**

**Instalações, equipamentos e material**

1. Consideram-se instalações do Serviço de Alimentação, a cozinha e as suas dependências e todos os demais espaços de uso exclusivo do adjudicatário para a prestação do serviço.
2. A Unidade de Saúde da Ilha Graciosa coloca à disposição do Adjudicatário, sem encargos para este, as suas instalações e equipamentos afetos ao setor de alimentação, que deverão ser visitadas pelo adjudicatário antes da apresentação da proposta, podendo o adjudicatário utilizar quaisquer outros equipamentos que julgue convenientes.
3. O fornecimento de água e eletricidade necessários ao normal funcionamento do setor de alimentação será assegurado pela Unidade de Saúde da Ilha Graciosa.
4. O fornecimento de gás será assegurado pelo adjudicatário.
5. O equipamento e material colocado à disposição do adjudicatário, constará de inventário a realizar no início do contrato do qual fará parte integrante.
6. O adjudicatário será responsável pela colocação de todas as peças de loiça, talheres e outros utensílios utilizados para o tratamento, confeção, empratamento e disponibilização das refeições aos doentes e no refeitório, à exceção do material constante no inventário **ANEXO VI**.
7. O adjudicatário fica responsável pela utilização de todas as instalações, equipamentos e material cedidos, correndo por sua conta as perdas e danos verificados por dolo ou negligência.
8. O adjudicatário é responsável pela totalidade das operações de limpeza e higienização de todas as instalações colocadas à sua disposição, e pelos encargos com os materiais e os produtos adequados; estes terão obrigatoriamente de ser sujeitos à aprovação do Programa de Prevenção e Controlo de Infecções e de Resistência a Antimicrobianos (PPCIRA).



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

---

9. Além dos cuidados diários de limpeza das instalações e equipamentos é obrigatória uma limpeza geral, nos primeiros oito dias de cada mês, que contemplará portas, janelas, paredes, tetos, ralos de escoamento, exaustores e respetivos filtros, monta-pratos, limpeza interior de fogões e fornos, etc.
10. O Adjudicatário é responsável por cumprir o sistema de limpeza aplicado pela instituição, de forma a garantir a higiene e evitar contaminações cruzadas.
11. O Adjudicatário deverá dar formação aos seus funcionários no âmbito da higiene/limpeza.
12. Não é permitido o acesso às instalações da cozinha, de pessoas que não se encontrem devidamente equipadas.
13. O armazém e o restante material e equipamentos servem única e exclusivamente para armazenar produtos para a Unidade de Saúde da Ilha Graciosa.
14. É extremamente proibida a saída de materiais e equipamentos da Unidade de Saúde da Ilha Graciosa para outros postos de trabalho.
15. A desinfestação e a desinfeção das instalações, identificadas no ponto 1., será por conta do adjudicatário.
16. É da responsabilidade do adjudicatário, a recolha, separação do lixo da cozinha e suas dependências.
17. Findo o contrato ou renovação do mesmo, as instalações, equipamentos e outro material cedidos, serão restituídos à Unidade de Saúde da Ilha Graciosa em bom estado de conservação e limpeza.



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

---

**CADERNO ENCARGOS**

**ANEXOS**



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

---

**ANEXO I**

**PREÇO BASE CONTRATUAL**

(conforme Cláusula 13ª do Caderno de Encargos)

| <i>Refeição</i>  | <i>Preço Base unitário</i> |
|------------------|----------------------------|
| Pequenos-almoços | 1,43 €                     |
| Almoços          | 3,70 €                     |
| Lanches          | 0,68 €                     |
| Jantares         | 3,70 €                     |
| Ceias            | 0,68 €                     |

| <i>Acréscimo</i> | <i>Preço Base</i> |
|------------------|-------------------|
| Mensal           | 1.800,00 €        |



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

---

**ANEXO II**

**ESTIMATIVA MENSAL DO NÚMERO DE REFEIÇÕES**

(conforme Cláusula 1.ª das Cláusulas Técnicas Gerais do Caderno de Encargos)

| ESTIMATIVA MENSAL DE REFEIÇÕES |                  |     |
|--------------------------------|------------------|-----|
| <b><u>Doentes</u></b> *        | Pequenos-almoços | 149 |
|                                | Almoços          | 164 |
|                                | Lanches          | 142 |
|                                | Jantares         | 163 |
|                                | Ceias            | 138 |

\* Inclui todos os regimes

Nota: Valores meramente estimados baseados em dados estatísticos e sujeitos a variação durante a execução do contrato



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

---

**ANEXO III**

**HORÁRIOS DE DISTRIBUIÇÃO**

(conforme Cláusulas 4ª e 5ª das Cláusulas Técnicas Especiais do Caderno de Encargos)

| HORÁRIOS DISTRIBUIÇÃO REFEIÇÕES A DOENTES |       |
|-------------------------------------------|-------|
| Pequeno-almoço                            | 08:30 |
| Almoço                                    | 12:00 |
| Lanche                                    | 15:00 |
| Jantar                                    | 18:00 |
| Ceia                                      | 20:00 |

| HORÁRIO REFEITÓRIO           |                |
|------------------------------|----------------|
| Segunda a sexta              | 8:30 às 20:00  |
| Sábados, domingos e Feriados | 8:30 às 13:30  |
|                              | 17:30 às 19:00 |



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

---

**ANEXO IV**

**MANUAL DE DIETAS, CAPITAÇÕES E OUTRAS PARTICULARIDADES**

(conforme Cláusula 4ª das Cláusulas Técnicas Especiais do Caderno de Encargos)

**MANUAL DE DIETAS**

**Fundamentação**

Leque de opções dietéticas, programadas, codificadas e tipificadas que resultam do conjunto das necessidades nutricionais dos diferentes pacientes internados, num período mais ou menos prolongado.

A alimentação fornecida, qualquer que seja o tipo de dieta, deverá observar os seguintes aspetos:

- Será a aplicação dos conceitos de alimentação saudável e/ou das prescrições dietéticas, assumindo assim a vertente prática da educação alimentar e/ou dietética dos utentes (doentes e funcionários).
- Será confeccionada segundo os preceitos da culinária saudável, temperada principalmente com ervas aromáticas e pouco sal, sendo obrigatório o uso de sal iodado em todas as preparações culinárias. O sabor deverá ser suficientemente agradável e apetitoso de modo a proporcionar prazer e fidelizar os utentes, evitando a sua substituição por comida trazida do exterior.

A dieta adequada a indivíduos saudáveis e a doentes que não necessitam de intervenção dietética, adota a designação de “dieta geral” por ser desenhada segundo as normas e princípios da alimentação saudável.

As dietas são caracterizadas como “pobres”, “ricas” e “controladas” em nutrientes, tendo como referências as necessidades normais do doente padrão e sendo, por isso, adequadas a um número razoável de doentes, reservando-se as designações de “hiper” e “hipo” para dietas personalizadas. Estas serão elaboradas e calculadas pela nutricionista para um determinado doente, sempre que haja necessidade de restringir ou suplementar o seu plano dietético em um ou mais nutrientes, de forma rigorosamente quantificada e controlada.



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

---

## **DEFINIÇÃO TEÓRICA DOS TIPOS DE DIETAS**

### **Definições**

Cada dieta apresentada reúne informações detalhadas sobre indicações mais frequentes, características básicas quanto às técnicas culinárias, quanto aos alimentos permitidos e não permitidos mais vulgares, quanto ao esquema alimentar, e sobre a composição nutricional média da dieta.

As dietas podem sempre ser adaptadas às particularidades de cada doente.

Tendo como ponto de partida a ementa para a “*dieta geral*”, são estruturadas as dietas terapêuticas destinadas a indivíduos com necessidades alimentares e nutricionais específicas.

A dieta deve ser requisitada com o nome que figura no **Manual de Dietas**, indicando situações particulares como alguma intolerância alimentar ou a enumeração de suplementos de preparação culinária. Estas indicações devem ser registadas na **Ficha Individual de Alimentação** (vulgarmente conhecida por “*cartão*”), para que possa ser feito o seu correto fornecimento pelo Serviço de Alimentação. Propõe-se a seguinte nomenclatura, baseada nas características de composição nutricional e de textura das seis dietas e das suas variantes sem sal e de consistência:

- I.      **Dieta geral**
- II.     **Dieta ligeira (pobre em gorduras)**
- III.    **Dieta pobre em proteínas**
- IV.    **Dieta diabética (rica em fibras, sem açúcar)**
- V.     **Dieta obstipante ou pobre em resíduos**
- VI.    **Dieta líquida**

### **VARIANTES**

- a.    **Sem sal**

### **CONSISTÊNCIA**

- b.    **Mole (triturada)**



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

## **I. DIETA GERAL**

- **Características gerais:** Dieta completa e equilibrada desenhada segundo os princípios da alimentação saudável.
- **Indicações:** Destina-se a todos os utentes (doentes e funcionários) que não requerem modificações dietéticas específicas.
- **Métodos de confeção permitidos:** todos os tipos de confeção culinária.
- **Alimentos não permitidos:** Admite todos os alimentos (sempre que possível é a base das restantes dietas).
- **Composição nutricional média:**

| Valor calórico total | Valor percentual dos nutrientes calóricos |           |          |
|----------------------|-------------------------------------------|-----------|----------|
|                      | Hidratos de carbono                       | Proteínas | Gorduras |
| 2200 - 2400kcal      | 55- 60%                                   | 15 – 20%  | 25 – 30% |

### **DIETA GERAL**

#### **Pequeno-almoço 8:30**

- 1 Chávena (240ml) de leite meio-gordo ou cevada ou chá;
- 1 Pacote de açúcar (DI);
- 1 Pão de trigo (45-50g);
- 1 Pacote de manteiga (DI) ou doce (DI) ou 1 fatia de queijo (DI);

#### **Almoço 12:00**

- 1 Sopa de legumes (300ml);
- Prato: 90g de carne ou peixe;  
2 Batatas pequenas (80gr) ou 6 a 8 colheres de sopa de arroz ou massa;  
Legumes cozidos ou salada;
- 1 Peça de fruta ou 1 sobremesa doce;
- 1 Pão de trigo (45-50g);

#### **Lanche da tarde 15:00**

- 1 Chávena (240ml) de leite meio-gordo ou cevada ou chá;
- 1 Pacote de açúcar (DI);
- 1 Pacote de bolacha “Maria” (25g) (DI);

#### **Jantar 18:00**

- Semelhante ao almoço (alternar entre carne e peixe sempre que possível);



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

---

**Ceia 22:00**

- 1 Chávena (240ml) de leite meio-gordo ou cevada ou chá;
- 1 Pacote de açúcar;
- 1 Pacote de bolacha "Maria" (25g) (DI);

**II. DIETA LIGEIRA (pobre em gorduras)**

- **Características gerais:** Dieta completa com restrição lipídica. Pode ter ou não adição de sal.
- **Métodos de confeção permitidos:** Admite tipos de confeção culinária simples, como cozidos, grelhados, estufados em cru e assados ao natural, sem a utilização de nenhum tipo de gordura.
- **Indicações:** Pode ser adotada como dieta de entrada e/ou de transição para a dieta geral e destina-se a doentes com patologia hepática, cardíaca, obesidade, alterações do perfil lipídico ou apenas com capacidade digestiva diminuída.
- **Alimentos proibidos:**
  - Leite e derivados gordos e meio-gordos;
  - Carnes com gordura visível;
  - Produtos de salsicharia, charcutaria e vísceras;
  - Molhos preparados comercialmente (ex. bechamel, maionese etc.), caldos de carne, ou molhos de assados ou guisados de carne;
  - Conservas em óleo;
  - Gorduras de adição, manteiga e natas;
  - Fritos, assados ou guisados com gordura;

**DIETA LIGEIRA**

| Valor calórico total | Valor percentual dos nutrientes calóricos |           |          |
|----------------------|-------------------------------------------|-----------|----------|
|                      | Hidratos de carbono                       | Proteínas | Gorduras |
| 2200 - 2400kcal      | 55- 60%                                   | 15 – 20%  | 20 – 25% |

**Pequeno-almoço 8:30**

- 1 Chávena (240ml) de leite magro ou cevada ou chá;
- 1 Pacote de açúcar (DI);
- 1 Pão de trigo (50g);
- 1 Pacote de doce (DI);

**Almoço 12:00**

- 1 Sopa de legumes (300ml);
- Prato: 90g de carne ou peixe;



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

---

2 Batatas pequenas ou 6 a 8 colheres de sopa de arroz ou massa;

Legumes cozidos ou salada;

- 1 Peça de fruta;

- 1 Pão de trigo (50g);

**Lanche da tarde 15:00**

- 1 Chávena (240ml) de leite magro ou cevada ou chá;

- 1 Pacote de açúcar (DI);

- 1 Pacote de bolacha "Maria" (25g) (DI);

**Jantar 18:00**

- Semelhante ao almoço (alternar entre carne e peixe sempre que possível)

**Ceia 22:00**

- 1 Chávena (240ml) de leite magro ou cevada ou chá

- 1 Pacote de açúcar (DI)

- 1 Pacote de bolacha "Maria" (25g) (DI)

**III. DIETA POBRE EM PROTEÍNAS (40gr)**

- **Características gerais:** Dieta completa com restrição proteica e lipídica e com baixo teor de sódio e potássio. Esta dieta não possui uma ementa pré-estabelecida, sendo semelhante à dieta ligeira mas com redução da captação da carne, peixe e ovos.
- **Métodos de confeção permitidos:** Admite tipos de confeção culinária simples, como cozidos, grelhados, estufados em cru e assados ao natural.
- **Indicações:** Destina-se a doentes com patologias que requerem restrição proteica, nomeadamente, com patologia hepática e renal.
- **Adequação nutricional:** A ingestão de cálcio e vitaminas pode ser insuficiente.
- **Alimentos proibidos:**
  - Açúcar, caramelo, produtos de confeitaria e pastelaria (doces), gelados, folhados;
  - Chá preto, cacau e chocolate;
  - Pão de milho, pão integral, bolachas integrais, cereais integrais, e massas e arroz integral;
  - Queijos curados, fiambre, pastas e patês;
  - Gorduras salgadas: manteiga, banha, toucinho;
  - Aperitivos salgados (ex. batatas fritas de pacote, pipocas salgadas etc.);
  - Canja (exceto se esta for confeccionada sem sal, apenas com o arroz e carne de frango sem pele, em substituição do prato principal);



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

- Peixes salgados ou fumados, bacalhau, mariscos e crustáceos, lulas e polvo.
- Cavala, carapau e sardinha;
- Miúdos (vísceras de animais) e preparados com sangue;
- Enchidos (linguiça, chouriço, morcela, alheiras, etc.), fumados (presunto etc.) e carnes salgadas;
- Enlatados e conservas, sopa instantâneas, purés instantâneo, refeições pré-confeccionadas (congelados prontos a comer);
- Condimentos salgados: caldos concentrados (cubos), molhos, massa de malagueta, pickles etc.
- Substitutos do sal;
- Refrigerantes e sumos;
- Leite em pó;
- Bebidas alcoólicas;
- Batata;
- **Legumes**: Couve-de-bruxelas, espinafres, cogumelos, grelos, beterraba, courgete, aipo, alho francês, tomate;
- **Leguminosas**: Ervilhas, lentilhas, feijão, grão-de-bico, favas e soja;
- **Fruta**: Banana, laranja, tangerina, kiwi, melão, melancia, meloa, diospiros, damascos, romãs, papaia, frutos secos e cristalizados e oleaginosas amêndoas, avelãs, nozes, amendoins, azeitonas, castanhas, figos etc.)

| Valor calórico total | Valor percentual dos nutrientes calóricos |           |          |
|----------------------|-------------------------------------------|-----------|----------|
|                      | Hidratos de carbono                       | Proteínas | Gorduras |
| 1800 - 2000kcal      | 72%                                       | 8%        | 20%      |

#### Restrição de potássio

- Sopa confeccionada com legumes e hortaliças previamente **demolhados (24 horas antes, mudando a água várias vezes) e cozidos em duas águas (a 1ª água de cozedura deve ser rejeitada)**;
- **Sem saladas cruas**, optando-se por legumes cozidos em duas águas; Só deve ingerir legumes/hortaliças 1 vez na refeição (na sopa, ou legumes/hortaliças cozidos no prato);
- Fruta: pera ou maçã cozida em duas águas (**ATENÇÃO!** Nunca dar ao doente o líquido de cozedura da fruta, porque é muito rico em potássio).
- Preferir compota de pêssago, pera ou mel, ou geleias de fruta.

#### Fruta permitida:

- Maçã (tamanho pequeno);
- Pera (tamanho pequeno);



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

---

- Pêssego (tamanho pequeno);
- Ananás (1 fatia fina);

#### **DIETA POBRE EM PROTEÍNAS, SÓDIO E POTÁSSIO**

##### **Pequeno-almoço 8:30**

- 1 Chávena de cevada ou 1 chá de ervas sem açúcar;
- 1 Pão de trigo (45-50g);
- 1 Pacote de geleia (DI) ou manteiga magra sem sal;

##### **Almoço 12:00**

- 1 Sopa de legumes sem sal, sem leguminosas, sem batata (300ml);
- **Permitidos** (Brócolos, repolho, cenoura, abóbora, couve, alface, cebola, alho, nabos, agrião, feijão verde, salsa, couve-flor) demolidos, cozidos em 2 águas.
- **Prato sem sal:** 100gr de frango ou 120gr de peixe (já cozinhados), ou 2 ovos cozidos, escalfados (1 ovo inteiro e 2 claras);
- 4 Colheres de sopa de arroz ou 6 c. de sopa de massa (quantidade depois de cozinhada);
- 1 Maçã ou pera sem casca ou cozidas;

##### **Lanche da tarde 15:00**

- 1 Chávena (240ml) de cevada ou chá sem açúcar;
- 1 Pacote de “Crackers” sem sal (DI);

##### **Jantar 18:00**

- 1 Sopa de legumes s/ sal, s/ leguminosas, s/ batata (300ml);
- 1 Pão de trigo (45-50g);
- ¼ de queijo fresco ou manteiga magra (a sujar);
- 1 Maçã ou pera sem casca ou cozidas;

##### **Ceia 22:00**

- 1 Chávena (240ml) de cevada ou chá sem açúcar;
- 1 Pacote de “Crackers” sem sal (DI);

#### **IV. DIETA DIABÉTICA (rica em fibras, sem açúcar)**

- **Características gerais:** Dieta completa e equilibrada, com elevado teor em fibras, desenhada segundo os princípios da alimentação saudável. Esta dieta não possui uma ementa pré-estabelecida, sendo igual à dieta ligeira mas com redução da captação de farináceos, e aumento da captação de legumes cozidos ou salada.
- **Métodos de confeção permitidos:** Admite tipos de confeção culinária simples, como cozidos, grelhados, estufados em cru e assados ao natural, com restrição de gorduras de adição.



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

- **Indicações:** Destina-se a indivíduos com comprometimento do metabolismo glicídico, nomeadamente, com Diabetes mellitus. Também está indicada em situações em que seja necessário restringir o aporte energético total (principalmente na obesidade e na hipertrigliceridemia) e/ou incremento de fibras (obstipação).
- **Alimentos proibidos:**
  - Açúcar e preparações com adição de açúcar;
  - Leite e derivados gordos e meio-gordos;
  - Frutos desidratados, em calda ou cristalizados;
  - Bolachas e iogurtes açucarados;
  - Bananas, figos e uvas;
  - Pão branco.

- **Composição nutricional:**

| Valor calórico total | Valor percentual dos nutrientes calóricos |           |          |
|----------------------|-------------------------------------------|-----------|----------|
|                      | Hidratos de carbono                       | Proteínas | Gorduras |
| 1800 - 2000kcal      | 50-55%                                    | 15-20%    | 25-30%   |

**DIETA DIABÉTICA (rica em fibras, sem açúcar)**

**Pequeno-almoço 8:30**

- 1 Chávena (240ml) de leite magro ou cevada ou chá;
- 1 Pacote de adoçante (DI);
- 1 Pão integral (50g);
- 1 Fatia fina de queijo (30g) ou Manteiga (DI);

**Almoço 12:00**

- 1 Sopa de legumes (300ml);
- Prato: 90g de carne ou peixe;
  - 1 Batata e meia (pequena) ou 4 colheres de sopa de arroz ou massa;
  - Legumes cozidos ou salada (em maior quantidade);
- 1 Peça de fruta crua (exceto banana, figos e uvas);

**Lanche da tarde 15:00**

- 1 Chávena (240ml) de leite magro ou cevada ou chá;
- 1 Pacote de adoçante (DI);
- 1 Pacote de bolachas integrais (DI);

**Jantar 18:00**

- Semelhante ao almoço (alternar entre carne e peixe sempre que possível);



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

---

**Ceia 22:00**

- 1 Chávena (240ml) de leite magro ou cevada ou chá;
- 1 Pacote de adoçante (DI);
- 1 Pacote de bolachas integrais (DI);

**V. DIETA OBSTIPANTE OU POBRE EM RESÍDUOS**

- **Características:** Dieta completa com alimentos com capacidade adstringente, e com restrição em fibras.
- **Métodos de confeção permitidos:** Métodos culinários simples como cozidos, grelhados, estufados em cru e assados ao natural.
- **Indicações:** Destina-se a todos os doentes com rapidez anómala do trânsito intestinal, que beneficiem da reposição da flora bacteriana e/ou redução do volume fecal.
- **Alimentos permitidos:** Chá, iogurte natural ou de aroma, carne branca, peixe, azeite, manteiga, pão claro, torradas, arroz, massa, batata, cenoura e maçã e pera cozidas.
- **Alimentos proibidos:**
  - Leite de vaca;
  - Carnes vermelhas e peixes gordos;
  - Molhos;
  - Bebidas com gás;
  - Produtos estimulantes: especiarias, café, chá verde e preto, queijo, chocolate, vinagre e citrinos);
  - Cereais e seus derivados integrais;
  - Fruta crua e vegetais fermentáveis (brócolos, couve-flor, pepino, cebola crua, tomate, pimento, couves e repolho);
  - Leguminosas (feijão, grão-de-bico, ervilhas, favas).
- **Composição Nutricional Média**

| Valor calórico total | Valor percentual dos nutrientes calóricos |           |          |
|----------------------|-------------------------------------------|-----------|----------|
|                      | Hidratos de carbono                       | Proteínas | Gorduras |
| 2000 - 2200kcal      | 55-60%                                    | 15-20%    | 25-30%   |

**DIETA OBSTIPANTE OU POBRE EM RESÍDUOS**

**Pequeno-almoço 8:30**

- 1 Chávena (240ml) cevada ou chá;
- 1 Pacote de açúcar (DI);
- 1 Pão de trigo (50g);
- 1 Pacote de compota ou manteiga (DI);



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

---

**Almoço 12:00**

- 1 Puré de cenoura c/ arroz (300ml) ou canja (sem gordura);
- **Prato:** 1 prato da dieta ligeira (peixe, frango ou peru) com 25g de cenoura;
- 1 Maçã ou pera cozidas **ou** 1 banana madura **ou** gelatina;
- 1/2 Pão de trigo (20-25g);

**Lanche da tarde 15:00**

- 1 Chávena (240ml) de cevada ou chá ou 1 iogurte natural ou de aroma (125g);
- 1 Pacote de açúcar (DI);
- 1 Pacote de bolacha "Maria" (25g) (DI);

**Jantar 18:00**

- Semelhante ao almoço (alternar entre carne e peixe sempre que possível);

**Ceia 22:00**

- 1 Chávena (240ml) cevada ou chá;
- 1 Pacote de açúcar (DI);
- 1 Pacote de bolacha "Maria" (25g) (DI);

## **VI. DIETA LÍQUIDA**

- **Características:** Dieta completa, modificada na textura e consistência, com substituição total ou parcial da carne e do peixe por dose equivalente de dieta modular proteica, sempre que necessário. Todos os alimentos são triturados e batidos de forma a reduzi-los a um líquido fino, perfeitamente homogéneo e sem grumos.
- **Indicações:** É destinada a doentes muito debilitados, que não possam ingerir alimentos sólidos ou com sonda de alimentação.
- **Métodos de confeção permitidos:** são utilizados métodos de confeção simples no tratamento culinário dos alimentos e sua posterior homogeneização, com a adição de líquidos estritamente necessários até à sua perfeita liquidificação.
- **Alimentos não permitidos:** Utilizam-se alimentos "macios", fáceis de homogeneizar, rejeitando-se todos aqueles que não possuam estas características.
- **Adequação nutricional:** Não satisfaz as necessidades nutricionais e energéticas. Deve ser administrada o menos tempo possível (2 a 3 dias) para evitar emagrecimento e carências múltiplas, caso contrário deve ser suplementada com produtos comerciais.
- **Composição nutricional média:**



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

| Valor calórico total | Valor percentual dos nutrientes calóricos |           |          |
|----------------------|-------------------------------------------|-----------|----------|
|                      | Hidratos de carbono                       | Proteínas | Gorduras |
| 1700 - 1900kcal      | 60%                                       | 20%       | 20%      |

### DIETA LÍQUIDA

#### **Pequeno-almoço 8:30**

- Papa de 35gr.de farinha “NESTUM” ou 35gr.de farinha “MAIZENA” com 240ml de leite meio-gordo;

#### **Almoço 12:00**

- 1 Puré de legumes homogeneizado com 30gr.de carne ou peixe;
- 1 Papa de fruta batida com a água de cozer a fruta;

#### **Lanche da tarde 15:00**

- Semelhante ao pequeno-almoço, ou
- 1 logurte líquido de aroma meio-gordo ou sumo 100% (DI) homogeneizado com 3 bolachas “Maria”;

#### **Jantar 18:00**

- Semelhante ao almoço

#### **Ceia 22:00**

- Semelhante ao pequeno-almoço ou
- 1 logurte líquido de aroma meio-gordo ou sumo 100% (DI) homogeneizado com 3 bolachas “Maria”.

### DIETA LÍQUIDA DIABÉTICA

#### **Pequeno-almoço 8:30**

- Papa de 35gr.de farinha “MAIZENA” com 240ml de leite magro;

#### **Almoço 12:00**

- 1 Puré de legumes homogeneizado com 30gr.de carne ou peixe;
- 1 Papa de fruta batida com a água de cozer a fruta;

#### **Lanche da tarde 15:00**

- Semelhante ao pequeno-almoço ou
- 1 logurte líquido de aroma magro (DI) homogeneizado com 3 bolachas integrais ou,
- 1 Papa de fruta batida com a água de cozer a fruta homogeneizada com 3 bolachas integrais;

#### **Jantar 18:00**

- Semelhante ao almoço;

#### **Ceia 22:00**

- Semelhante ao pequeno-almoço ou



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

---

- 1 logurte líquido de aroma magro (DI) homogeneizado com 3 bolachas integrais **ou**
- 1 Papa de fruta batida com a água de cozer a fruta homogeneizada com 3 bolachas integrais;

→ **VARIANTES**

**VII. SEM SAL**

Dieta completa, com composição semelhante à dieta associada que lhe deu origem, com confeção isenta de sal de cozinha, com abolição de produtos alimentares cuja preparação envolve a adição de sal:

1. Produtos de charcutaria;
2. Queijos;
3. Cubos de caldo comuns;
4. Maionese;
5. Molhos comerciais;
6. Azeitonas;
7. Manteiga com sal;
8. Enlatados;
9. Peixe seco e salgado;
10. Bolachas com sal.

Em compensação, recorre-se de modo especial ao uso de ervas e condimentos para tornar a dieta mais saborosa.

- **Indicações:** Adequada no controlo de edemas, e de hipertensão;
- **Composição nutricional média**

Valor calórico total sobreponível ao da dieta associada que lhe deu origem, bem como a distribuição percentual dos nutrientes calóricos.

**VIII. DIETA MOLE (triturada)**

- **Características:** Dieta completa, com composição semelhante à dieta associada que lhe deu origem, tendo como modificações principais a maior cocção e/ou trituração dos vários componentes das refeições.
- **Indicações:** É indicada para doentes com dificuldade moderada de deglutição ou de mastigação (falta de peças dentárias, por exemplo).
- **Métodos de confeção permitidos:** Admite todos os tipos de confeção culinária simples, com cozedura prolongada e posterior trituração dos alimentos que apresentem consistência dura e textura fibrosa.
- **Alimentos permitidos e não permitidos:** São permitidos apenas alimentos suscetíveis de se tornarem macios e triturados. A carne deve ser triturada, a fruta deve ser macia ou cozida, os legumes podem ser triturados formando um “esparregado”, o pão e bolachas podem ser desfeitos na bebida (leite, cevada ou chá), ou pode recorrer-se à preparação de papas e batidos:



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

---

- **60gr. de farinha não láctea “NESTUM” com 240ml de leite meio-gordo ou magro.**
- **35gr. de farinha “MAIZENA” com 240ml de leite meio-gordo ou magro;**
- **60gr. de flocos de aveia com 240ml de leite meio-gordo ou magro;**
- **1 iogurte líquido ou sólido meio-gordo ou magro batido com 3 bolachas “Maria” ou integrais;**
- **1 papa de fruta cozida ou crua batida com 3 bolachas “Maria” ou integrais;**
- **Composição nutricional média:** Valor calórico total sobreponível ao da dieta associada que lhe deu origem, bem como a distribuição percentual dos nutrientes calóricos.



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

---

**CAPITAÇÕES (PESO EDÍVEL)**

**ALIMENTOS FIXOS**

|                                           |                              |
|-------------------------------------------|------------------------------|
| - Açúcar                                  | em doses individuais 6-8 g   |
| - Edulcorantes                            | em doses individuais         |
| - Pão c/ e s/ sal                         | 50 g                         |
| - Pão integral                            | 50 g                         |
| - Tosta c/ e s/ sal                       | 45 g                         |
| - Pão de forma                            | 40 g                         |
| - Manteiga                                | em doses individuais 10/12 g |
| - Marmelada/doce/geleia                   | em doses individuais 30      |
| - Queijo fatias (tipo flamengo)           | 30 g                         |
| - Fiambre fatias                          | 30 g                         |
| - Cevada                                  | 4 g                          |
| - Farinhas lácteas (sabores variados)     | 80g c/ s/ açúcar             |
| - Farinhas não lácteas (sabores variados) | 80g c/ s/ açúcar             |
| - Flocos de aveia                         | 60g                          |
| - Iogurte aroma                           | 125 g                        |
| - Iogurtes líquidos                       | 180 ml                       |
| - Iogurtes magros                         | 125 g                        |
| - Iogurtes líquidos magros                | 180 ml                       |
| - Bolacha Maria em pacotes                | 30 g                         |
| - Bolacha água e sal, em pacotes de       | 30 g                         |
| - Farinha Maizena                         | 35 g                         |
| - Bolacha integral                        | 30 g                         |
| - Sumo de fruta 100% natural              | 200 ml                       |

**ERVAS AROMÁTICAS, ESPECIARIAS, MOLHOS**

|             |       |
|-------------|-------|
| - Alhos     | 5 g   |
| - Louro     | 0,5 g |
| - Manjerona | 0,5 g |
| - Orégãos   | 0,5 g |
| - Tomilho   | 0,5 g |
| - Piri-piri | 0,5 g |



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

---

|                               |        |
|-------------------------------|--------|
| - Hortelã                     | 2 g    |
| - Canela                      | 1 g    |
| - Limão                       | 20 g   |
| - Tomate                      | 30 g   |
| - Vinagre                     | 10 g   |
| - Pimentos                    | 15g    |
| - Malagueta                   | 0,5 g  |
| - Noz-moscada                 | 0,5 g  |
| - Baunilha                    | 1 g    |
| - Cominhos                    | 0,5 g  |
| - Pimenta                     | 1 g    |
| - Caril                       | 1 g    |
| - Salsa                       | 5 g    |
| - Coentros                    | 5 g    |
| - Mostarda                    | 15 g   |
| - Ketchup                     | 30 g   |
| - Maionese                    | 30 g   |
| - Bechamel                    | 30 g   |
| - Branco                      | 30 g   |
| - Cebolada                    | 30 g   |
| - Manteiga                    | 10 g   |
| - Vinho                       | 0,5 dl |
| - Sal iodado                  | 5 g    |
| - Pimento para caldeirada     | 50 g   |
| - Tomate concentrado          | 10 g   |
| - Tomate pelado               | 30 g   |
| - Tomate para arroz           | 60 g   |
| - Tomate para guisar ou assar | 40 g   |
| - Tomate para sopa            | 40g    |
| - Tomate para caldeirada      | 80 g   |

**CARNE DE VACA**

|          |      |
|----------|------|
| ▪ assar  | 180g |
| ▪ guisar | 160g |



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

---

|                                |      |
|--------------------------------|------|
| ▪ bife sem ovo:                | 150g |
| ▪ bife com ovo:                | 140g |
| ▪ escalopes:                   | 150g |
| ▪ cozer:                       | 160g |
| ▪ cozer (cozido à portuguesa): | 70 g |
| ▪ cozido à portuguesa simples: | 100g |
| ▪ estufar:                     | 160g |
| ▪ picar: croquetes:            | 120g |
| rolo carne:                    | 130g |
| hambúrguer:                    | 150g |
| almôndegas:                    | 140g |
| empadão:                       | 120g |
| ▪ fígado:                      | 150g |
| ▪ bife (grelhada mista):       | 60g  |
| ▪ espetada:                    | 40g  |
| ▪ feijoada:                    | 80g  |

**CARNE DE PORCO**

|                                      |          |
|--------------------------------------|----------|
| ▪ febras:                            | 150g     |
| ▪ costeletas:                        | 200/220g |
| ▪ assar:                             | 180g     |
| ▪ guisado:                           | 160g     |
| ▪ grelhada mista:                    | 60g      |
| ▪ espetada:                          | 40g      |
| ▪ outros:                            |          |
| - carnes frias:                      | 30g      |
| - chouriço para cozido à portuguesa: | 20g      |
| - chouriço para caldo verde:         | 10g      |
| - chouriço para guisar:              | 50g      |
| ▪ espetada (chouriço):               | 15g      |
| ▪ chouriço para feijoada:            | 15g      |

**FRANGO**

|          |                   |
|----------|-------------------|
| ▪ assar: | 300g (não edível) |
|----------|-------------------|



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

---

|                                |                   |
|--------------------------------|-------------------|
| ▪ bife:                        | 150g              |
| ▪ cozer:                       | 280g (não edível) |
| ▪ para canja:                  | 50g               |
| ▪ cozido à portuguesa:         | 100g              |
| ▪ cozido à portuguesa simples: | 170g              |
| ▪ espetada:                    | 60g               |
| ▪ guisar:                      | 280g              |
| ▪ fritar:                      | 280g              |
| ▪ sopa:                        | 100g              |
| ▪ empadão:                     | 180g              |
| ▪ estufar:                     | 250g (não edível) |
| ▪ frango grelhado:             | 250g (não edível) |

PERÚ

|            |                   |
|------------|-------------------|
| ▪ inteiro: | 300g              |
| ▪ bife:    | 150g              |
| ▪ coxa:    | 280g (não edível) |

PESCADO

|                            |      |
|----------------------------|------|
| ▪ carapau:                 | 240g |
| ▪ peixe espada:            | 250g |
| ▪ sardinha:                | 240g |
| ▪ pescada com ovo:         | 200g |
| ▪ pescada sem ovo:         | 220g |
| ▪ abrótea:                 | 220g |
| ▪ filetes:                 | 180g |
| ▪ albacora:                | 200g |
| ▪ pargo com cabeça:        | 270g |
| ▪ red fish:                | 250g |
| ▪ lulas:                   | 280g |
| ▪ polvo:                   | 350g |
| ▪ peixe para recheio:      | 130g |
| ▪ bacalhau fresco sem ovo: | 200g |
| ▪ bacalhau fresco com ovo: | 180g |
| ▪ dourada:                 | 200g |



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

---

|                        |                                     |
|------------------------|-------------------------------------|
| ▪ atum:                | 120g (conserva)                     |
| ▪ boca negra:          | 250g                                |
| ▪ bicuda:              | 280g                                |
| ▪ chicharro:           | 250g                                |
| ▪ filetes para fritar: | 220g                                |
| ▪ cherne:              | 200g                                |
| ▪ espadarte:           | 200g                                |
| ▪ lírio:               | 180g                                |
| ▪ polvo para assar:    | 350g                                |
| ▪ bacalhau seco:       | - pasteis: 120g                     |
|                        | - bacalhau à Brás: 120g             |
|                        | - bacalhau para cozer com ovo: 140g |
|                        | - bacalhau para cozer sem ovo: 160g |
|                        | - guisado: 150g                     |
|                        | - assar: 180g                       |
|                        | - para recheio: 100g                |
|                        | - à Gomes de Sá: 120g               |

#### OVOS

|                    |           |
|--------------------|-----------|
| ▪ cozer:           | 1 unid.   |
| ▪ escalfar:        | 2 unid.   |
| ▪ omelete:         | 2 unid.   |
| ▪ tortilha:        | 2 unid.   |
| ▪ açorda:          | 1 unid.   |
| ▪ puré de batata:  | 1/3 unid. |
| ▪ farinha maizena: | 1/2 unid. |
| ▪ arroz doce:      | 1/3 unid. |
| ▪ leite creme:     | 1/3 unid. |

#### ARROZ

|                    |     |
|--------------------|-----|
| ▪ guarnição base:  | 70g |
| ▪ guarnição mista: | 50g |
| ▪ sopa:            | 20g |
| ▪ doce:            | 30g |



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

---

**MASSAS ALIMENTARES**

- guarnição base: 70g
- sopa: 20g

**BATATAS**

- sopa com hortaliças: 100g
- caldo verde: 170g
- cozido à portuguesa: 120g
- salada de legumes: 180g
- cozer: 200g
- fritar: 350g
- assar: 250g
- puré: 280g
- sopas puré: 150g

**GRÃO**

- sopa: 40g
- cozer: 80g

**FEIJÃO**

- sopa: 40g
- guisar: 75g
- arroz: 40g
- salada feijão frade: 70g

**FAVAS**

- sopa: 70g
- guisar: 200g

**ERVILHAS**

- sopa: 60g
- guisar: 200g
- arroz à valenciana: 30g



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

---

|                      |      |
|----------------------|------|
| ▪ arroz:             | 60g  |
| ▪ creme de ervilhas: | 80g  |
| ▪ jardineira:        | 60g  |
| ▪ cozer:             | 100g |

**CENOURA**

|                        |      |
|------------------------|------|
| ▪ sopa:                | 50g  |
| ▪ creme:               | 90g  |
| ▪ jardineira:          | 50g  |
| ▪ arroz:               | 50g  |
| ▪ cozer:               | 250g |
| ▪ raspar:              | 150g |
| ▪ salada:              | 100g |
| ▪ ralar:               | 25g  |
| ▪ cozer com hortaliça: | 50g  |

**CEBOLA**

|               |     |
|---------------|-----|
| ▪ sopa:       | 15g |
| ▪ arroz:      | 30g |
| ▪ assar:      | 40g |
| ▪ guisar:     | 30g |
| ▪ caldeirada: | 50g |
| ▪ salada:     | 15g |

**COUVE**

|                        |      |
|------------------------|------|
| ▪ sopa:                | 120g |
| ▪ guarnição:           | 200g |
| ▪ cozido à portuguesa: | 100g |

**FEIJÃO VERDE**

|                  |      |
|------------------|------|
| sopa:            | 80g  |
| jardineira:      | 130g |
| guarnição mista: | 140g |
| guisar:          | 200g |



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

---

**COUVE FLOR**

- sopa: 100g
- guarnição: 200g

**NABOS**

- sopa: 80g
- sopa com hortaliça: 30g
- jardineira: 30g
- cozido à portuguesa: 40g
- salada: 30g

**NABIÇAS**

- sopa: 150g
- esparregado: 450g

**GRELOS**

- sopa: 120g
- guarnição mista: 250g

**ESPINAFRES**

- sopa: 150g
- arroz: 150g
- esparregado: 450g

**AGRIÃO**

- sopa: 150g
- arroz: 170g

**BRÓCULOS**

- cozer: 250g
- arroz: 170g

**ABÓBORA**



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

---

- sopa: 80g
- creme: 100g

**SALADAS**

- alface: 80g
- mista: 40g (alface)
- tomate: 120g
- pepino: 80g
- pimento: 100g
- tomate para salada mista: 50g

**FARINHA DE TRIGO**

- para molhos: 5 g
- para fritar : 20g

**AZEITONAS**

- acompanhamento: 10g

**AZEITE FINO**

- guisado: 5g
- para prato: 20g
- para tempero salada: 20g
- sopa: 5g
- assar: 10g

**ÓLEO**

- óleo para fritar: 25g
- guisar: 5g
- assar: 10g

**MARGARINA**

- 100% vegetal, em pacotes de 1 Kg
- molho branco: 7g
- puré de batata: 5g
- arroz ou esparguete: 5g



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

---

FRUTA

|                |      |
|----------------|------|
| ▪ ananás:      | 180g |
| ▪ ameixas:     | 170g |
| ▪ laranja:     | 180g |
| ▪ maçã:        | 180g |
| ▪ uvas:        | 170g |
| ▪ melão/meloa: | 250g |
| ▪ kiwi:        | 120g |
| ▪ melancia:    | 300g |
| ▪ pera:        | 160g |
| ▪ pêssago:     | 170g |
| ▪ tangerina:   | 160g |
| ▪ banana:      | 120g |
| ▪ morango:     | 220g |
| ▪ maracujá:    | 200g |



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA – CARTÃO  
DIETA**

Nome: \_\_\_\_\_

Enfermaria: \_\_\_\_\_ Cama: \_\_\_\_\_

Data admissão \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_ Hora: \_\_\_\_:\_\_\_\_

Data de alta \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_ Hora: \_\_\_\_:\_\_\_\_

**TIPO DE DIETA**

- ☐ GERAL  
☐ LIGEIRA  
☐ POBRE EM PROTEÍNAS  
☐ DIABÉTICA  
☐ OBSTIPANTE  
☐ POBRE EM RESÍDUOS/FIBRAS (BRANCA)

**VARIANTES**

- ☐ SEM SAL

**CONSISTÊNCIA**

- ☐ LÍQUIDA ☐ Sonda de Alimentação  
☐ PASTOSA  
☐ MOLE  
☐ NORMAL

Observações: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

ASSINATURA \_\_\_\_\_

**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA – CARTÃO DIETA**

**PEQUENO-ALMOÇO**

- ☐ Leite ☐ Cevada ☐ Leite+Cevada ☐ Chá  
☐ Doce ☐ Queijo ☐ Manteiga  
☐ Pão branco ☐ Pão integral  
☐ Papa Maizena® ☐ Papa Aveia  
Nestum® ☐ MEL ☐ ARROZ ☐ Cerelac®

**LANCHE**

- ☐ Leite ☐ Cevada ☐ Leite+Cevada ☐ Chá  
Opção logurte: ☐ Sim ☐ Não  
Bolachas  
☐ Água e sal ☐ Água e sal integrais ☐ Maria®  
☐ Papa Maizena® ☐ Papa Aveia  
Nestum® ☐ MEL ☐ ARROZ ☐ Cerelac®

**CEIA**

- ☐ Leite ☐ Cevada ☐ Leite+Cevada ☐ Chá  
Opção logurte: ☐ Sim ☐ Não  
Bolachas  
☐ Água e sal ☐ Água e sal integrais ☐ Maria®  
☐ Papa Maizena® ☐ Papa Aveia  
Nestum® ☐ MEL ☐ ARROZ ☐ Cerelac®



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

---

## **CARACTERIZAÇÃO DOS PRODUTOS ALIMENTARES**

### **1 - LEITE**

É um produto integral da ordenha total e interrupta de uma vaca leiteira bem constituída, bem alimentada e não fatigada. Deve ser pasteurizado meio gordo ou liofilizado meio gordo. Para regimes especiais poderá ser leite magro.

### **2 – SOBREMESAS DOCES**

Comerciais ou de fabrico próprio a aprovar pela nutricionista.

### **3 - IOGURTE**

Produto gelificado a partir do leite de vaca, inteiro meio gordo ou magro, sólido ou líquido, de aroma ou natural, e que resulta exclusivamente de fermentação provocada por bactérias deles específicas como “lactobacilus bulgarius” e o “estreptococcus thermophilus” tem de estar dentro do período de validade, sem soro, cor branca ou ligeiramente amarelada, de superfície lisa e embalado em boas condições.

### **4 - MANTEIGA**

Fabricada a partir de natas pasteurizadas com e sem sal. Tem que se encontrar dentro do prazo de validade. Deverá ser conservada a uma temperatura de 5º c.

Apresentação:

- Embalagem de 250 g
- embalagens individuais de 10 g

### **5 - QUEIJO**

Produto maturado, obtido por escoamento a partir da coagulação do leite, de nata, do leite desnatado ou parcialmente desnatado, da manteiga ou da mistura de alguns ou de todos estes produtos.

Apresentação:

- Queijo fundido - magro em doses individuais  $\leq 20\%$  mg.
- semi-gordo em doses individuais  $\leq 40\%$  mg.
- Queijo de pasta dura meio cozido ou queijo semi-duro para fins culinários.



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

---

## **6 - LEITE FERMENTADO**

Leite fermentado aromatizado de fruta ou natural, com Bifidus Ativo, Lactobacilo Acidófilo ou L casei imunitass, com e sem açúcar.

## **7 - CARNE DE VACA**

Proveniente de rês bovina adulta aprovada para consumo em conformidade com o regulamento da Inspeção Sanitária dos animais de talho, das respetivas carnes, subprodutos e despojos, apresentada em meia carcaça, quartos ou peças de talho, fresca ou refrigerada.

### **a) Peças de Talho para Bife**

Lombo  
Rosbife  
Vazia sem abas  
Alcatra  
Pojadouro  
Rabadilha - acém redondo

### **b) Peças de Talho para Assar/Estufar**

Chã de fora  
Pá  
Acém comprido  
Alcatra

### **c) Peças de Talho para Guisar**

Chambão da pá  
Chã de fora  
Acém comprido  
Pá  
Aba descarregada

### **d) Peças de Carne para Cozer**

Acém comprido  
Chambão da pá  
Chã de fora



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

---

Peito

Pá

## **8 - CARNE DE PORCO**

- a) **Lombo, perna** limpas frescas ou refrigeradas provenientes de reses abatidas para consumo público de acordo com o regulamento da Inspeção Sanitária dos animais de talho e respetivas carnes, subprodutos e despojos.
- b) **Bife de porco** fresco ou refrigerado proveniente do lombo ou perna.
- c) **Costeletas** deverão obedecer às seguintes características:
- serem provenientes de porcos abatidos nos termos da legislação em vigor;
  - selecionados do lombo e pá em percentagem equivalente;
  - Corte ou processo mecânico e standardizado, deve possuir a parte óssea com músculos correspondentes.

## **9 - CARNE DE PERÚ**

**Bife de peru** - Obtido exclusivamente por corte de músculos peitorais, devendo assumir o aspeto laminado, sem fragmentos de ossos ou cartilagens segundo o tipo comercial “pronto a cozinhar”. Não é permitida a adição de bifos extraídos de outras regiões anatómicas. Apresenta-se no estado refrigerado.

## **10 - FRANGO**

Carcaças ou peitos de frango provenientes de aves abatidas em bom estado de saúde, em matadouros oficialmente aprovados. Preparados segundo o tipo comercial “pronto a cozinhar”, revelar sinais evidentes de uma perfeita e boa preparação, isentas de penas, penugem ou canudos, desprovidos de cabeça, pescoço, vísceras e segmentos abaixo da linha tibio-metatarsica (patas). A cloaca e a porção terminal do intestino não devem fazer parte da carcaça. Em estado fresco ou refrigerado e peso unitário entre 1,200 e 1,400 Kg. Cada carcaça deverá ter uma etiqueta metálica com: identificação do produto; nome da firma fornecedora; número do centro de abate; data da preparação e aprovação sanitária.

## **11 - HAMBÚRGUER**

É o preparado da salsicharia constituído por carne de bovino picada, proveniente de peças do talho em perfeito estado de frescura, com o máximo de gordura entre 15% e 20%, adicionada de condimentos e ligantes legalmente autorizados, enformado e imediatamente congelado a temperaturas entre -25°C e -30°C.



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

---

Acondicionado separadamente por papel ou película própria em indústrias alimentares, podendo ser embalado por grupos em caixas ou em sacos fechados de material semelhante. A embalagem deve ser marcada com:

- a) Designação do produto, tipo e composição;
- b) Nome do fabricante;
- c) Localidade e origem;
- d) Data de fabrico;
- e) A expressão “*Guardar no congelador*”;
- f) Massa líquida expressa em gramas;
- g) Período de validade.

**Nota 1:** O fabricante terá de apresentar alvará sanitário para poder trabalhar em carnes picadas.

**Nota 2:** Os hambúrgueres poderão também ser feitos na própria instituição.

## **12 - CHOURIÇO DE CARNE**

Constituído exclusivamente por carne (tecido muscular sem aponevroses, gânglios e tendões de porco) e gordura de porco fragmentada e refrigerada, em porções de:

Carne - entre 80% para o tipo “extra” e 70% para o tipo “corrente”.

Gordura - entre 5% para o tipo “extra” e 30% para o tipo “corrente”

Ambos com tolerância de 5%.

Devidamente fragmentadas e adicionadas de condimentos e aditivos legalmente autorizados. Em forma de “ferradura” ou em “rosário”, com sinais evidentes de cura perfeita que nunca deverá ser inferior a 72 horas.

O sal deverá ser novo e isento de cheiros anormais. Nitrato de Na<sup>+</sup> e K<sup>+</sup> não deverão exceder os limites legais.

Invólucros - Tripa seca de vaca ou de textura artificial sem manchas nem defeitos e atada nas extremidades.

## **13 - FIAMBRE**

Composto de carne de porco fresca da perna ou da pá (regime permanente de frigorificação a uma temperatura inferior ou igual a 4°C). Sal marinho ou mineral novo, limpo, isento de cheiros anormais, nitrato de sódio ou potássio quantitativos legalmente fixados. Açúcar refinado branco ou dextrose. Gelatina pura e comestível no interior do recipiente não deve exceder 18,8% da massa do produto até 7,5 Kg.



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

---

#### **14 - MORCELA**

Composição: gordura de porco fresca e consistente entre 55 a 60%, sangue de porco fresco e integral, sal novo isento de cheiros anormais, alguns produtos ricos em amido consoante os usos tecnológicos. Condimento conforme os costumes regionais.

Invólucro - tripa fresca ou salgada de porco ou seca de vaca, atada nas extremidades sem manchas nem defeitos.

#### **15 - TOUCINHO**

Fresco ou salgado, entremeado magro.

Proveniente da pele e tecido adiposo do porco, entremeada por músculos (intercostais e abdominais) com aspeto de lâminas - regiões inferiores do tórax e ventre dos porcos magros.

#### **16 - SALSICHAS**

Devem ser do tipo "Frankfurt" e obedecer às características oficialmente normalizadas.

Todos estes produtos deverão ser marcados com rótulos com a seguinte inscrição:

- a) Designação do produto
- b) Tipo
- c) Nome do fabricante
- d) Localidade e origem do fabricante
- e) Data do fabrico
- f) Regras de conservação
- g) Validade

#### **17 - OVOS**

##### **Frescos**

De galinha, de categoria A e classe superior a 5 (de peso unitário  $\geq 50g$ ).

Podem ser providos de uma ou várias marcas distintas, indicando:

- a) Categoria
- b) Classe
- c) O número correspondente à semana de inspeções e classificações
- d) O número do centro de inspeções e classificações



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

---

- e) Nome, a firma ou a denominação social ou domicílio do centro de inspeção e classificação
- f) A marca da empresa ou a marca comercial
- g) As embalagens grandes (mais de 30 ovos), mesmo que contenham ovos adicionados em embalagens pequenas devem ter rótulo que seja inutilizado no ato de abertura da embalagem, contendo as indicações citadas anteriormente, em letras perfeitamente legíveis e visíveis

**Pasteurizados**

Em embalagem de litro.

**18 - PESCADO**

Tipo de apresentação:

- a) Inteiro, fresco sem sofrer evisceração, descamação e corte de barbatanas e cabeça.
- b) Inteiro, limpo, decapitado e pronto a cozinhar: quando sofre evisceração completa, descamação, corte de barbatanas, corte de cabeça ou outras limpezas que permitam a sua confeção culinária imediata.
- c) Em postas: quando selecionados em postas mais ou menos perpendiculares à coluna vertebral. as postas devem ser abertas ou fechadas consoante a região anatómica de onde provêm.
- d) Fragmentado em pedaços seccionados manual ou mecanicamente. Apresentação usual na “caldeira”.
- e) Em filetes: quando é pescado e submetido a filetagem.
- f) Bacalhau seco - do tipo crescido.
- g) Atum. Em pedaços, em azeite, enlatado. Boas condições higiénico-sanitárias e com qualidade comercial.

**Sempre que existam disponíveis no mercado deverão ser utilizados peixes de acordo com a alínea a) deste ponto.**

**ESPÉCIES DE PEIXE E FINS CULINÁRIOS**

- I) Cozer: pescada (de nº 3 a nº 5), juliana, abrótea, alfacim, bacalhau fresco, bicuda, peixão, peixe vermelho.
- II) Assar: peixe vermelho, boca negra, peixão, cavala, abrótea, pescada, peixe espada, juliana, besugo, polvo, bacalhau, cherne, pargo, dourada, espadarte, tainha, anchova .
- III) Grelhar: chicharro, sardinha, peixe espada, besugo, bacalhau, cherne, solha, salmão, tainha, espadarte, albacora.



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

---

IV) Fritar: peixe espada, carapau, chicharro, besugo, peixe vermelho, albacora, juliana, cherne, alfacim, espadarte, peixão, lírio, bacalhau, bicuda, abrótea, etc.

V) Caldeirada: mistura de várias espécies, fragmentadas em pedaços com o mínimo de 5 variedades.

## **19 - GORDURAS**

a) Margarinas - exclusivamente para uso culinário, nunca sendo submetidas a temperaturas > 40°C.

b) Azeite – Virgem em cru ou em usos culinários: acidez expressa em ácido oleico inferior ou igual a 1º. A temperatura durante o processo de confeção nunca deverá exceder os 220°C.

Óleos - de amendoim (temperatura nunca deverá exceder os 180°C), devendo ser empregue nos mesmos tipos de confeção que o azeite, girassol ou óleos alimentares não refinados (as temperaturas não deverão exceder os 160°C), podendo ser utilizados em cru ou em cozinhados aos quais já se adicionaram água ou outro líquido.

## **20 - PÃO**

Carcaças com pelo menos 20% de farinha integral com e sem sal, aproximadamente 50g por unidade, ensacado.

Pão de milho tipo caseiro para confeção de recheio ou para o refeitório.

Pão integral ensacado.

**Nota:** Todo o pão deverá ser ensacado em doses de aproximadamente de 50grs

## **21 - FARINHAS**

a) Farinhas: de trigo para fins culinários.

b) Maizena: para papas, leite creme ou outros fins culinários.

c) Farinhas lácteas de vários sabores com e sem sacarose para utilização em regimes moles, pastosos ou outros especiais.

d) Farinhas não lácteas - de sabores variados para utilização em regimes moles, pastosos ou outros especiais.

e) Flocos de aveia para regimes vegetarianos ou anti obstipantes ou diabéticos.

f) Cereais integrais para regimes ricos em fibras ou outros especiais.

g) Milupa HN25 para regimes antidiarreicos.

## **22 - BOLACHAS**

a) Bolachas maria em doses individuais.



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

---

- b) Bolachas de água e sal em doses individuais.
- c) Bolachas integrais em doses individuais.

### **23 - TOSTAS/TORRAS**

Para regimes sem resíduos ou outros regimes especiais.

### **24 - AÇÚCAR**

Branco, em doses individuais ou ao quilo para fins culinários.

### **25 - ADOÇANTE**

Em doses individuais para regimes hipocalóricos ou sem açúcar.

### **26 - BEBIDAS NÃO ALCOÓLICAS**

- a) Água mineral não gaseificada para doentes internados e do SAP, em garrafas de 1,5L.
- b) Sumos: 100% naturais feitos a partir de fruta natural ou comerciais, sem adição de açúcar e com sabores variados.
- c) Refrigerantes: coca-cola para regimes antidiarreicos ou outros especiais.
- d) Chá verde ou preto para regimes especiais.
- e) Chá de Funcho para regimes especiais.
- f) Tisanas para pequenos almoços, lanches e ceias.
- g) Café Cevada para pequenos almoços, lanches e ceias.

### **27 - BEBIDAS ALCOÓLICAS**

Vinho: para temperos (branco), com graduação legal e restantes características estabelecidas.

### **28 - VINAGRE**

Vinagre de vinho para temperos, resultante de fermentação acética do vinho.

Deverá apresentar-se límpido, cheiro, cor e sabor próprio, conter o mínimo de 50º de acidez por litro expresso em ácido acético e 5 gramas de extrato.

### **29 - ARROZ**

- a) De grão alongado e duro, carolino ou agulha, para guarnição.
- b) Arroz de grão arredondado tipo gigante para sopa ou sobremesas.

### **30 - SAL**

Iodado, higienizado em sacos plásticos de 1Kg.

### **31 - AZEITONAS**



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

---

Pretas ou verdes de boa qualidade comercial.

**32 – GELATINAS**

De origem vegetal, com sabores a frutos variados.

**33 - PRODUTOS HORTÍCOLAS E FRUTOS FRESCOS**

Em boas condições higio-sanitárias e de boa qualidade comercial.

**Sempre que existam disponíveis no mercado, deverão ser utilizados produtos hortícolas frescos.**



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

---

**ANEXO V**

**DIAS FESTIVOS**

(conforme Cláusula 6ª das Cláusulas Técnicas Especiais do Caderno de Encargos)

Dias em que será fornecida uma ementa especial aos doentes

- Véspera de Natal
- Dia de Natal
- Dia de Ano Novo
- Dia Mundial do Doente
- Dia de Páscoa



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

---

**ANEXO VI**

**INVENTÁRIO**

(conforme Cláusula 9ª das Cláusulas Técnicas Especiais do Caderno de Encargos)

**Serviço de Alimentação  
USI Graciosa**

**ZONA DE ESCRITÓRIO**

- 1 secretária
- 3 cadeiras pretas em PVC
- 1 cadeirão

**ARMAZÉM DE GÉNEROS**

- 2 conjuntos de estantes em metal
- 1 cacifo

**ZONA DE PREPARAÇÃO DE ALIMENTOS**

- 3 bancadas lavadores e acessórios em inox
- 3 mesas de preparação inox com orifício de detritos e balde inox

**ZONA DE REFRIGERAÇÃO**

- 1 armário frigorífico de refrigeração vertical inox
- 1 armário frigorífico para congelados vertical inox
- 1 câmara de refrigeração
- 1 câmara de congelação

**COZINHA**

- 1 carro de transporte de refeições aberto em inox
- 1 mesa inox central
- 1 armário inox
- 1 armário inox com orifício de detritos e balde inox
- 1 bancada inox lavagem louça, com 2 pias
- 1 fogão industrial com 4 queimadores e forno
- 1 fogão industrial com 2 queimadores
- 2 exaustores inox
- 1 fritadeira inox 2 cubas
- 1 grelhador inox 2 placas (1 lisa e 1 canelada)
- 1 marmitta de aquecimento indireto a gás inox
- 3 lavatórios de mãos com pedal, inox
- 2 termos de 6 litros inox
- 1 baldes de lixo



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

---

**ZONA DE LAVAGEM DE LOUÇA**

- 1 bancadas inox para lavagem
- 5 bancadas de inox
- 1 bancadas com orifício de detritos e balde em inox
- 1 máquina de lavar louça industrial inox
- 1 armário de inox para loiça
- 1 exaustor

**ZONA DE APOIO AO REFEITÓRIO**

- 1 bancada inox para maquina de café
- 1 máquina de café expresso
- 1 armário inox para louça
- 1 bancada inox lavagem de louça
- 1 tostadeira
- 1 balde do lixo em inox

**PALAMENTA**

- 1 cafeteira 1,2 L
- 5 panelas de pressão (duas sem tampa)
- 1 panela inox 18/10
- 1 panela alumínio C8
- 1 panela alumínio C/7
- 1 panelas alumínio 28
- 1 panela grande de alumínio 30
- 1 pinça de salada

**EMPRATAMENTO**

- 14 tabuleiros isotérmicos com tampa inox
- 20 tabuleiros
- 8 canecas
- 6 taças de sobremesa
- 11 tigelas de sopa
- 24 pratos rasos
- 9 pratos fundos

**ZONA DE REFEITÓRIO**

- 8 mesas retangulares
- 1 mesa redonda
- 44 cadeiras brancas e verdes
- 3 cadeiras de PVC azuis
- 1 bancada de inox
- 1 armário com porta de vidro para louça
- 4 sofás de 2 lugares
- 1 sofá de 1 lugar
- 1 dispensador de papel de mão



Região Autónoma dos Açores  
Secretaria Regional da Saúde e Desporto  
Direção Regional de Saúde  
**UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA GRACIOSA**

---

3 baldes de lixo reciclagem  
1 balde de lixo para papel de mãos