



ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ ΤΗΣ ΚΥΒΕΡΝΗΣΕΩΣ ΤΗΣ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑΣ

17 Μαρτίου 2023

ΤΕΥΧΟΣ ΔΕΥΤΕΡΟ

Αρ. Φύλλου 1636

ΑΠΟΦΑΣΕΙΣ

Αριθμ. 2242.1 - 8/16628/2023

Καθορισμός εδεσματολογίου Μεσογειακών Επιβατηγών και Ακτοπλοϊκών πλοίων ολικής χωρητικότητας 250 κόρων και άνω.

Ο ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ ΚΛΑΔΟΥ Β' (ΝΑΥΤΙΛΙΑΣ)
ΑΡΧΗΓΕΙΟΥ ΛΙΜΕΝΙΚΟΥ ΣΩΜΑΤΟΣ - ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ
ΑΚΤΟΦΥΛΑΚΗΣ

Έχοντας υπόψη:

1. Τις διατάξεις:

α. του άρθρου 101 του Κώδικα Δημοσίου Ναυτικού Δικαίου που κυρώθηκε με το άρθρο μόνον του ν.δ. 187/1973 «Περί Κώδικος Δημοσίου Ναυτικού Δικαίου» (Α' 261),

β. του ν. 4078/2012 «Κύρωση της Σύμβασης Ναυτικής Εργασίας, 2006 της Διεθνούς Οργάνωσης Εργασίας» (Α' 179),

γ. του άρθρου 90 του Κώδικα Νομοθεσίας για την Κυβέρνηση και τα κυβερνητικά όργανα (π.δ. 63/2005, Α' 98), το οποίο διατηρήθηκε σε ισχύ με την περ. 22 του άρθρου 119 του ν. 4622/2019 «Επιτελικό κράτος: οργάνωση, λειτουργία και διαφάνεια της Κυβέρνησης, των κυβερνητικών οργάνων και της κεντρικής δημόσιας διοίκησης» (Α' 133),

δ. του άρθρου 118 του ν. 4504/2017 «Δια βίου εκπαίδευση προσωπικού Υπουργείου Ναυτιλίας και Νησιωτικής Πολιτικής, ενδυνάμωση της διαφάνειας και της αξιοκρατίας σε θέματα αρμοδιότητας Υπουργείου Ναυτιλίας και Νησιωτικής Πολιτικής, ενίσχυση της κοινωνικής συμμετοχής στην ακτοπλοΐα, θέματα πολιτικού προσωπικού, συμπλήρωση διατάξεων για τα λιμενικά έργα και άλλες διατάξεις» (Α' 184),

ε. του π.δ. 13/2018 «Οργανισμός Υπουργείου Ναυτιλίας και Νησιωτικής Πολιτικής» (Α' 26),

στ. του π.δ. 83/2019 «Διορισμός Προέδρου της Κυβέρνησης, Υπουργών, Αναπληρωτών Υπουργών και Υφυπουργών»,

ζ. του άρθρου 26 της υπ' αρ. 3522.2/08/2013 κοινής απόφασης των Υπουργών Υγείας, Ναυτιλίας και Αιγαίου περί «Κύρωσης της Σύμβασης Ναυτικής Εργασίας, 2006, της Διεθνούς Οργάνωσης Εργασίας (Β' 1671),

η. του άρθρου 13 της υπ' αρ. 2903.5/92965/2019 απόφασης του Υπουργού Ναυτιλίας και Νησιωτικής Πολιτικής «Υπαγωγή υπηρεσιών και μεταβίβαση αρμοδιοτήτων στους Γενικούς Γραμματείς Λιμένων, Λιμενικής Πολιτικής και Ναυτιλιακών Επενδύσεων, Αιγαίου και Νησιωτικής Πολιτικής και σε υπηρεσιακά όργανα του Υπουργείου Ναυτιλίας και Νησιωτικής Πολιτικής» (Β' 5056).

2. Τη διαβούλευση των κοινωνικών εταίρων και των αρμόδιων Υπηρεσιών και Φορέων.

3. Το γεγονός ότι από την παρούσα δεν προκαλείται δαπάνη σε βάρος του κρατικού προϋπολογισμού.

4. Την ανάγκη για τον εκσυγχρονισμό του εδεσματολογίου στα Μεσογειακά Επιβατηγά και Ακτοπλοϊκά πλοία ολικής χωρητικότητας 250 κόρων και άνω, αποφασίζουμε:

Άρθρο 1

Καθορίζεται η σύνθεση του ημερησίου εδεσματολογίου ενιαία για τους πλοίαρχους και τα πληρώματα των Μεσογειακών Επιβατηγών και Ακτοπλοϊκών πλοίων ολικής χωρητικότητας 250 κόρων και άνω, σύμφωνα με τους πίνακες του παραρτήματος, οι οποίοι αποτελούν αναπόσπαστο μέρος της παρούσης.

Άρθρο 2

Παρατηρήσεις - Διασαφηνίσεις

Α. ΕΠΕΞΗΓΗΜΑΤΙΚΕΣ ΔΙΑΣΑΦΗΝΙΣΕΙΣ

Τα τρόφιμα πρέπει να είναι υγιεινά και άριστης ποιότητας. Το βάρος όλων των διατροφικών υλικών, πλην του ψωμιού, υπολογίζεται πριν οποιασδήποτε μαγειρικής επεξεργασίας τους.

Ο άρτος ψήνεται ή παρασκευάζεται ή προμηθεύεται στο πλοίο ανά δύο ημέρες το αργότερο τηρουμένων όλων των διαδικασιών υγιεινής και ασφάλειας τροφίμων και δίδεται προς κατανάλωση.

Πάντα τα κρεατώδη πρέπει να είναι απαλλαγμένα από περιττά λίπη. Εν όρμω συνίσταται να παρέχεται νωπό κρέας εφόσον εξευρίσκεται επιτόπου με ευχέρεια.

Μπιφτέκι της σχάρας ή ψητό ή φούρνου αποτελείται από βοδινό κρέας κοπανιστό ή αλεσμένο (κιμάς) ψημένο, χωρίς επιπρόσθετο λίπος.

Ο κιμάς ανεξαρτήτως της χρήσης του (κεφτέδες τηγανητοί, γιουβαρλάκια, ντολμάδες, γεμιστά κ.α.) πρέπει να προέρχεται από καλής ποιότητας βοδινό κρέας.

Σε λοιπές παρασκευές κρέατος περιλαμβάνεται 25% κόκκαλο.

Στις περιπτώσεις που προβλέπεται στο εδεσματολόγιο η χορήγηση λαχανικών ή σαλάτας νοείται η χορήγηση λαχανικών ή σαλάτας εποχής.

Η γαρνιτούρα, όταν δεν καθορίζεται, θα είναι αναλόγως της εποχής, καρότα με φασόλια ή αρακά, καρότα με λάχανο, μαρούλια και ραπανάκια, αγκινάρες και κρεμμύδια, καρότα με κουνουπίδι, καρότα με σάλτσα ντομάτα-λάδι. Στο ελαιόλαδο πρέπει να καθορίζεται εκ των προτέρων το ανώτατο όριο οξύτητας, το οποίο είναι 2.

Γλυκίσματα: Το γλυκίσμα του γεύματος δύναται να αντικατασταθεί από παγωτό.

Καφές: Καφές παρέχεται κατά τη διάρκεια της ημέρας και μέχρι τρεις καφέδες ημερησίως, Ελληνικός ή Γαλλικός ή Ιταλικός ή Αμερικανικός, ανάλογα των διατιθεμένων στο πλοίο μέσων παρασκευής.

Να παρέχεται πόσιμο νερό επαρκούς ποσότητας για το σύνολο του πληρώματος.

Σάλτσες: Κατά το δυνατόν, οι σάλτσες να παρασκευάζονται με ελαιόλαδο.

Απαγορεύεται η κατανάλωση αλκοόλ στους ναυτικούς ηλικίας μικρότερης των 18 ετών, ενώ συνιστάται στους πάσχοντες από νοσήματα του ήπατος, στομάχου κ.λπ., όπως αποφεύγουν τη χρήση οινόπνευματων ποτών. Σε κάθε περίπτωση να τηρούνται οι διατάξεις του π.δ. 79/2012 (Α' 137), όπως ισχύει, ειδικότερα αυτές του Κανονισμού VIII/1 και Τμήματος Β-VIII/1 Κεφαλαίου VIII, καθώς και η πολιτική της εταιρείας όπως αποτυπώνεται στο Εγχειρίδιο Ασφαλούς Διαχείρισης που εφαρμόζει.

Β. ΓΕΝΙΚΕΣ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ

Όλα τα συντηρημένα κρεατώδη ή θαλάσσια είδη πρέπει να υποβάλλονται σε αυστηρό έλεγχο.

Σε αυστηρό έλεγχο πρέπει να υποβάλλονται επίσης οι δεξαμενές νερού, οι αποθήκες τροφίμων, τα σκευή μαγειρικής και σερβιρίσματος.

Ο άρτος, τα ποτά και τα μαγειρεμένα φαγητά καταναλώνονται εντός του πλοίου. Οι μερίδες που δεν χρησιμοποιούνται στην τραπεζαρία απαγορεύεται να μεταβιβάζονται από τον δικαιούχο σε πρόσωπα εκτός τραπεζαρίας και εκτός του πλοίου. Απαγορεύεται επίσης η χρησιμοποίηση υπολειμμάτων φαγητού της προηγούμενης ημέρας κατά την επόμενη.

Σε περίπτωση που διαπιστωθεί κατ'επανάληψη πλεόνασμα παρασκευασμένου φαγητού, παρέχεται η δυ-

νατότητα στην Επιτροπή του άρθρου 3 της παρούσης να περιορίσει ανάλογα την κατ'άτομο μερίδα, καταχωρώντας σχετική εγγραφή στο Ημερολόγιο Γέφυρας του πλοίου ή στο σχετικό τηρούμενο αρχείο.

Στους ασθενείς παρέχεται τροφή χωρίς περιορισμό ως προς το είδος και την ποσότητα, σύμφωνα με τις οδηγίες του ιατρού ή του υποπλοιάρχου στις περιπτώσεις που δεν υφίσταται ιατρός. Η μερίδα των ασθενών δεν τίθεται στο σιτηρέσιο.

Κατά τις ημέρες της Καθαρής Δευτέρας, Μεγάλης Παρασκευής και Υψώσεως Τιμίου Σταυρού (14 Σεπτεμβρίου) θεσπίζεται θρησκευτική νηστεία.

Κατά τις λοιπές ημέρες Αργίας, όπως αυτές ορίζονται από την εκάστοτε ισχύουσα Συλλογική Σύμβαση, θεσπίζεται εδεσματολόγιο Κυριακής, εφ'όσον αυτές δεν συμπίπτουν με αυτή.

Στη βάση των απαιτήσεων της παρούσας απόφασης, ο πλοίαρχος μπορεί να επιλέγει και να αντικαθιστά τρόφιμα με έτερα ανάλογης θρεπτικής αξίας, λαμβάνοντας υπόψη τις θρησκευτικές πεποιθήσεις και τις πολιτιστικές πρακτικές των ναυτικών, κατ'εφαρμογή της περ. α της παρ. 2 του άρθρου 26 του Κανονισμού της Σύμβασης Ναυτικής Εργασίας, όπως κυρώθηκε με την υπ'αρ. 3522.2/08/2013 (Β' 1671) κοινή υπουργική απόφαση.

Άρθρο 3

Υπεύθυνοι εποπτείας υγιεινής και ποιότητας

Υπεύθυνοι για την εποπτεία της υγιεινής και της ποιότητας της παρεχόμενης τροφής και του πόσιμου νερού είναι τα μέλη της επιτροπής της παρ. 6 του άρθρου 26 του Κανονισμού της Σύμβασης Ναυτικής Εργασίας, 2006, της Διεθνούς Οργάνωσης Εργασίας, όπως κυρώθηκε με την υπ'αρ. 3522.2/08/2013 (Β' 1671) κοινή υπουργική απόφαση. Σε περίπτωση κατά την οποία το πλοίο δεν υπάγεται στις διατάξεις της προαναφερθείσας απόφασης, συνυπεύθυνοι καθίστανται ο Πλοίαρχος και ο Α' Μηχανικός.

Άρθρο 4

Κατάργηση προηγούμενων διατάξεων

Από την έναρξη ισχύος της παρούσης καταργείται η υπό στοιχεία Φ.Υ. 71481/17/70/19-09-1970 (Β' 14/1971) απόφαση του Υπουργού Εμπορικής Ναυτιλίας.

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ**Α. ΠΙΝΑΚΑΣ ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΩΝ ΜΕΡΙΔΩΝ ΑΝΑ ΓΕΥΜΑ**

Άρτος: Λευκό ψωμί και ψωμί ολικής άλεσης.

Αναψυκτικά: Πορτοκαλάδα, Λεμονάδα, Αναψυκτικό τύπου Cola.

Αλλαντικά: Μπέικον, Λουκάνικα – Ham.

Αλίπαστα: Σαρδέλα – Σκουμπρί 50 γραμμάρια.

Αφεψήματα: Πράσινο τσάι 2 γραμμάρια, Μαύρο τσάι 2 γραμμάρια, Χαμομήλι 2 γραμμάρια.

Βούτυρο νωπό (φρέσκο) προγεύματος: 20 γραμμάρια πρωινό / 50 γραμμάρια μαγειρευτό. Στα ψυχρά κλίματα η ποσότητα διπλασιάζεται.

Γάλα Φρέσκο: 250 γραμμάρια.

Γάλα Μακράς Διάρκειας: 250 γραμμάρια.

Γιαούρτι: 250 γραμμάρια.

Επιδόρπιο γιαουρτιού: 200 γραμμάρια.

Γλυκό: 180-200 γραμμάρια.

Ελιές: 40 γραμμάρια.

Ελαιόλαδο: για σαλάτα 20-30 γραμμάρια, για μαγείρεμα λαδερών, οσπρίων, μαγειρευτών 10 γραμμάρια.

Ζαμπόν: 40 γραμμάρια.

Ζάχαρη: για την παρασκευή γλυκών 150 γραμμάρια εβδομαδιαίως. Επιπλέον ποσότητα για ροφήματα. Στα ψυχρά κλίματα η ποσότητα διπλασιάζεται.

Ζυμαρικά διάφορα: Ως κύριο πιάτο 150 γραμμάρια. Ως συνοδευτικό 100 γραμμάρια. Σούπες 50-100 γραμμάρια.

Κακάο: 10 γραμμάρια.

Καφές: καφές στιγμιαίος – καφές φίλτρου – καφές ελληνικός εφ' άπαξ 5 γραμμάρια.

Καρότα: 50 γραμμάρια ως συνοδευτικό – γαρνιτούρα.

Κηπευτικά: όταν δεν αποτελούν συνοδευτικό μελιτζάνες 300 γραμμάρια, μπάμιες 200 γραμμάρια, κολοκυθάκια 400 γραμμάρια, αρακάς 150 γραμμάρια, φασολάκια 250 γραμμάρια. κλπ. Ως συνοδευτικά μειώνονται κατά 50 γραμμάρια. Για γεμιστά ντομάτες, πιπεριές 400 γραμμάρια.

Κομπόστες: Ροδάκινο – Βερίκοκο – Αχλάδι - Μήλο 200 γραμμάρια.

Κοτόπουλο: 250 γραμμάρια.

Κουάκερ: 60 γραμμάρια.

Κρέας: Μοσχάρι – Βοδινό – Χοιρινό - Αρνί 200-250 γραμμάρια. Διάφορες παρασκευές από κιμά 200 γραμμάρια.

Κρέμα γάλακτος: Ποσότητα ικανή για την παρασκευή μερίδας φαγητού περίπου 200 γραμμαρίων.

Κρεμμύδια: Ανάλογα του είδους του φαγητού.

Λαχανικά φυλλώδη (για βραστά): ραδίκια, σπανάκι, αντίδια, βλήτα, λάχανο, κουνουπίδι, μπρόκολο, αγκινάρα χωρίς κρέας ακαθάριστα 300 γραμμάρια. Με κρέας ή ψάρι συνοδευτικά ακαθάριστα 200-250 γραμμάρια, σπαράγγια.

Λαχανικά ριζώδη: Παντζάρια, πατάτα 230 γραμμάρια.

Λαχανικά κατεψυγμένα (frozen): Σπανάκι, φασολάκια, αρακάς, μπρόκολο, κουνουπίδι, καλαμπόκι.

Λουκάνικα τύπου Φρανκφούρτης: 40 – 50 γραμμάρια.

Μαρμελάδα: 40 γραμμάρια.

Μαλάκια: Καλαμάρι, χταπόδι, θράψαλο, σουπιά, μύδια, γαρίδες, καρκινοειδή 250 γραμμάρια.

Μανιτάρια: 100 γραμμάρια.

Μέλι: 40 γραμμάρια.

Μπέικον: 40 γραμμάρια.

Μπισκότα: 50 γραμμάρια.

Ντομάτα φρέσκια: Για σουπες – μαγειρευτά - ζυμαρικά 100 γραμμάρια.

Ντομάτα κουτί (αποφλοιωμένη): Χρησιμοποιείται αντί της φρέσκιας σε ίδια ποσότητα.

Ντοματοπολτός (συσκευασμένος): Χρησιμοποιείται ενισχυτικά των προηγούμενων.

Ξηροί καρποί: Καρύδια – Αμύγδαλα – Χουρμάδες – Αποξηραμένα φρούτα 100 – 150 γραμμάρια.

Όινος ή αλκοολούχο ποτό: Ανάλογα με την πολιτική της εταιρείας.

Όσπρια: Φασόλι – Φακές – Ρεβίθια – Φάβα.

Πίτες διάφορες: Σπανακόπιτα – Τυρόπιτα – Κρεατόπιτα 200 γραμμάρια.

Παγωτό: 150 γραμμάρια.

Πίτσα: 200 γραμμάρια.

Παστίτσιο - Ογκραντέν: 250 γραμμάρια.

Πουλερικά: Κοτόπουλο - Γαλοπούλα 250 γραμμάρια.

Σαλάτα: Αγγούρι- ντομάτα – μαρούλι - λάχανο - φυλλώδη διάφορα 200 γραμμάρια.

Σκόρδα: Ανάλογα του φαγητού.

Σταφίδες: 100 γραμμάρια.

Σύκα ξερά: 160 γραμμάρια.

Συκώτι μόσχου: βλ. νομοθεσία περί εντοσθίων.

Τόνος: Ως ορεκτικό 80 γραμμάρια, ως τονοσαλάτα, κύριο πιάτο 150 γραμμάρια.

Τυρί: Φέτα 60 γραμμάρια – Κίτρινα τυριά (Γραβιέρα – Κεφαλοτύρι – Κασέρι) 50 γραμμάρια.

Φρούτα: Διάφορα εποχιακά φρούτα 250 – 300 γραμμάρια σε πρόγευμα – γεύμα – δείπνο. Μήλα, αχλάδια, ροδάκινα, βερίκοκα περίπου 200 γραμμάρια. Καρπούζι, πεπόνι 400 – 450 γραμμάρια. Σταφύλια, σύκα 350 γραμμάρια. Μπανάνες, ανανάς και άλλα τροπικά φρούτα τοπικής παραγωγής 250 γραμμάρια.

Χυμοί φρούτων: 200 γραμμάρια.

Ψωμί: Χωρίς περιορισμό.

Ψάρια φρέσκα ή κατεψυγμένα: Μεγάλα τεμαχιζόμενα 250 – 300 γραμμάρια, μικρά 300 γραμμάρια.

Β. ΠΙΝΑΚΑΣ ΘΡΕΠΤΙΚΩΝ ΜΕΣΩΝ ΙΣΟΔΥΝΑΜΗΣ ΑΞΙΑΣ

Τα θρεπτικά μέσα δύνανται να αντικατασταθούν με άλλα του ίδιου ή παραπλήσιων αυτών ισότιμης θρεπτικής αξίας, όταν αποβαίνει ανέφικτη η προμήθειά τους ή καθίσταται δυσχερής η συντήρησή τους.

Βούτυρο νωπό (φρέσκο) Προγεύματος: Με ξηρό τυρί 50 γραμμαρίων, με φέτα 60 γραμμαρίων.

Βούτυρο νωπό (φρέσκο) μαγειρικό: Με ελαιόλαδο 8% μικρότερου βάρους.

Γάλα: Με κοινό γάλα 250 γραμμαρίων., ζαχαρούχο αναλόγου βάρους, ξηρό τυρί 50 γραμμαρίων., φέτας 60 γραμμαρίων.

Γιαούρτι: Με ξηρό τυρί 50 γραμμαρίων, με φέτα 60 γραμμαρίων.

Ελαιόλαδο: Με αραβοσιτέλαιο ή ηλιέλαιο ίσου βάρους, βουτύρου νωπού (φρέσκου) μαγειρικού 8% μεγαλύτερου βάρους.

Ζυμαρικά: Με ρύζι 5% μικρότερου βάρους, κουάκερ 10% μεγαλύτερου βάρους.

Ψάρια νωπά ή κατεψυγμένα: Με τόνο ή σολομό 45-50% μικρότερου βάρους ή με άπαχο κρέας 15% μικρότερου βάρους.

Καφές: Με κακάο, τσάι, χαμομήλι ίσου βάρους.

Κηπευτικοί καρποί: (ντομάτες, αρακά, φασολάκια, μελιτζάνες, μπάμιες, κολοκυθάκια, αγγούρια κλπ.): Με βραστά φύλλα λαχανικών (σπανακιού ραδικιού, βλήτων, αντιδιών κ.α.) ή κουνουπίδι ή αγκινάρες κ.α. ή χόρτων.

Τα φυλλώδη νωπά λαχανικά, τα οποία υποβάλλονται σε οποιαδήποτε μαγειρική επεξεργασία, δύνανται να αντικατασταθούν με κατεψυγμένα και σε εξαιρετική περίπτωση αδυναμίας εξεύρεσής τους με όσπρια ή πατάτες.

Κρέας: Με πουλερικά ίσου βάρους, φρέσκα ψάρια 30% μεγαλύτερου βάρους, τόνο ή σολομό 30% μικρότερου βάρους.

Μαρμελάδα: Με μέλι.

Μπιφτέκι: Με μπιριζόλα, τηγανητούς κεφτέδες, γεμιστών ή άλλων φαγητών, τα οποία έχουν ως κύριο συστατικό τον κιμά (γιουβαρλάκια, ντολμάδες κ.ά.).

Ντοματοπολτός (Πελτές): Με χυμό ντομάτας, με ολόκληρη φρέσκια ντομάτα ή καλώς συντηρημένης ντομάτας.

Φρούτα φρέσκα: Με συντηρημένα φρούτα ή με καλά διατηρημένους χυμούς τους ή με κομπόστα ή με αποξηραμένα φρούτα.

Γ. ΠΙΝΑΚΑΣ ΕΔΕΣΜΑΤΟΛΟΓΙΟΥ ΘΕΡΙΝΟΙ ΜΗΝΕΣ

ΔΕΥΤΕΡΑ	ΠΡΟΓΕΥΜΑ	Ψωμί - Μαρμελάδα - Βούτυρο – Μέλι – Χυμός πορτοκάλι – Αβγά βραστά – Φρούτα – Γάλα – Καφές.
	ΓΕΥΜΑ	Ορεκτικό – Σαλάτα εποχής – Γεμιστά (πιπεριές – ντομάτες) – Ψάρι τηγανητό – Λαζάνια – Μπριάμ.
	ΔΕΙΠΝΟ	Σαλάτα εποχής – Τυριά διάφορα – Πίτσα – Μπιφτέκι σχάρας – Πατάτες τηγανητές.
ΤΡΙΤΗ	ΠΡΟΓΕΥΜΑ	Ψωμί - Βούτυρο – Ταχίни – Χυμός πορτοκάλι – Αβγά ποσέ – Λουκάνικα - φρούτα – Γάλα – Καφές.
	ΓΕΥΜΑ	Ορεκτικό – Σαλάτα εποχής – Χοιρινό λεμονάτο – Ριζότο σαφράν – Κις Λορέν.
	ΔΕΙΠΝΟ	Σαλάτα εποχής – Κοτόπουλο σχάρας – Χορταρικά σχάρας – Πιλάφι – Κάψα.
ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΡΟΓΕΥΜΑ	Ψωμί - Φυστικοβούτυρο – Χυμός – τσάι – Αβγά ομελέτα – Μπέικον - φρούτα – Γάλα – Καφές.
	ΓΕΥΜΑ	Ορεκτικό – Σαλάτα εποχής – Λαδερά φασολάκια – Ψάρι φούρνου – Πατάτες ογκραντέν.
	ΔΕΙΠΝΟ	Σαλάτα εποχής – Χοιρινή τηγανιά – Πατάτες τηγανητές – Σπανακόπιτα.
ΠΕΜΠΤΗ	ΠΡΟΓΕΥΜΑ	Ψωμί - Τσάι - Βούτυρο – Μέλι – Κακάο – Αβγά - Γιαούρτι – Φρούτα – Γάλα – Καφές.
	ΓΕΥΜΑ	Ορεκτικό – Σαλάτα εποχής – Μοσχάρι κατσαρόλας – Σπαγγέτι κιμά – Πουρές πατάτας – καρότο.
	ΔΕΙΠΝΟ	Σαλάτα εποχής – Τυριά διάφορα – MixGrill – Πίτες κρεμμύδι – Φαλάφελ.
ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΠΡΟΓΕΥΜΑ	Ψωμί ολικής άλεσης - Βούτυρο – Μαρμελάδα - Μέλι – Αβγά τηγανητά - Λουκάνικα – Φρούτα – Γάλα – Καφές.
	ΓΕΥΜΑ	Ορεκτικό – Σαλάτα εποχής – Σουπιές σπανάκι – Κοτόπουλο αλά κρεμ – Γίγαντες φασόλια.
	ΔΕΙΠΝΟ	Σαλάτα εποχής – Μοσχάρι βραστό – Χορταρικά βραστά – Πατάτες – Καρμπονάρα.
ΣΑΒΒΑΤΟ	ΠΡΟΓΕΥΜΑ	Ψωμί - Ταχίни – Χυμός - Κακάο – Αβγά - Γιαούρτι – Φρούτα – Γάλα – Καφές.
	ΓΕΥΜΑ	Ορεκτικό – Σαλάτα εποχής – Παστίτσιο – Χοιρινό ψητό – Πατάτες τηγανητές.
	ΔΕΙΠΝΟ	Σαλάτα εποχής – Μπάμιες λαδερό – Κοτόπουλο ψητό – Πίτα Κεφαλονίτικη – Τυριά διάφορα.

ΚΥΡΙΑΚΗ	ΠΡΟΓΕΥΜΑ	Ψωμί - Βούτυρο – Ταχίни - Μέλι – Αβγά - Μπέικον – Φρούτα – Γάλα – Καφές.
	ΓΕΥΜΑ	Ορεκτικό – Σαλάτα εποχής – Γαλόπουλο ψητό – Πένες αραμπιάτα – Μουσακάς.
	ΔΕΙΠΝΟ	Σαλάτα εποχής – Πατατοσαλάτα – Χοιρινή μπριζόλα – Πατάτες τηγανητές – Γιουβαρλάκια αυγολέμονο.

Δ. ΠΙΝΑΚΑΣ ΕΔΕΣΜΑΤΟΛΟΓΙΟΥ ΧΕΙΜΕΡΙΝΟΙ ΜΗΝΕΣ

ΔΕΥΤΕΡΑ	ΠΡΟΓΕΥΜΑ	Ψωμί - Ταχίни - Βούτυρο – Μέλι – Τσάι - Χυμός – Ομελέτα – Μπέικον - Φρούτα – Γάλα – Καφές.
	ΓΕΥΜΑ	Ορεκτικό – Σαλάτα – Τυριά – Ψάρι βραστό – Χορταρικά βραστά – Όσπρια – Σουτζουκάκια - Ρύζι.
	ΔΕΙΠΝΟ	Ορεκτικό - Σαλάτα – Σούπα – Γαλόπουλο ψητό – Σπανακόρυζο ή ογκραντέν λαχανικών (κολοκύθι – πατάτα – σελινόριζα).
ΤΡΙΤΗ	ΠΡΟΓΕΥΜΑ	Ψωμί - Φυστικοβούτυρο – Μέλι – Κακάο - Τσάι – Αβγά βραστά – Γιαούρτι - φρούτα – Γάλα – Καφές.
	ΓΕΥΜΑ	Ορεκτικό – Σαλάτα – Τυριά – Μοσχάρι stew – Πουρές πατάτας – Λαχανοντολμάδες.
	ΔΕΙΠΝΟ	Ορεκτικό - Σαλάτα – Ψάρι φούρνου – Τυρόπιτα – Πιλάφι καυτερό Creole.
ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΡΟΓΕΥΜΑ	Ψωμί - Ταχίни – Μαρμελάδα – Τσάι - Χυμός – Αβγά ποσέ – Μπέικον - Φρούτα – Γάλα – Καφές.
	ΓΕΥΜΑ	Ορεκτικό – Σαλάτα - Τυριά – Όσπρια – Ψάρι τηγανητό – Σπετζοφαί – Σκορδαλιά.
	ΔΕΙΠΝΟ	Σαλάτα - σούπα – Σκαλοπίνι χοιρινό – Πιλάφι χορταρικών – Σπανακόπιτα.
ΠΕΜΠΤΗ	ΠΡΟΓΕΥΜΑ	Ψωμί - Ham - Βούτυρο – Μέλι – Κακάο – Ομελέτα – Φρούτα – Γάλα – Καφές.
	ΓΕΥΜΑ	Ορεκτικό – Σαλάτα – Τυριά – Λαχανοντολμάδες - Μοσχάρι νουά ψητό – Σπαγγέτι κιμά – Γλυκό.
	ΔΕΙΠΝΟ	Σαλάτα – Κοτόπουλο σχάρας – Κριθαρότο - Γαρίδες – Πατάτες τηγανητές.
ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΠΡΟΓΕΥΜΑ	Ψωμί - Φυστικοβούτυρο – Μαρμελάδα – Τσάι - Χυμός – Αβγά scrabble – Μπέικον - Γάλα – Καφές.
	ΓΕΥΜΑ	Ορεκτικό – Σαλάτα – Τυριά – Αγκινάρες – Ψάρι φούρνου – Κόκορας κοκκινιστός.
	ΔΕΙΠΝΟ	Σαλάτα – σούπα χορταρικών – Μοσχαρίσια σχάρας – Λαζάνια – Πατάτες τηγανητές.
ΣΑΒΒΑΤΟ	ΠΡΟΓΕΥΜΑ	Ψωμί - Ταχίни – Μέλι - Χυμός – Αβγά τηγανητά - Γιαούρτι – Φρούτα – Καφές.
	ΓΕΥΜΑ	Ορεκτικό – Σαλάτα – Τυριά – Αρνί κλέφτικο – Κριθαράκι γιουβέτσι.

	ΔΕΙΠΝΟ	Σαλάτα - Σούπα - Χοιρινό ψητό - Πατάτες φούρνου - Πεύριλι.
ΚΥΡΙΑΚΗ	ΠΡΟΓΕΥΜΑ	Ψωμί - Βούτυρο - Ταχίνι - Μαρμελάδα - Αυγά βραστά- Λουκάνικα - Φρούτα - Καφές.
	ΓΕΥΜΑ	Ορεκτικό - Σαλάτα - Τυριά - Μακαρόνι ογκραντέν - Μοσχάρι σοφρίτο - Πατάτες φούρνου - Γλυκό.
	ΔΕΙΠΝΟ	Σαλάτα - Πίτσα - Κοτόπουλο μανιτάρια αλά κρεμ.

Άρθρο 5

Έναρξη ισχύος

Η ισχύς της παρούσας αρχίζει ένα μήνα μετά από την ημερομηνία δημοσίευσής της στην Εφημερίδα της Κυβερνήσεως.

Η απόφαση αυτή να δημοσιευθεί στην Εφημερίδα της Κυβερνήσεως.

Πειραιάς, 6 Μαρτίου 2023

Ο Διευθυντής Κλάδου Β' (Ναυτιλίας)

ΔΡΟΣΟΣ ΡΕΪΖΗΣ