



γευσήνους[®]

FOOD CULTURE



ΦΙΛΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ
(ΕΤΟΣ ΙΔΡΥΣΕΩΣ 1836)
ΑΡΣΑΚΕΙΑ - ΤΟΣΙΤΣΕΙΑ ΣΧΟΛΕΙΑ

Η Γευσήγους είναι μία από τις μεγαλύτερες εταιρίες συστηματικής εστίασης που δραστηριοποιείται στην Ελλάδα.

-  Καλύπτει επισιτιστικές ανάγκες βιομηχανικών μονάδων, εταιρειών παροχής υπηρεσιών, νοσηλευτικών ιδρυμάτων, στρατιωτικών εγκαταστάσεων, εκπαιδευτικών οργανισμών και άλλων χώρων όπου δημιουργούνται ανάγκες μαζικής εστίασης.
-  Εξειδικεύεται στη σίτιση διαφορετικών ηλικιακών ομάδων, διακρίνεται από ευελιξία και προσαρμόζεται στις διαφορετικές διατροφικές ανάγκες και απαιτήσεις.
-  Διαθέτει, υπεράσύγχρονες και πλήρως εξοπλισμένες κεντρικές μονάδες παραγωγής, σχεδιασμένες βάσει των προδιαγραφών που επιβάλλουν η Ευρωπαϊκή και Ελληνική νομοθεσία.
-  Η παραγωγή των προϊόντων γίνεται με γνώμονα και στόχο την παροχή υψηλής ποιότητας τροφίμων.
-  Τα προϊόντα αυτά καλύπτουν τις διατροφικές ανάγκες των παιδιών προσχολικής και σχολικής ηλικίας, και κατόπιν ειδικής εκπαίδευσης όλου του προσωπικού (chef, μάγειρες, προσωπικό κουζίνας, service), προσφέρεται ποιοτική και στοχευμένη παροχή επισιτιστικών υπηρεσιών κατά τη διάρκεια του γεύματος.

Το όραμα της Γευσίνους

Να προσφέρουμε καθημερινά την καλύτερη, ποιοτικότερη και ασφαλέστερη γευστική εμπειρία στην Ελλάδα.

Φρεσκομαγειρεύουμε για εσάς

Η παρασκευή των γευμάτων γίνεται στην Κεντρική Μονάδα Παραγωγής, στο Κρυονέρι Αττικής, με υψηλές υγειονομικές προδιαγραφές από εξειδικευμένο προσωπικό, λίγες ώρες πριν πραγματοποιηθεί η διανομή τους. Οι διαδικασίες που ακολουθούμε έχουν πιστοποιηθεί με βάση το πρότυπο ISO 22000, το οποίο πληροί τις υψηλότερες υγειονομικές προδιαγραφές.

Τρώμε σωστά

Οι διατροφικές απαιτήσεις κατά την παιδική ηλικία διαφοροποιούνται σε σχέση με την ενήλικη ζωή καθώς ο ρυθμός ανάπτυξης είναι ιδιαίτερα υψηλός. Η διατροφή επιδρά στην υγεία του παιδιού καθώς σχετίζεται με την ομαλή σωματική ανάπτυξη, τη διατήρηση ενός υγιούς βάρους και την εμφάνιση χρόνιων νοσημάτων. Κύριος στόχος της εταιρίας είναι να παρέχει καθημερινά σχολικά γεύματα ώστε να ακολουθούν τα παιδιά μια ισορροπημένη διατροφή που στηρίζεται στις αρχές της Μεσογειακής δίαιτας, η οποία έχει αποδειχθεί ευεργετική για την υγεία.

Συνεπώς, τα γεύματα που παρέχονται καθημερινά περιέχουν:

- Ελαιόλαδο το οποίο αποτελεί την μοναδική πηγή προστιθέμενου λίπους καθώς η εταιρία δεν χρησιμοποιεί άλλα προστιθέμενα λίπη (φυτικά ή ζωικά).
- Ποικιλία τροφίμων φυτικής προέλευσης (όσπρια, λαχανικά, φρούτα) ώστε να προσλαμβάνονται επαρκείς ποσότητες φυτικών ινών, βιταμινών και μετάλλων.
- Κρέας και τυριά χαμηλού λίπους, ώστε να προσλαμβάνονται ευεργετικά θρεπτικά συστατικά όπως οι πρωτεΐνες και ο σίδηρος, ενώ συγχρόνως η πρόσληψη κορεσμένων λιπών να παραμένει χαμηλή.
- Αλάτι σε χαμηλές ποσότητες, καθώς η υψηλή κατανάλωση του μπορεί να έχει δυσμενείς επιπτώσεις για την υγεία ακόμα και στην παιδική ηλικία.
- Γλυκά με σχετικά χαμηλή περιεκτικότητα σε σάκχαρα και λίπος, όπως το ρυζόγαλο, η κρέμα κ.α.

(Η συχνότητα που εμφανίζονται τα παραπάνω στο εβδομαδιαίο μενού είναι σύμφωνη με τις αρχές της Μεσογειακής δίαιτας)



Επιστημονική Επιμέλεια: Έλενα Μπέλλου, PhD Κλινική Διαιτολόγος-Διατροφολόγος

Πιστοποιήσεις ποιότητας

- **ISO 9001** Σύστημα Διαχείρισης Ποιότητας
- **ISO 22000** Σύστημα Διαχείρισης Ασφάλειας Τροφίμων
- **ISO 45001** Σύστημα Διαχείρισης για την υγεία & ασφάλεια στην εργασία
- **ISO 14001** Σύστημα Περιβαλλοντικής Διαχείρισης
- **FSSC 22000** Σχήμα Πιστοποίησης για τις επιχειρήσεις της Αλυσίδας των Τροφίμων
- **ISO 39001** Σύστημα Διαχείρισης Οδικής Ασφάλειας
- **ISO 37001** Σύστημα Διαχείρισης κατά της Δωροδοκίας
- **ISO 22005** Σύστημα Διαχείρισης για την Ικνηλασιμότητα των Τροφίμων
- **HALAL** Σύστημα Διαχείρισης Τροφίμων HALAL
- **ECOVADIS** Εταιρική Κοινωνική Ευθύνη, Κώδικας Βιωσιμότητας & Βιώσιμη Ανάπτυξη
- **ISO 27001** Πρότυπο για την ασφάλεια πληροφοριακών συστημάτων
- **IFS Food v.7** Σύστημα Διαχείρισης της Ασφάλειας Τροφίμων

Εξαιρετικές α' ύλες

- ☺ Ερευνούμε σε ολόκληρη την Ελλάδα για τις καταλληλότερες και ποιοτικότερες, ελληνικές πρώτες ύλες.
- ☺ Αποκλειστική επιλογή φρέσκων προϊόντων ολοκληρωμένης γεωργικής και κτηνοτροφικής διαχείρισης - NON GMO.
- ☺ Διαρκής ποιοτικός έλεγχος πρώτων υλών και τελικών προϊόντων σε εξειδικευμένα και πιστοποιημένα εργαστήρια.
- ☺ Επιλογή προϊόντων από εγκεκριμένους - πιστοποιημένους προμηθευτές που έχουν υποστεί διεξοδικούς ελέγχους από το Τμήμα Ποιότητας και Ασφάλειας Τροφίμων, τηρώντας αυστηρά την Τρέχουσα Κοινοτική και Ελληνική Νομοθεσία.
- ☺ Ποιοτικός Έλεγχος από Εξειδικευμένη Ομάδα Ποιότητας & Ασφάλειας Τροφίμων, σε όλα τα στάδια (επιλογή και προμήθεια Α΄ Υλών, παραγωγή και διάθεση τροφίμων), που αποτελείται από εξειδικευμένους επιστήμονες: Τεχνολόγους Τροφίμων, Διατροφολόγο / Διαιτολόγο, Χημικό και Γεωπόνο - Τεχνολόγο Τροφίμων

Μενού

Κάθε μήνα ο Project Manager και ο Executive Chef της Γευσήνους στη μηνιαία τους συνάντηση με την επιτροπή σίτισης των Αρσάκειων - Τοσίτσειων Σχολείων καθορίζουν:

- 1** Σύνθεση και αξιολόγηση του μενού το οποίο προτείνεται από τα Αρσάκεια - Τοσίτσεια Σχολεία
- 2** Διατροφική αξιολόγηση του μενού από τη Διατροφολόγο - Διαιτολόγο της Γευσήνους
- 3** Ειδικά Διατροφικά πιάτα για παιδάκια με συγκεκριμένες διατροφικές ανάγκες
- 4** Τελική αποστολή και ανάρτηση στην εφαρμογή **Gefsi Up!**

Mobile application



Η Γευσήνους καινοτομεί με την εφαρμογή **Gefsi Up!**, προκειμένου οι γονείς να παρακολουθούν το καθημερινό πρόγραμμα σίτισης και να ενημερώνουν τον υπεύθυνο της Γευσήνους για τυχόν αλλαγές που επιθυμούν κατά την περίπτωση ύπαρξης αλλεργιών ή συγκεκριμένων διατροφικών αναγκών.

Οι γονείς με την εγγραφή τους στην υπηρεσία θα λαμβάνουν ένα προσωπικό QR code από τη Γευσήνους, θα εγκαθιστούν την εφαρμογή στο κινητό τους τηλέφωνο και θα δημιουργείται ο προσωπικός τους λογαριασμός. Έτσι, θα μπορούν να έχουν πρόσβαση σε μία σειρά πληροφοριών που θα αφορούν το μενού, όπως:

- 😊 Μηνιαίο και Εβδομαδιαίο Μενού
- 😊 Διατροφική Ανάλυση Γευμάτων
- 😊 Λίστα αλλεργιογόνων

Περιγραφή υπηρεσίας

Καθημερινά θα πραγματοποιείται η παράδοση μεσημεριανού γεύματος σε ατομικές συσκευασίες, για την κάλυψη των επισιτιστικών αναγκών των μαθητών των Νηπιαγωγείων

Τι θα περιλαμβάνει καθημερινά πακέτο γεύματος

Η παράδοση αφορά πακέτα πλήρους γεύματος, τα οποία θα παραδίδονται σε κλειστές ατομικές συσκευασίες και θα περιλαμβάνουν

Μεσημεριανό Γεύμα

Κυρίως πιάτο με γαρνιτούρα

Σαλάτα ή τυρί ή πίτα (ανάλογα με τη σύνθεση του ημερήσιου μενού)

Φρούτο ή Γλυκό

Ατομικό ψωμάκι (όπου απαιτείται)

Η Γευσήνους με την έναρξη της υπηρεσίας θα προσφέρει 2 - 3 φορές ανά σχολικό έτος στο σχολείο σετ επαναχρησιμοποιούμενων μαχαιροπίρουνων μαζί με κατάλληλη πλαστική θήκη, για κάθε μαθητή. Τα επαναχρησιμοποιούμενα σκεύη είναι κατασκευασμένα από ασφαλή υλικά και κατάλληλα για τη χρήση τους από παιδιά.

Σερβίρισμα

Παράδοση γευμάτων σε ατομικές συσκευασίες

- Τα γεύματα θα παραδίδονται στο σχολείο σε ατομικές συσκευασίες
- Οι ατομικές συσκευασίες θα παραδίδονται σε κουζίνες των χώρων των σχολείων και θα γίνεται η σύνθεση των δίσκων.
- Στο δίσκο θα σερβίρονται ατομικά συσκευασμένα το κυρίως γεύμα, η σαλάτα, το τυρί ή η πίτα, το ψωμάκι και το φρούτο ή γλυκό.
- Θα ακολουθεί το σερβίρισμα των γευμάτων στους μαθητές των τάξεων από τους υπεύθυνους του σχολείου.
- Οι υπεύθυνοι θα παραλαμβάνουν από τις κουζίνες τους δίσκους με τα ατομικά συσκευασμένα γεύματα, θα τους μεταφέρουν στις τάξεις και θα τους διανέμουν στους μαθητές.
- Οι γονείς θα φροντίζουν ώστε οι μαθητές να έχουν στην τσάντα τους το σετ των επαναχρησιμοποιούμενων σερβίτσιων (πιρούνι, κουτάλι και κουταλάκι ανάλογα με το φαγητό που σερβίρεται σύμφωνα με το Μενού της Ημέρας). Τα επαναχρησιμοποιούμενα σερβίτσια δεν θα μένουν στο σχολείο, αλλά θα τα παίρνουν οι μαθητές στην τσάντα τους κάθε μεσημέρι, οι γονείς θα τα πλένουν και την επόμενη ημέρα θα τα ξαναφέρνουν οι μαθητές.

Μηνιαίο Μενού ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ - ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 2022



ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ
-Παστίτσιο -Σαλάτα χωριάτικη -Νεκταρίνι	-Κοτόπουλο φούρνου με πατάτες -Σαλάτα πανδαισία -Σταφύλι	-Φακές -Ντάκος κρητικός -Μπανάνα	-Χοιρινά φιλετάκια παγιάρ με σάλτσα ψητού και άγριο ρύζι -Ψητά λαχανικά (πιπεριές κολοκύθι, μελιτζάνα) -Μήλο	-Γεμιστά -Τυρί φέτα -Κρέμα βανίλια
-Κεφτεδάκια κοκκινιστά με σάλτσα δυόσμου και ρύζι πιάφι -Σαλάτα λάχανο/καρότο -Πεπόνι	-Σουφλέ με τυριά και γαλοπούλα -Σαλάτα πανδαισία -Αχλάδι	-Μπριάμ λαχανικών -Τυρί γραβιέρα -Γιαούρτι με φρούτα	-Ψάρι γλώσσα φιλέτο με πατάτες φούρνου -Βραστά λαχανικά (μπρόκολο, καρότο, κολοκύθι) -Μήλο	-Φασολάκια με καρότα -Τυροπιτάκι κουρού -Μπανάνα
-Κοτόπουλο φιλέτο μπούτι κοκκινιστό με fusilli -Σαλάτα λάχανο/καρότο -Νεκταρίνι	-Μπιφτέκια σχάρας με πατάτες φούρνου -Σαλάτα Caesar's -Αχλάδι	-Σπανακόρυζο -Τυρί φέτα -Αυγό βραστό -Μπανάνα	-Σουβλάκι χοιρινό με πίτα καλαμποκιού -Τζατζίκι χωρίς σκόρδο -Αγγουροντομάτα -σταφύλι	-Φασολάδα -Τυροπιτάκι κουρού -Ρυζόγαλο
-Μπιφτέκι κοτόπουλο με ρύζι basmati -Στικς αγγούρι/καρότο -Σταφύλι	-Μπακαλιάρος φιλέτο πανέ -Πατατοσαλάτα -Μπανάνα	-Φακόρυζο -Τυρόπιτα χωριάτικη ταψιού -Φρουτοσαλάτα ανανάς ακτινίδιο νεκταρίνι σταφύλι	-Μοσχάρακι κοκκινιστό με Κριθαράκι -Σαλάτα πανδαισία -Πεπόνι	-Γαρδομακαρονάδα με ληγουνί -Σαλάτα μαρούλι -Κρέμα σοκολάτας

*Οι μαθητές που έχουν αλλεργία στο ψάρι αντί αυτού θα φάνε μοσχάρι γιουβέτσι.

Ο τρόπος εγγραφής στην υπηρεσία

Οι γονείς θα μπορούν να εγγράφονται στην υπηρεσία αποστέλλοντας το αίτημά τους στα emails της Γευσύνους:

nipiopsychikou@gefsinus.gr για το Νηπιαγωγείο του Αρσακείου Ψυχικού

nipioekalis@gefsinus.gr για το Νηπιαγωγείο του Αρσακείου Εκάλης

Έπειτα, θα λαμβάνουν απαντητικό email με τις πληροφορίες για τα πακέτα σίτισης και για την καταβολή του αντίστοιχου ποσού.

Μέθοδος πληρωμής

ΠΡΟΤΕΙΝΟΜΕΝΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΣΙΤΙΣΗΣ & ΜΕΘΟΔΟΣ ΠΛΗΡΩΜΗΣ

Το αντίτιμο για το ημερήσιο πακέτο γεύματος ανέρχεται στα €5,25 συμπεριλαμβανομένου ΦΠΑ.

Προτεινόμενα Προγράμματα Σίτισης

- **Δοκιμαστικό πρόγραμμα** σίτισης για 23 πακέτα γεύματος - Σεπτέμβριος 2022/ Οκτώβριος 2022: €120,75 συμπεριλαμβανομένου ΦΠΑ
- **Πρόγραμμα σίτισης για 60 πακέτα γεύματος** - Σεπτέμβριος 2022 /Δεκέμβριος 2022: €315,00 συμπεριλαμβανομένου ΦΠΑ
- **Ετήσιο πρόγραμμα σίτισης για 160 πακέτα γεύματος** - Σεπτέμβριος 2022 / Ιούνιος 2023

Προκαταβάλλοντας το σύνολο του αντιτίμου για το ετήσιο πρόγραμμα, η Γευσύνους προσφέρει στους γονείς έκπτωση 5%

Αρχική τιμή: €840,00 συμπεριλαμβανομένου ΦΠΑ

Τιμή με έκπτωση 5%: €798,00 συμπεριλαμβανομένου ΦΠΑ

Κατά την περίπτωση στην οποία ο αριθμός των σχολικών ημερών διαφοροποιηθεί, το συνολικό ποσό των πακέτων σίτισης θα διαμορφωθεί αντίστοιχα, σύμφωνα με το ημερήσιο αντίτιμο του πακέτου γεύματος.

Κατά την περίπτωση στην οποία υπάρξει υπόλοιπο από ένα πρόγραμμα σίτισης, θα γίνεται μεταφορά του υπολοίπου ποσού για τη συνέχιση του προγράμματος.

Εάν επιλεγεί αρχικά το δοκιμαστικό πρόγραμμα σίτισης για τα 23 γεύματα ή το πρόγραμμα για τα 60 γεύματα και ο γονέας επιθυμεί τη συνέχιση του προγράμματος, θα υπολογίζεται αντίστοιχα το ποσό της καταβολής για τα επόμενα γεύματα έως το τέλος του σχολικού έτους. Θα ενημερώνεται από το υπεύθυνο της Γευσήνους για το ποσό της καταβολής.

Το αντίτιμο που αντιστοιχεί στα προγράμματα σίτισης, θα προκαταβάλλεται από τους γονείς 7 ημέρες προ της έναρξης της σίτισης.

Παράδειγμα: Εάν η ημερομηνία έναρξης της σίτισης είναι στις 26 Σεπτεμβρίου 2022, η προκαταβολή θα πρέπει να πραγματοποιηθεί στις 19 Σεπτεμβρίου 2022.

Η καταβολή πραγματοποιείται στον τραπεζικό λογαριασμό της ΓΕΥΣΗΝΟΥΣ ΕΘΝΙΚΗ ΤΡΑΠΕΖΑ

IBAN: GR1701101410000014120234407

Στην αιτιολογία θα πρέπει να αναγράφεται το ονοματεπώνυμο του σιτιζόμενου μαθητή. Το αποδεικτικό της κατάθεσης θα πρέπει να αποστέλλεται στα παρακάτω emails.

Οι γονείς θα πρέπει να ενημερώνουν τον υπεύθυνο της Γευσήνους εάν επιθυμούν να λαμβάνουν απόδειξη ή τιμολόγιο.

nipiopsychikou@gefsinus.gr για το Νηπιαγωγείο του Αρσακείου Ψυχικού

nipioekalis@gefsinus.gr για το Νηπιαγωγείο του Αρσακείου Εκάλης

ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ ΜΕ ΤΟΝ ΥΠΕΥΘΥΝΟ ΤΗΣ ΓΕΥΣΗΝΟΥΣ

Οι γονείς θα έχουν τη δυνατότητα να επικοινωνούν άμεσα με τον υπεύθυνο της Γευσήνους για οποιοδήποτε θέμα σχετικά με την υπηρεσία, καθώς και για τα παρακάτω:

- Προκειμένου να λαμβάνουν ενημέρωση και πληροφορίες για την υπηρεσία και την εγγραφή τους σε αυτή, για τα προτεινόμενα προγράμματα σίτισης και για τη μέθοδο πληρωμής.
- Οι γονείς θα μπορούν να ενημερώνουν τον υπεύθυνο της Γευσήνους για προγραμματισμένη απουσία του σιτιζόμενου μαθητή έως και 24 ώρες πριν από την ημέρα παράδοσης του γεύματος, προκειμένου να μην παραδίδεται το γεύμα/ γεύματα ανάλογα με τις ημέρες απουσίας και αντίστοιχα να μην πραγματοποιείται η χρέωση.
- Οι γονείς θα μπορούν να ζητούν ενημέρωση για το υπόλοιπο τους ανάλογα με το πρόγραμμα σίτισης που έχουν επιλέξει και τις ημέρες που έχει σιτιστεί το παιδί.

Στοιχεία επικοινωνίας υπεύθυνου Γευσήνους:

Σταματίνα Χραμπάνη

E. nipiopsychikou@gefsinus.gr για το Νηπιαγωγείο του Αρσακείου Ψυχικού

nipioekalis@gefsinus.gr για το Νηπιαγωγείο του Αρσακείου Εκάλης

