

# kávészünet MAGAZIN

AKCIÓK & ÉRDEKESSÉGEK

**HA NYÁR, AKKOR STRAND  
- DE MELYIK?**

A 6.oldalon »

**VENDÉGEK  
AZ IRODÁBAN**

A 10.oldalon »

**KÉT LEGYET  
EGY CSAPÁSRA**

A 8.oldalon »

**IRODAI VENDÉGLÁTÁS**  
**A MINŐSÉGI KAPCSOLATOKÉRT**

Bővebben a 3.oldalon »

**INSTANT**  
ételek, szósok,  
tészták, konzervek

**12%**  
KEDVEZMÉNNYEL

*Ha harapnál  
gyorsan  
valamit...*



**ISKOLASZEREK**

**10%**  
KEDVEZMÉNNYEL

*Mindent  
az iskolakezdéshez!*



**ÁSVÁNYVIZEK,  
ÜDÍTŐITALOK,  
GYÜMÖLCSLEVEK**

**13%**  
KEDVEZMÉNNYEL

*Frissülj fel munka közben!*



# Irodai vendéglátás a minőségi kapcsolatokért

Nagy segítség ma egy irodának, ha nem több cégtől kell beszereznie a napi működéséhez szükséges termékeket, hanem egy szállítótól pár kattintással, házhoz szállítással.

***Tudta, hogy nálunk nem csak irodaszereket, hanem élelmiszereket is be tud szerezni az irodai vendéglátáshoz?***

Nálunk minden olyan élelmiszert megtalál, ami a kollégák munkahelyi ellátásához, vagy az üzleti partnerek vendéglátásához szükségesek. A ropogtatni valóktól kezdve az ásványvizeken át, egészen a kávékig és teákig széles kínálattal fog nálunk találkozni!

Júniusban az irodai vendéglátás termékeit kínáljuk akciós áron, a teljesség igénye nélkül, melyeken keresztül szeretnénk megismertetni partnereinket az élelmiszer választékunkkal.

***Kellemes böngészést kívánunk a júniusi Kávészünet magazinhoz!***

## IMPRESSZUM

**Kávészünet Magazin 2022/6**

**Kiadó:** VECTRA-LINE Plus Kft (1165 Budapest, Újszász u. 45/B), [www.vectraline.hu](http://www.vectraline.hu)

**Kiadásért felelős:** Kárpáti Zsolt, ügyvezető

**Közreműködők:** Magyar Gabriella, Sánta István, Turóczy Vajk, Británszky János, Kárpáti Zsolt

Az esetleges nyomdai hibákért elnézésüket kérjük. Akcióink a készlet erejéig érvényesek.

# Miért óriási hiba kihagyni a reggelit?

***A mai rohanó világban, könnyen előfordul, hogy kimarad a reggeli a napi étkezésünkből. Bedobjuk a gőzölgő latténkat, s már indulunk is a munkahelyünkre.***

## Miért nincs ez így jól?

Mivel normális esetben a vacsora az utolsó étkezésünk, ezért reggelig 8-12 óra is eltelhet, ami azt jelenti, hogy le van esve a vércukrunk, a testünk tápanyagot igényel, ideje pótolni! Amennyiben ez nem történik meg, szédülhetünk, vagy akár enyhe fejfájást is érezhetünk.

## Mivel indítsuk a reggeleket?

### 1. A lényeg, hogy reggelizzünk!

Kutatások szerint, akik étkezéssel kezdik a napot, jobban teljesítenek az iskolában, munkahelyükön, hiszen egy tápanyagban gazdag reggeli fokozza az agyműködést, ki-egyenlíti a vércukor szintünket, s elindítja az anyagcserénket.

### 2. A legegyszerűbb

A zabkása egy teljesen gyors megoldás, de a banán az, ami talán még ennél is egyszerűbb. Hiszen csak meghámozzuk és már ehetjük is! Friss, mindenmentes, tele van vitaminnal és értékes ásványi anyagokkal is.

### 3. A legjobb

Amiben megfelelő arányban van fehérje, szénhidrát és zsír is. Ezek tökéletes válasz-

tások: tojás, avokádó, teljes kiőrlésű pirítós és paradicsom.

### 4. A leggyorsabb

Az instant zabkása igazi jolly joker, hiszen akár a munkahelyünkre beérve, pár perc alatt el tudjuk készíteni, s csak annyi helyet foglal a táskában, mint egy csomag ropi!

### 5. Akik nem szeretnek reggelizni

Amennyiben problémát okoz a reggeli, együnk pár kekszet. Legyen akár a munkahelyünkön is a szekrényünkben, így nem kell napi szinten foglalkozni a beszerzéssel, s mégis ettünk valamit.

### 6. Nem csak gyerekeknek

A gabonapelyheket leginkább a gyerekek kedvelik, pedig akár felnőttként is remek alternatíva lehet a reggelire.

### 7. A ráérős

Tükörtojás, bundás kenyér, melegszendvics, tejbegríz...csak pár azon kedvencek közül, amit az ember szívesen fogyaszt egy vasárnap reggelen. Néha érdemes megadni a módját, s ráérősen, családdal, barátokkal együtt elfogyasztani a reggelinket! **(MG)**



**KÁVÉK  
ÉS KÁVÉÍZESÍTŐK**

**10%**  
KEDVEZMÉNNYEL

*Igyon  
egy jó  
feketét!*



**KONYHAI  
FELSZERELÉSEK**

**14%**  
KEDVEZMÉNNYEL

*Nem hiányozhat  
az irodai konyhából*



**REGGELI  
ételek-italok**

**12%**  
KEDVEZMÉNNYEL

*Induljon jól  
a reggel!!*



# Ha nyár, akkor strand – de melyik?

**Luxusban vagy szabadon – a bőség zavara**

Végre újra kinyitottak a strandok, fürdők és uszodák – a covid miatti hosszas zárva tartás és alkalmankénti nyitogatás után úgy tűnik, hogy végre megint olyan időszak jöhet, amikor korlátozások nélkül élvezhetjük a nyári fürdés-strandolás örömeit.

A különböző strandok a kényeszerű várakozás idejét többnyire a meglévő kínálat felújításával, illetve új attrakciók létrehozásával töltötték – így érdemes – a teljesség igénye nélkül – néhány pillantást vetni arra, mivel is várják a kikapcsolódni vágyókat a nyitás után.



## A Gellért

A fővárosi Gellért Gyógyfürdő és Uszoda mindig a korai nyitók közé tartozott, strandrészeleге már május 7.-e óta nyitva tart. A szálloda ugyan a felújítás miatt zárva van, de ez nem zavarja a híres szecessziós fürdő részleget, amely közel 100 éve rendelkezik külső hullámmedencével. Kipróbálhatjuk a szintén régen működő pezsgőfürdőt is, a kínálat pedig mára gyermek- és felnőtt ülőmedencével is bővült. Június 3-án megnyitják a 36 fokos merülőmedencét is, így lesz teljes a Gellért fürdő idei strand-kínálata. A luxus-kategóriás szálloda fürdője luxus-árú

belépőjeggyel várja a vendégeket: a felnőtt napijegy hétköznap 5900 forint, hétvégén 6200 forint.

## Aquaworld Resort

Nem marad el sem luxusban, sem attrakciókban az Aquaworld Resort Budapest, amely 19 beltéri és kültéri medencével rendelkezik, és csúszdáival a főváros egyik legújabb fürdőkomplexumának számít. A május 14-i nyitás óta a

strandrészelet teljes üzemben használhatják a látogatók, míg a felújítási munkák miatt a csúszdák szakaszos lezárására kell számítani. A meleg időben már a kültéri részek kínálják a legkellemesebb kikapcsolódást, ahol két gyermekmedence, úszómedence, valamint nyugágyak várják a pihenni vágyókat. Az Aquaworld Resort-ban senki nem unatkozhat: gyerek-játszótér, trambulin, felnőtteknek mini-golfpálya és Aqua Spray Park is a látogatók rendelkezésére áll.

Az árak tükrözik a kínálatot: a felnőtt jegy 7400, 3 órára 5200 Ft-ba kerül, míg a diák-, és nyugdíjas-jegy egész napra 5900 forint, 3 órára 4200 forint. Váltható viszont családi jegy azoknak a családoknak, akik 10 év alatti gyerekekkel érkeznek

## A Pala

A Palatinus Gyógy-, Strand- és Hullámfürdő még április 15.-én nyitotta meg kapuit, a nyitás után csak a kültéri medencéket lehetett használni, viszont május 28-tól megnyitották a hullám-, termál- és a strandmedencét is, illetve a csúszdák is ettől az időponttól használhatók. A „Pala” az egyik legnagyobb számító strand, amely az ifjúság igényeit is igyekszik teljesen kielégíteni: gyerekcsúszda, mászófal, készségfejlesztő és ügyességi játékok, játszótér, illetve egy vizes terepasztal is része a legújabb kínálatnak.

Itt már nem kell luxus-árakra számítanunk: a felnőtt belépő 3100 forint, 2 órára 2100 forint, a gyerek-, diák- vagy nyugdíjas-jegy 2500 forint. Itt is kérhetjük a családi kedvezményt, hétköznap pedig pár száz forinttal kevesebbet kell fizetni.

Aki nem vágyik luxusra, de hajlandó távolabbra is elmenni, az látogassa meg a Tápiószentmártoni strandot, amelynek négy kültéri medencéjében gyógyvízben fürödhetünk, és a belépőjegyek is megfizethetőek: felnőtteknek 1500, míg gyerekeknek csak 1000 a napi-jegy.

## Dunabogdány vagy Balaton ?

Mindenféle belépőjegy nélkül fürödhetünk a szabad-strandokon, amelyek körül nem ritkán legalább olyan fejlett infrastruktúra jött létre, mint a fizetős strandokon. A Budapesthez legközelebb eső egyik homokos szabad-strand a dunabogdányi, ahol két büfé, pékség, egy jó étterem és a közelben fagyizó is található. A víz tiszta, mert nem járnak erre nagy hajók – viszont előfordul, hogy hét végén elég sokan vannak és gyakran a parkolás sem egyszerű.

Elterjedt a hír, hogy a Balaton körül ritkán találni szabad-strandot, szerencsére erről utóbb kiderült, hogy csak hírlapi kacska: az idén már több mint negyven szabad-strand nyílt meg a tó körül és a napokban továbbiak nyitása is várható, így aki a Balaton vizét szeretné élvezni, annak sem kell mindenképpen fizetős strandra mennie. **(SI)**



# 2 legyen 1 csapásra

**Milyen feladatok tartoznak egy irodavezetőhöz?  
Aki ebben a munkakörben dolgozik, az most valószínű  
azt válaszolná, hogy: MINDEN IS!**

## Nézzük a legfontosabbakat:

- A cég működéséhez kapcsolatos feladatok elvégzése
- Partnerekkel való kapcsolattartás
- Ügymenettel kapcsolatos problémák megoldása
- Az ügyvezető "jobbkeze"
- Az iroda rendben tartása
- Nagyobb cégeknél emberek irányítása
- Eszköz (irodaszer, takarítószer, kávé, üdítő, stb.) beszerzés

Az eszközök beszerzése - pláne, ha különböző cégektől rendelünk - iszonyatosan időigényes és hosszú tud lenni. Éppen azért nagy öröm az irodavezetőknek, amikor egy webáruházból sikerül minden szükséges dolgot megrendelniük.

**A jó hír az, hogy mi még  
ezt az örömet is  
képesek vagyunk fokozni!**

Ugyanis az irodaszerek, tisztítószerek, kávék, ásványvizek, mellett, nem csak egy iratmegsemmisítőt, vagy egy új egeret tudunk rendelni a Vectral-Line-tól, hanem még az iskolás gyerekünknek is beszerezhetjük az összes létező írószerét, mivel az irodaszerek mellett, a lehető legszélesebb választékban találhatunk iskolaszereket is.

Tehát ha legközelebb éppen rendelést adunk le a cégünknek, egyúttal készüljünk fel az otthoni "listával" is, így spórolhatunk az idővel és valószínű a szállítási költséggel is! **(MG)**





recept

# ÉDES-SAVANYÚ CSIRKE RIZSTÉSZTÁVAL

**Ez a recept azoknak szól,  
akik gyorsan, különleges és mégis  
egészséges vacsorára vágynak.**

## Elkészítés:

A csirkemellet vágjuk kisebb csikokra és süssük meg kevés olajon, serpenyőben. Közben a rizstésztát készítjük el aszerint, ahogy a csomagoláson van írva (többféle van, érdemes mindig elolvasni a javaslatokat!).

Amikor készen van a csirkemell, borítsuk rá a Knorr szószt és szórjuk bele a kukoricákat. Pár percig főzzük össze őket, majd mehet a kifőtt rizstészta mellé a tányérra.

**Jó étvágyat!**



## HOZZÁVALÓK:

- 200 gr rizstészta
- 400 gr csirkemell
- 1 db Knorr Édes-savanyú szósz
- 50 gr kukorica
- 1 ek olaj

## >> AJÁNDÉK A VÁSÁRLÁSÁÉRT!

nettó 50 000 Ft feletti  
vásárlásáért

# AJÁNDÉK



AROMAX  
szúnyogcsípés  
utáni stift  
illóolajjal

*Megéri  
nagyban  
gondolkodni!*

**Júniusban is  
érdemes nagyban  
gondolkodni,  
ha webáruházunkban  
vásárol, mert minden  
nettó 50 000 Ft feletti  
megrendelését**

**ajándékkal  
jutalmazzuk!**



# Vendégek az irodában

Kevés olyan iroda van, amelyben legalább időnként ne jelennének meg vendégek – akár csak egy-egy rövidebb beszélgetésre de nem ritkán hosszabb tárgyalásokra. Kereskedelmi vagy szolgáltató cégeknél ez akár intézményesen is működik, nem ritkán több tárgyalóban egyszerre dolgoznak a kollégák.

Ha vendégeket fogadunk az irodában, akkor nem elég csak a megfelelő környezetről gondoskodni, szükség van a vendéglátás legalapvetőbb részleteire, ami a klasszikus „kávét vagy üdítőt” – kérdéstől egészen a meleg ételekig tarthat.



## Mivel érdemes készülni?

Az irodai vendéglátásnak két dolog szab gátat: az egyik a többnyire szerény hely-kínálat, a másik, hogy romlandó ételeket senki nem akar az irodában tárolni.

A legegyszerűbb kávé-üdítő páros önmagában is sok lehetőséget rejt: kínálhatunk többféle kávé, többféle ásványvizet és rostos üdítőket, de hálás ötlet különböző teákkal kedveskedni a látogatóknak. Kávé mellé ne feledkezzünk meg a megfelelő tejszínről sem – feltétlenül laktózmentes változatban is, de fontos édesítővel és koffeinmentes megoldással is készülni

## Harapnivaló

Elhúzódó, bonyolultabb tárgyalások esetén nem árt olyan dolgokat is kínálni, ami csökkenti a fáradtságot és az éhséget. Erre a legalkalmasabbak a különböző pralinék (táblás csokoládé higiéniai okokból nem jó), vagy a csokoládés kekszek és csomagolt, töltött kiflik. Fontos a felszolgálás mikéntje is: ha a megbízható mosogatás utólagos probléma, akkor válasszunk eldobható eszközöket: a mai vírusos időkben senki nem fog panaszkodni rájuk.

A komolyabb étel-kínálat (szendvicsek, meleg étel) már nem helyben készül, az irodában csak a megfelelő prezentációról és eszközökről kell gondoskodni – egy külön helyiségben lehetőleg.

A régi instant-poros megoldások eltűntek, a vendéglátás az irodákban is a minőség felé tolódik: ne elégedjünk meg a legegyszerűbb megoldással, minden esetben tegyünk a kínálatba egy-egy különlegességet is. **(SI)**

## ROPOGTATNIVALÓK

nápolyik, ostyák, kekszek,  
piskóták, zabfalatok, sós pálcikák,  
krékek, olajos magvak,  
aszalványok, kétszersültök,  
riszseletek, chipsek

**12%**  
KEDVEZMÉNNYEL



*A felszabadult  
tárgyalásokhoz*

## SZALVÉTÁK

**15%**  
KEDVEZMÉNNYEL



*Az étkezés  
elengedhetetlen kelléke*

## TEÁK ÉS TEAÍZESÍTŐK

**10%**  
KEDVEZMÉNNYEL



*Az irodai vendégvárás  
egyik főszereplője*



# ISKOLASZEREIT NÁLUNK SZEREZZE BE!



Minden, ami az  
**iskolakezdéshez** kell!

