

DODACIE PODMIENKY A INFORMÁCIE

Košice:

Balíček je potrebné objednať minimálne deň vopred. Balíčky sú rozdelené podľa spôsobu a dĺžky stravovania. Pre balíček na naberať je v ponuke MUSCLE COMBO (3x bielkovina + 3x sacharidy). Ostatné balíčky majú jedálničiek jednotný, líši sa len v spôsobe a dĺžke stravovania.

Spôsob stravovania, doručenie, informácie:

- v prípade intolerancií, či alergií nám nahláste alergén a my ho vynecháme, popr. nahradíme
- v prípade, že nejete mäso, nahrádza sa vhodnou alternatívou (tofu, tempeh, rôzne syry a pod.)
- menu je zostavované so zreteľom na nutričné hodnoty celého dňa, t.z. striedajú sa proteíny, sacharidy, zdravé tuky, bezmäsité a detox dni
- balíčky rozvážame od 10:00 do 12:00 (podľa premávky a množstva balíčkov)
- v prípade, že s balíčkami začínate, necháte si pri prvom doručení, ak máte balíček na celý deň, raňajky, popr. desiatu na nasledujúci deň. Začnete obedom a takto “nabehnete” od nasledujúceho dňa na našu stravu.
- po prevzatí balíčkov je potrebné jedlá vybrať z tašky a umiestniť do chladničky, pokiaľ niektoré jedlo nekonzumujete ihneď

Prešov, Poprad, Spišská Nová Ves, Levoča, Kežmarok:

Balíček je potrebné objednať najneskôr do štvrtku pre nasledujúci týždeň. Balíčky sú rozdelené podľa spôsobu a dĺžky stravovania. Pre balíček na naberať je v ponuke MUSCLE COMBO (3x bielkovina + 3x sacharidy). Ostatné balíčky majú jedálničiek jednotný, líši sa len v spôsobe a dĺžke stravovania.

Spôsob stravovania, doručenie, informácie:

- v prípade intolerancií, či alergií nám nahláste alergén a my ho vynecháme, popr. nahradíme
- v prípade, že nejete mäso, nahrádza sa vhodnou alternatívou (tofu, tempeh, rôzne syry a pod.)
- menu je zostavované so zreteľom na nutričné hodnoty celého dňa, t.z. Striedajú sa proteíny, sacharidy, zdravé tuky, bezmäsité a detox dni
- balíčky rozvážame od 10:00 do 13:00 (podľa premávky a množstva balíčkov) v Pondelok (na Pondelok a Utorok), v Streda (na Streda, Štvrtok), a v Piatok na aktuálny deň. Trasa začína Prešovom, pokračuje po trase SNV, PP, KK.

- v prípade, že s balíčkami začínate, necháte si pri prvom doručení, ak máte balíček na celý deň, raňajky, popr. desiatu na nasledujúci deň. Začnete obedom a takto “nabehnete” od nasledujúceho dňa na našu stravu.
- po prevzatí balíčkov je potrebné jedlá vybrať z tašky a umiestniť do chladničky, pokiaľ niektoré jedlo nekonzumujete ihneď.