**tzw. bufet ciągły dostępny dla uczestników szkolenia minimum 20 min. przed godziną rozpoczęcia szkolenia  
 i pozostający w gotowości do jego zakończenia /zgodnie z programem szkolenia/ wg opisu:**

- kawa ziarnista 100% arabica z ekspresu /wysoko wydajny ekspres automatyczny w ilościach: jeden ekspres na maks. 35 uczestników/ oraz dodatki: mleczko/śmietanka, cukier - bez ograniczeń

- herbata w saszetkach typu Lipton (lub równoważny) min. w trzech smakach: herbata czarna, zielona, owocowa  
i wrzątek w oznaczonych termosach oraz dodatki: świeża cytryna w plastrach, cukier - bez ograniczeń

- woda mineralna butelkowana niegazowana i gazowana w proporcji 60:40 w ilości 2 butelek 0,5 l na os.

**na I PRZERWIE:** (godziny wskazane w programie szkolenia):

**- ciastka:** w min. trzech rodzajach: owsiane, zbożowe, pełnoziarniste z bakaliami, ziarnami – bez barwników, substancji konserwujących oraz bez utwardzanych tłuszczy roślinnych – 3 szt./os.

**- owoc:** twarde jabłko typu ligol, rubin lub banan/os.

**na II PRZERWIE:** (godziny wskazane w programie szkolenia):

**• kanapki 2 szt./os. (każda ok. 250 g) wg opisu:**

bagietka/ciabatta pełnoziarnista lub razowa o długości 15 cm, przecięta na pół na całej długości, w trzech wariantach:

1. z wykorzystaniem obowiązkowo: masła, szynki, gotowanego jajka oraz 4 składników warzywnych do wyboru  
    z wymienionych: sałata, pomidor, rzodkiewka, ogórek zielony, papryka, kiszone ogórki, marynowane: pieczarki, papryka, oliwki a także odpowiednich ziół i przypraw;
2. z wykorzystaniem obowiązkowo: łososia albo tuńczyka i twarożku oraz 4 składników warzywnych do wyboru z wymienionych: sałata, pomidor, rzodkiewka, ogórek zielony, papryka, kiszone ogórki, marynowane: pieczarki, papryka, oliwki a także odpowiednich ziół i przypraw;
3. z wykorzystaniem obowiązkowo: masła, żółtego sera oraz 4 składników warzywnych do wyboru   
   z wymienionych: sałata, pomidor, rzodkiewka, ogórek zielony, papryka, kiszone ogórki, marynowane: pieczarki, papryka, oliwki a także odpowiednich ziół i przypraw.

Sposób serwowania kanapek: każda z trzech rodzajów kanapek zapakowana w folię stretchową. Kanapki ułożone oddzielnie na talerzach/tacach z odpowiednim opisem np.: „bagietka pełnoziarnista z szynką, jajkiem, sałatą, pomidorem, rzodkiewką, oliwkami” „ciabatta razowa z łososiem, twarożkiem, rukolą, papryką, pieczarkami, koperkiem”, „bagietka razowa z żółtym serem, roszponką, pomidorem, rzodkiewką, zielonym ogórkiem” itp.

**• „zdrowe przekąski” wg opisu:**

przynajmniej 6 rodzajów warzyw z wymienionych: pokrojone w słupki: surowa marchewka, surowa papryka w różnych kolorach, zielony ogórek, kiszony ogórek oraz łodygi selera naciowego, pomidorki typu koktajlowe/cherry/truskawkowe, pokrojone awokado, różyczki zblanszowanego kalafiora, brokułu, oliwki czarne i zielone, rzodkiewka, listki cykorii itp. w ilości: 10 dag na osobę czyli 1,5 kg na talerz/tacę o średnicy ok. 30 cm.

oraz dwa rodzaje sosów: dip majonezowo – jogurtowy z ziołami/żurawinowy/porzeczkowy oraz hummus.

Sposób serwowania „zdrowej przekąski”: warzywa w minimum sześciu rodzajach ułożone ściśle na płaskim talerzu/tacy o średnicy ok. 30 cm ze szczypcami stalowymi do nakładania. Do każdego talerza „zdrowych przekąsek dwie sosjerki: jedna z dipem oraz jedna z hummusem oraz łyżeczki stalowe do nakładania. Każdy talerz/taca o wadze 1,5 kg na każde 15 uczestników szkolenia. Ilość talerzy/tacy uzależniona od liczebności grupy.

**Wartość brutto cateringu na osobę ………………. zł**

*………………………………………………………*

*Podpis Wykonawcy*