



ŚWIEŻO UPIECZONE

Jesteśmy z Wami!

Chleba i pokoju nigdy nikomu nie powinno zabraknąć. Wolność jest nadrzędnym prawem człowieka, a żadna forma agresji nie ma usprawiedliwienia. Naszym współpracownikom z Ukrainy, ich rodzinom oraz wszystkim ofiarom okrucieństwa, które ma miejsce za wschodnią granicą Polski, przekazujemy słowa wsparcia. Czynami pokazujemy, jak bardzo jesteśmy z Wami.



Utworzony 27 lutego punkt zbiórki nad piekarnią przy ul. Brata Alberta działał przez miesiąc. W tym czasie dzięki hojności i otwartym sercom naszych Klientów udało nam się zebrać najpotrzebniejsze artykuły m.in. żywność dla najmłodszych, lekarstwa, koce, śpiwory i karimaty, a nawet walizki, które przekazaliśmy uchodźcom z Ukrainy. Nasze transporty z pieczywem dojechały nie tylko na granicę, lecz również daleko poza nią.

Zdajemy sobie sprawę z faktu, że sami nie jesteśmy w stanie dotrzeć do wszystkich potrzebujących, dlatego też przekazaliśmy 100 tys. zł na rachunek Banku Centralnego Ukrainy. Na konto Polskiej Organizacji Humanitarnej wpłynęła natomiast kwota 20 776 zł, uzbierana ze sprzedaży naszej nowości Chleba Pszennego Kijowskiego. Obecnie w asortymencie Piekarni Cukierni

Putka dostępne jest Ciasto Ukrainka, 10 zł ze sprzedanego każdego kilograma tego wyjątkowego wypieku, także zasili konto PAH.

Dodatkowo każdego dnia z kilkudziesięciu naszych piekarni wolontariusze odbierają niesprzedane wypieki i dostarczają dla uchodźców. Darowizny za pośrednictwem m.in. Caritasu, Ochotniczej Straży Pożarnej w Nadarzynie czy Związku Harcerstwa Rzeczypospolitej trafiają do punktów pomocy humanitarnej na terenie Warszawy i okolic.

Działalność charytatywna jest wpisana w tradycję i filozofię biznesu Piekarni Cukierni Putka. Dołożymy wszelkich starań, by pomoc dotkniętej wojną Ukrainie miała charakter długofalowy.



Potwierdzenie transakcji		Potwierdzenie transakcji	
Opis WSPARCIE DLA UKRAINY CEN2203030173249	Numer referencyjny transakcji CEN2203030173249	Opis POMOC DLA UKRAINY CEN2204111228016	Numer referencyjny transakcji CEN2204111228016
Kwota 100 000,00 PLN	Data transakcji 03.03.2022	Kwota 20 776,00 PLN	Data transakcji 11.04.2022
Typ transakcji / Kod 225 PRZELEW INTERNETOWY 225	Numer rachunku PL78 1600 1462	Typ transakcji / Kod 225 PRZELEW INTERNETOWY 225	Numer rachunku PL78 1600 1462 1026 5185 9000 0001
Dane nadawcy Nazwa i adres PUTKA SPÓŁKA Z OGRANICZONĄ ODPOWIEDZIALNOŚCIĄ ul. SADOWA nr 36 05-850 JAWCZYCE, Polska	Numer rachunku 91 1130 00	Dane nadawcy Nazwa i adres PUTKA SPÓŁKA Z OGRANICZONĄ ODPOWIEDZIALNOŚCIĄ ul. SADOWA nr 36 05-850 JAWCZYCE, Polska	Nazwa banku BNPPL Cen.Roz.nr 1
Dane odbiorcy Nazwa i adres NARODOWY BANK UKRAINY		Dane odbiorcy Nazwa i adres POLSKA AKCJA HUMANITARNA ALEJA 'SOLIDARNOŚCI' 78 A 00-145 WARSZAWA	Nazwa banku ALIOR Centrala/W-wa

ZAPRASZAMY NA ZAKUPY ONLINE

www.putkabezglutenu.pl • www.putkaonline.pl

Zdrowa i dobra z natury

Jest źródłem białka, wyróżnia się wysoką zawartością błonnika pokarmowego i niskim indeksem glikemicznym – Bułka Beta łączy w sobie walory smakowe kajzerki z właściwościami ciemnego pieczywa. Dlaczego warto włączyć tę wyjątkowa bułkę do codziennego jadłospisu, wyjaśnia dietetyk Patrycja Wojciechowska.

– Wypieczona wyłącznie z naturalnych składników (wyselekcjonowanej mąki pszennej oraz mąki uzyskanej z zewnętrznej warstwy ziaren owsa) Bułka Beta zawiera beta-glukan, czyli jedną z rozpuszczalnych frakcji błonnika pokarmowego, która jest niezwykle dobroczynna dla organizmu. Beta-glukan zawarty w żywności przyczynia się m.in. do wolniejszego wchłaniania składników pokarmowych, zmniejszając poposiłkową glikemię. Z tego względu bułka jest świetnym wyborem dla osób chorych na cukrzycę czy zmagających się z zaburzeniami przemian węglowodanów, takimi jak insulinooporność, hipoglikemia reaktywna czy hiperinsulinizm. Warto jednak pamiętać, że dla zwiększenia działania normalizującego glikemię po posiłku, dobrze jest połączyć Bułkę Betę z produktem białkowym np. wędliną, rybą, serem, jajkiem czy humusem oraz dużą ilością surowych warzyw.

W licznych badaniach udowodniono także, że spożycie beta-glukanów zbożowych istotnie redukuje poziom zarówno cholesterolu całkowitego, jego frakcji LDL, jak i trójglicerydów. Ich podwyższone stężenie wpływa na ryzyko chorób sercowo-naczyniowych. Włączenie zatem do codziennego jadłospisu produktów zawierających beta-glukan, może mieć działanie nie tylko prewencyjne, lecz również lecznicze.

Bułkę Betę polecam także pacjentom, którzy pracują nad redukcją masy ciała. Beta-glukany zawarte w bułce tworzą żelowe sieci wyścielające ściany żołądka, dzięki czemu maskują uczucie głodu i wydłużają uczucie sytości, co jest bardzo ważne w walce z nadwagą i otyłością.

Sposób odżywiania, a przede wszystkim ilość i właściwości spożywanego błonnika pokarmowego decyduje o składzie naszej flory bakteryjnej. Z tego względu zalecam Bułkę Betę osobom z chorobami przewodu pokarmowego, takimi jak zapalenie błony śluzowej żołądka, wrzody żołądka czy zaburzenia perystaltyki jelit.

Beta-glukan ma również właściwości immunomodulacyjne i przeciwzapalne, bezpośrednio wpływając na aktywację jelitowego układu odpornościowego. Ponadto beta-glukanom przypisuje się właściwości przeciwnowotworowe. W dobie szerzących się chorób cywilizacyjnych i siedzącego trybu życia, Bułka Beta jest doskonałym uzupełnieniem diety dzieci, które często grymaszą na widok razowego pieczywa, kasz, warzyw czy owoców. Jasny kolor bułki i wspomniane już wcześniej walory smakowe sprawiają, że jest chętnie konsumowana przez najmłodszych.

1 BUŁKA BETA ZAWIERA 7,2 G BŁONNIKA, CO STANOWI AŻ 1/3 MINIMALNEGO DZIENNEGO ZAPOTRZEBOWANIA NA BŁONNIK DLA OSOBY DOROSŁEJ.



Bułka Beta sprawdzi się jako podstawa śniadania, kolacji, kanapka do szkoły. Równie dobrze będzie komponowała się z domowym burgerem na obiad.

Pamiętajmy, że profilaktyka jest korzystniejsza dla zdrowia niż leczenie. Bułka Beta powinna znaleźć się w codziennym menu każdej osoby, w każdym wieku i o każdej porze dnia.

Wiosenne inspiracje

KOLOROWA BRUSCHETTA

Wystarczy dodatek pomidorów, awokado, oliwek czy mozzarelli, by Focaccię przemienić w kolorową bruschettę.



DOMOWE BURGERY

Nie tylko Bezglutenowa Bułka do Hamburgerów sprawdzi się jako baza do popularnego dania. Bułka Beta w połączeniu np. z grillowanymi warzywami oraz serem halloumi również świetnie wkomponuje się w piknikowe menu.

BIO nie tylko na talerzu

O nowoczesnych rozwiązaniach ekologicznych wykorzystywanych w Piekarni Cukierni Putka z prezesem firmy, rozmawiała Małgorzata Müldner.

Wedle opublikowanego niedawno raportu „Global Risks Report 2022” jednym z najważniejszych problemów bieżącego roku będzie kryzys klimatyczny. Stąd nasuwa się pytanie jakie działania w ostatnich latach podjęła firma w celu zmniejszenia emisji gazów cieplarnianych?

Grzegorz Putka: Od lat angażujemy się w zmniejszenie emisji. Wentylacja w naszych piekarniach i cukierni jest wyposażona w rekuperację. Korzystamy z rozbudowanej instalacji odzysku ciepła z pieców piekarniczych, dzięki której prawie nie zużywamy energii do podgrzewania wody czy ogrzewania budynku. Instalacja ta eliminuje nie tylko emisję CO₂, ale również wiele szkodliwych substancji ze spalin gazu. Na dachu zakładu w Jawczycach oraz budynku piekarni bezglutenowej przy ul. Tarnowieckiej zainstalowaliśmy instalację fotowoltaiczną. Instalacja w Jawczycach mogłaby zapewnić prąd dla 200 domów jednorodzinnych przez rok!

Co oznacza zdobywająca coraz większą popularność zasada Zero Waste dla piekarni, która nie tylko zaopatruje stolicę i jej okolice, ale także jest obecna na rynku trzeciego co do wielkości miasta w Polsce, czyli Łodzi?

GP: W naszej piekarni nic się nie marnuje. Staramy się optymalizować procesy produkcji, aby zminimalizować nadwyżki produkcyjne. Niesprzedane wypieki przekazywane są licznym organizacjom i stowarzyszeniom dobroczynnym oraz na paszę dla zwierząt. Dbamy także o zasoby naturalne m.in. magazynujemy wodę deszczową, która jest wykorzystywana do podlewania trawników. Zdajemy sobie sprawę z faktu, że przyszłość Ziemi zależy od codziennych nawyków nas wszystkich. Dlatego też w materiałach marketingowych i za pośrednictwem social mediów podpowiadamy Klientom jak zagospodarować ewentualne nadwyżki chleba czy bułek, publikujemy przepisy na ciekawe i proste dania z wykorzystaniem czerstwego pieczywa.

Współczesne trendy związane z ochroną środowiska zakładają ograniczenie wszelkich plastikowych opakowań. Czy Piekarnia Cukiernia Putka również podąża w tym kierunku?

GP: W naszych piekarniach w zasadzie wszystkie wypieki podajemy w papierowych opakowaniach. Jedynie pojedyncze produkty, ze względów technologicznych, pakowane są w torebki foliowe, które podlegają oczywiście recyklingowi. W naszej opinii jednak podaż i różnorodność ekologicznych opakowań jest wciąż niewystarczająca, a ich koszty wysokie. Firmom, które chciałyby być bardziej prośrodowiskowe pod tym względem, trudno jest to osiągnąć, szczególnie biorąc pod uwagę koszty, z jakimi muszą się liczyć, a których Klienci nie są w stanie zaakceptować. Odrębnym problemem jest świadomość Klientów, którzy nadal chętnie sięgają po jednorazowe opakowania i w tej kwestii jest jeszcze wiele do zrobienia. Jednym ze sposobów może być zachęcanie Klientów do zakupu materiałowych toreb wielokrotnego użytku i tak też staramy się czynić.

W asortymencie Piekarni dostępne są certyfikowane produkty opatrzone znakiem ekologicznym. Dlaczego warto po nie sięgnąć?

GP: Żywność ekologiczna pochodzi z upraw, które nie wykorzystują chemicznych nawozów i środków ochrony roślin. Cechuje się też dużo większą wartością odżywczą, czyli zawiera więcej witamin, minerałów i antyoksydantów niż żywność produkowana w sposób konwencjonalny. Linie pieczywa BIO szczególnie polecamy najmłodszym, docenią ją jednak wszyscy konsumenci, poszukujący produktów naturalnych i ekologicznych, które obok wartości prozdrowotnych wyróżniają się też walorami smakowymi. Warto dodać, że wdrożenie certyfikacji BIO w naszej piekarni było długim procesem, który wymagał nie tylko wprowadzenia i selekcji odpowiednich surowców od zaufanych dostawców, ale również wielu zmian w organizacji pracy piekarni. Objęły one m.in. wyznaczenie miejsc i zapewnienie urządzeń przeznaczonych tylko do produkcji BIO, a następnie całkowitej izolacji tych wyrobów od pozostałych wypieków na etapie magazynowania surowców, wypiekania chleba oraz podczas transportu. Dla nowej linii produktów, piekarnia musiała opracować odrębne receptury, a także przeprowadzić szkolenia dla pracowników wszystkich działów z zakresu produkcji ekologicznej.

Dziękuję za rozmowę.



BIO 

- PRODUKTY CERTYFIKOWANE
- ZBOŻA Z UPRAW EKOLOGICZNYCH
- NAJWYŻSZA JAKOŚĆ SUROWCÓW

CHLEB ŚNIADANIOWY BIO





PUTWORNE PRZYGYDY

Myślimy tak samo



– Tak bardzo mi się nudzi, kiedy oni biegają za piłką – żaliła się Kromka. Pajdek i Okruch, już jakiś czas temu odkryli uroki zabawy na świeżym powietrzu. Okruch uwielbiał grać w piłkę, Pajdek również nie stronił od spotkań towarzyskich na boisku. Tym bardziej, że po każdym meczu zjadał pyszną drożdżówkę, nie martwiąc się o kalorie i brak apetytu w porze obiadowej.

– Nic nie stoi na przeszkodzie, żebyś dołączyła do drużyny – zachęcał Antoni Putworkę, która podparła łapkami pyszczek i z nosem przyklejonym do szyby, odprowadzała wzrokiem swoich towarzyszy.

– Tam za oknem czeka nowy dzień, nie widzisz się co dla ciebie przygotował, jeśli nie wyjdiesz za próg – powiedział Antoni, który wyczuwał melancholijny nastrój Kromki. Ruszaj za Putworami! – dodał Antoni.

– Idę! – Kromka wygładziła futerko i po chwili zniknęła za drzwiami piekarni. Maszerowała w kierunku szkolnego boiska, bo choć był weekend, miejsce tętniło życiem. Z okazji przypadającego dzień wcześniej Święta Ziemi społeczność szkoły, do której uczęszczały Putwory, zabrała się za porządki. Zwieńczeniem akcji miał być mecz, który Pajdek porównywał do wisienki na torcie.

– Nigdy nie mogłem zrozumieć dlaczego ludzie tak putowniczo nie dbają o swoje otoczenie. Na Wyspach Smaków, Tajemniczych Receptur i Zapachów byłoby to nie do pomyślenia – mruczał pod nosem Pajdek, wrzucając foliowe śmieci do specjalnego worka.

– Może niektórzy po prostu nie wiedzą, że plastikowa butelka rozkłada się od 100 do 1000 lat, że wypluta guma do żucia stanowi śmiertelne zagrożenie dla ptaków, które w poszukiwaniu jedzenia mogą skusić się na coś, co przypomina duży okruch chleba, albo tłustego białego robaczka – wyjaśniła krótko Kromka. Jej uwagę przykuła postać, która z pewnej odległości przyglądała się porządkującym teren wokół boiska.

– Patrzcie! Przecież to jeden z nas! – zawołała i podbiegła do przybysza.

– Jak się nazywasz? – zapytała Kromka.

Szczecinka na grzbiecie Putwora nieco się najeżyła, łapki odruchowo szukały kieszeni, której przecież nie mogły znaleźć w futerku. Na szczęście wzrok w samą porę natrafił na uśmiechnięty pyszczek Kromki. Stworek wyglądał i pachniał jak Putwory, tylko zdawał się nie rozumieć ich mowy.

– Ja jestem Kromka – wskazała na siebie różowa Putworka.

– Mene zwaty Zdoba – cicho odpowiedział Stworek, a na piasku łapką nakreślił dziwne znaczki „ЗДОВА”

Kromka przyglądała się literkom i zupełnie nie mogła ich rozpoznać. To musi być jakiś inny alfabet. Uczyla się kiedyś o tym, że na świecie istnieją różne sposoby zapisywania słów, które nazywają te same przedmioty, zjawiska, rośliny czy zwierzęta.

– Już rozumiem, nazywasz się Zdoba, to bardzo ładne imię – powiedziała Kromka. Skąd przyjechałaś? – dodała.

– Ja z okolic Lwowa – odparła Putworka.

Zdoba podeszła do Kromki i wskazała łapką stertę papierków po cukierkach, która wystawała z trawy i bynajmniej nie przypominała radosnych, kolorowych pierwsiońków.

Gdy porządki dobiegły końca, drużyny piłkarskie przystąpiły do werbowania zawodników. Pajdek i Okruch sprawiali wrażenie niepokonanych.

– Chodź! My też zagramy! – Kromka pociągnęła za łapkę Zdoby.

Złoty Stworek nie zastanawiając się ani chwili pobiegł za Kromką. Wszak w tej grze piłka jest zawsze jedna, a bramki są dwie. Wszyscy o tym wiedzą, niezależnie z jakiej części świata pochodzą i w jakim języku mówią.

Ach, co to był za mecz! Zdoba była zwinna i szybka, ale przede wszystkim wiedziała na czym polega gra w zespole. Tym razem dotychczasowi faworyci musieli uznać wyższość niepozornych przeciwników.

– Sport łączy, a nie dzieli – mawiał Antoni. Putwory dobrze zapamiętały mądre słowa, dlatego potrafiły nie tylko przegrywać z godnością, ale także szczerze cieszyć się z czyjegoś zwycięstwa.

– Jeszcze się odegramy! – krzyknął wesoło Pajdek w kierunku Putworek.

Okruch natomiast, zamiast przełykać gorzki smak porażki, skoncentrował się na kęsie słodkiej bułeczki i częstował wszystkich drożdżówkami, które wcześniej przyniósł Antoni.

– Pampuszka – powiedziała Zdoba sięgając po pączka.

– W takiej sytuacji, ja zjadam bezglutenowe pampuszki – śmiała się Kromka i chwaliła wszystkim – to jest moja koleżanka Zdoba. Jeszcze nie bardzo rozumiemy swoją mowę, ale myślimy i czujemy tak samo.



Polsko-ukraiński mini słowniczek

Bułeczka – Здова [Zdoba]

Cześć - Привіт [Prywit]

Jak masz na imię? – Як тебе звати? [Jak tebe zwaty?]

Ile masz lat? – Скільки тобі років? [Skilki Tebe rokiw?]

Gdzie mieszkasz? – Де ти живеш? [De ty żywiesz?]

Jestem z okolic Lwowa – Я з околиць Львова [Ja z okolic Lwowa]

Do zobaczenia jutro – До зустрічі завтра. [Do zustryczy zawtra]

Nie rozumiem – Я не розумію [Ja nie rozumiju]