

**SIĄDZ O ROZŁAMIE
PÓLSKIM KOŚCIELE**

**KTO ZA KOGO
W RZĄDZIE**

**NAGRODY „WPROST”
DLA WYBITNYCH KOBIEC**

**DIETY
PUDEŁKOWE**

Wprost

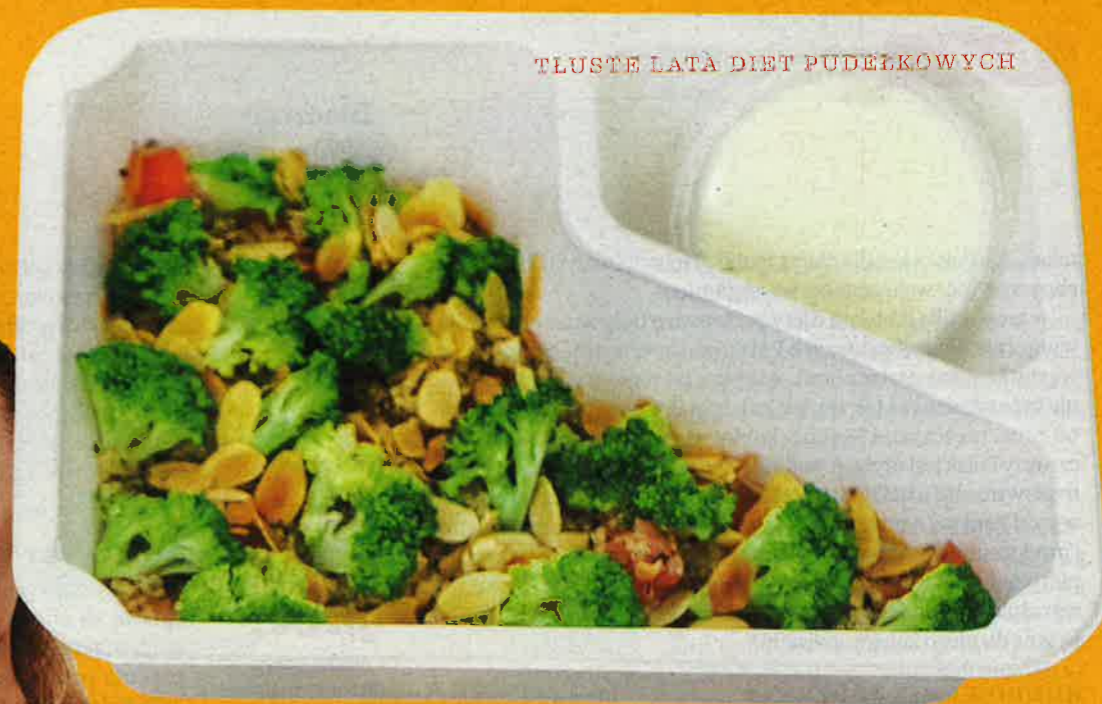
AWNIAMY

**ZEGRANA
POZYCJI
WYBORACH
NIENIŁA
MIARY
DONALDA TUSKA.
K SZEF RADY
ROPEJSKIEJ
ICE WRÓCIĆ
POLSKIEJ
OLITYKI**



**PLAN
TUSKA**

Biznes



Miliard w pudełku

Władzy pokochały diety pudełkowe. Nie tylko się nimi żywią, ale też na nich zarabiają. Na brzuchach właścicieli szybko rośnie rynek dietetycznych cateringów.

Magdalena Gryn

Na pierwsze śniadanie: pasta twarogowa z warzywami i razowym pieczywem. Na drugie: mus gruszkowy z kakao i jagodami goji. Na obiad kurczak w sosie słodko-kwaśnym z papryką i ryżem. Podwieczorek – zupa warzywna. A na kolację – sałata z indykiem i marynowanymi burakami w sosie musztardowym.

Tak prezentuje się dzienna dieta zamknięta w pięciu pudełkach z cateringu

Małgorzaty Rozenek-Majdan. Pod nazwą MRM Foods gwiazda TVN ruszyła właśnie z dostarczaniem swoich posiłków do sześciu największych polskich aglomeracji. Do wyboru 14 różnych diet: sport, detox, bez laktozy, bez glutenu, bez ryb, bez mięsa itd. Plany ma ambitne – w najbliższym czasie doda kolejne lokalizacje. Podobnie jak Ewa Chodakowska, która – choć z Be Diet Catering wystartowała zaledwie parę miesięcy temu – już dostarcza pudełka do 60 polskich

Dlaczego Polacy korzystają z diety pudełkowej?

56
proc.

żeby schudnąć

33
proc.

nie ma czasu na samodzielne przygotowanie posiłków

11
proc.

chce spróbować czegoś nowego i urozmaicić swoją dietę

Źródło: Uniwersytet Ekonomiczny w Krakowie

> Konkurencja zarzuca Rozenek-Majdan, że współpracuje z już istniejącą firmą cateringową, którą firmuje swoim nazwiskiem

Ewa Chodakowska czy Małgorzata Rozenek porzucają swoje inne aktywności i zajmują się tylko firmą cateringową. Otwieraliśmy się tylko firmą cateringową. Otwieraliśmy się z moją żoną catering pięć lat temu. Ten biznes jest bardzo angażujący, a to, czy produkty firmowane przez popularne osoby będą dobre, w dużej mierze zależy od tego, kto faktycznie zarządza cateringiem i dba o produkt”

TWARZ CZY MARKA

Gwiazdy najwyraźniej zdają sobie z tego sprawę, że samo się nie robi, a nazwisko zobowiązuje, dlatego w ich biznesach pracują profesjonalni menedżerowie, doświadczeni kucharze (szef kuchni u Ewy Chodakowskiej gotował m.in. dla prezydentów i ambasadorów), a diety układają nie zwyczajni dietetycy, tylko dietetycy kliniczni (specjalizujący się w żywieniu w chorobie).

Biznes może z boku wygląda na atrakcyjny, ale w rzeczywistości to harówka. – Praca non stop. Mam biuro nad kuchnią i ciągle sprawdzam smaki, jakość wysmażenia,



^ Dietetyczka Agnieszka Mielczarek, prywatnie żona znanego kucharza Pascala Brodnickiego, tłumaczy, że gastronomia zawsze przyciągał znane nazwiska. Sama prowadzi własny catering dietetyczny pod marką BistroBox

wypieczenia. Kucharz musi mi przynieść do sprawdzenia każde danie. Nie wyobrażam sobie tego inaczej – mówi Agnieszka Mielczarek. Jej BistroBox dostarcza nawet 1,5 tys. posiłków dziennie do głównych miast Polski.

– Mamy bardzo mocny zespół ludzi, którzy specjalizują się w tej dziedzinie, ale kosztowało nas to wiele lat pracy. Nie mamy przypadkowych pracowników, a w dużej gastronomii częsta rotacja ludzi jest zmartą – to już Joanna Brzezińska, dietetyczka, medalistka mistrzostw Polski w aerobiku sportowym, szefowa pierwszego cateringu dietetycznego na polskim rynku Fit and Eat, który 12 lat temu otwierała razem z mężem, trenerem Dariuszem Brzezińskim.

Owszem, biznes tej popularnej w środowisku sportowym pary promują tak znane nazwiska, jak Agata Młynarska, Paweł Małaczyński czy Dawid Ogrodnik. – Ale znane twarze nie sprzedają diet, tylko je uwiarygodniają. My nigdy nie chcieliśmy, aby ktoś nasz catering „twarzował”, bo to my jako Brzezińscy od początku tworzymy ten produkt, a klienci ufają naszej wiedzy i profesjonalizmowi – tłumaczy Joanna Brzezińska.

Mateusz Gessler, znany restaurator, który prowadzi restaurację Warszawski Dzień, a od pięciu lat dostarcza swój catering dietetyczny na terenie stolicy i okolic, też jest zdania, że znane nazwisko to za mało. – Firma z marką ma zdecydowanie łatwiej na początku, ale czy jest gwarancją sukcesu? Zdecydowanie nie, bo raz rozczarowany klient nie skorzysta po raz drugi z usługi,

która nie spełniła jego oczekiwań, obojętnie jakie nazwisko będzie na tej diecie widniało. Dlatego po kilku miesiącach działania każda firma cateringowa sama pracuje na swój sukces – podkreśla Gessler.

CHUDE ŻYCIE. GRUBY PORTFEL

Diety pudełkowe są szczególnie popularne w dużych aglomeracjach wśród pracujących i dobrze sytuowanych osób. Zasobność portfela jest tu konieczna, bo taka miesięczna dieta może kosztować nawet 2 tys. zł. Na rynku, wycenianym już na miliard złotych, działa kilkaset firm. Największym graczem jest Maczfit, który codziennie dostarcza 5 tys. paczek z pudełkami. Między warszawską spółką a dalszymi graczami jest spory dystans – pierwsza dziesiątka rozwozi średnio 2-3 tys. diet dziennie. Najpopularniejsze są te standardowe z 2 tys. kcal i odchudzające z dzienną dawką 1,2 tys. kcal. Za taki zestaw trzeba wyłożyć od 30 do 80 zł na dzień. Cena zależy oczywiście od kaloryczności jedzenia, ale też od regionu, jakości produktów i rodzajów dostawy. Tańsze są te z odbiorem na miejscu.

– Rynek jest bardzo rozproszony i daleko mu do konsolidacji. Firm dostarczających powyżej 2 tys. paczek dziennie w Polsce jest kilka, ale już takich, które robią powyżej pół tysiąca diet – kilkadziesiąt. – wyjaśnia Przemysław Skokowski, prezes Dietly.pl, internetowej porównywarki diet pudełkowych.

Jeszcze więcej jest mikrusów, obsługujących od 50 do 200 klientów miesięcznie.

A to dlatego, że pudełkowy biznes nie wymaga jakichś wielkich funduszy na start. Wystarczy mieć piekarnik, kuchenkę, parę garnków i już można gotować dla innych. Robią tak np. trenerzy sportowi, którzy przygotowują 5-10 posiłków dziennie dla swoich podopiecznych.

ŻYWIENIOWE PSUJE

Własny catering otworzyło też wiele restauracji, które traktują pudełka jako dodatkową działalność. Nie zawsze idzie jednak za nią jakość, co pokazała przeprowadzona dwa lata temu kontrola sanepidu. Spośród przebadanych 45 mazowieckich cateringów w 20 wykryto nieprawidłowości – było brudno, składniki były przeterminowane, brakowało lodówek, sprzęt nie miał atestów, natrafiano nawet na robactwo. – Takie firmy okropnie psują rynek, a my musimy potem starać się podwójnie, żeby przekonać do siebie klienta. Myślę, że wzmocnienie kontroli sanepidu po części mogłoby rozwiązać ten problem – twierdzi Jakub Kukuła, właściciel cateringu Kukuła Healthy Food.

Mimo wykrycia parę lat temu tych czarnych owiec w branży catering dietetyczny bez przerwy przyciąga gwiazdy. Jedzeniem z pudełek pochwaliła się już Beata Kozi-drak, Iwona Pavlović, Rafał Maserak czy Adam Małysz. Inwestycji na tym rynku przygląda się np. Anna Lewandowska, która już sprzedaje zdrową żywność, układa wyszczuplające diety i prowadzi własną sieć z małą gastronomią Healthy Store by Ann.

W Stanach oprócz diet pudełkowych parę lat temu rozkwitła też sprzedaż zestawów do samodzielnego gotowania. Firmy takie jak Blue Apron dostarczają pod dom kartony z warzywami, przyprawami i innymi produktami, z których wedle załączonego przepisu można samemu ugotować zdrową potrawę. Ale po chwili boomu firma przeżywa właśnie wielki kryzys. Parę dni temu zakomunikowała, że może być zdjęta z nowojorskiej giełdy, bo ceny akcji spadły już poniżej dolara. Wszystko przez to, że Amerykanom po prostu nie chce się na co dzień gotować. I to jest odpowiedź na pytanie, dlaczego diety pudełkowe są w dzisiejszych czasach skazane na sukces. Co trzeci Polak wybrał pudełka właśnie dlatego, że nie ma czasu na samodzielne przygotowywanie posiłków. <

... jest dla niej za mała. „Trenerka wszystkich Polek” ... woje pudełka też za granicę.

... lat temu diety pudełkowe były zarezerwowane dla najbogatszych Polaków. Catering dietetyczny był ... gastronomii. Ale parę lat temu z wagą Polaków ... aż tak źle, jak jest dzisiaj. Ekspertci biją na alarm: ... yżni i 53 proc. kobiet ma w Polsce nadwagę. Co ... st otyły. A według prognoz do 2025 r. liczba otyłych ... nas do 30 proc. Na zbędnych kilogramach Polaków ... ogromny fitness biznes z dietetykami, siłowniami ... cudownych pigułek odchudzających. Teraz tyje na ... tycznych cateringów. Już w tym roku ten rynek może ... ć wartość 1 mld zł. Co takiego jest w tym biznesie, ... kolejne gwiazdy?

WIE JEDZENIA

... nieszka Mielczarek, prywatnie żona znanego ku- ... Brodnickiego, tłumaczy, że gastronomia zawsze ... ne nazwiska. Niedawno Kuba Wojewódzki ogłosił, ... racją na warszawskim Powiślu. W kwietniu pojawiły ... że własny lokal zamierza otworzyć prezydentka ... niak-Starak.

... działających w show-biznesie ma świadomość, że ... trwać dłużej bądź krócej, dlatego szukają alternatyw ... pada na gastronomię – opowiada Mielczarek. Ona ... t prowadzi własny catering dietetyczny pod marką ... niej to była naturalna kolej rzeczy, bo napisała już ... odchudzaniu, a na YouTube prowadzi własny kanał ... wieniu. U Ewy Chodakowskiej też trudno mówić ... trenerka od lat promuje zdrowy tryb życia. Wydała ... mństwo płyt i książek. Produkuje własną zdrową ... i po całej Polsce z treningami. Nic dziwnego, że ... kilka miesięcy, żeby swoimi dietami pudełkowymi ... kszym graczom z tej branży.

... Rozenek-Majdan poszła za przykładem koleżanek, ... eile e-maili z pytaniami, który catering pudełkowy ... n. – Przetestowałam ich wiele, więc miałam wiedzę, ... polecenia, a który absolutnie nie. Zwracam dużą ... jem ja i moi najbliżsi. Postanowiłam, że stworzę ... ogatą ofertą i propozycjami dla każdego – tłumaczy ... Na Instagramie zapewnia, że każdy posiłek jest ... zetestowany i zatwierdzony zarówno przez nią, jak ... klinicznego. Ale konkurenci z branży cateringowej, ... h pudełkowych zjedli zęby, nie są co do tego prze- ... lżają, że Rozenek-Majdan współpracuje z działającą ... rmą cateringową. Według nich gwiazda TVN daje ... runek. Resztą zajmują się wynajęci ludzie.

... da mająca milion innych zajęć ma czas na oprap- ... pisu i wybór wartościowych produktów? Publika ... brawo i oczami wyobraźni widzi, jak znana z gazet ... nia i wręcz układa je w pojemnikach. Ale tak nie jest ... ukuła, właściciel i założyciel jednego z największych ... etycznych w Polsce, Kukuła Healthy Food.

... szerszy, współtwórca cateringu dietetycznego Pomelo, ... zdy są twarzami, ale chyba nikt nie wierzy w to, że



ZDJĘCIA: BE DIET CATERING, MRM FOOD, AGNIESZKA MIELCZAREK.PL