

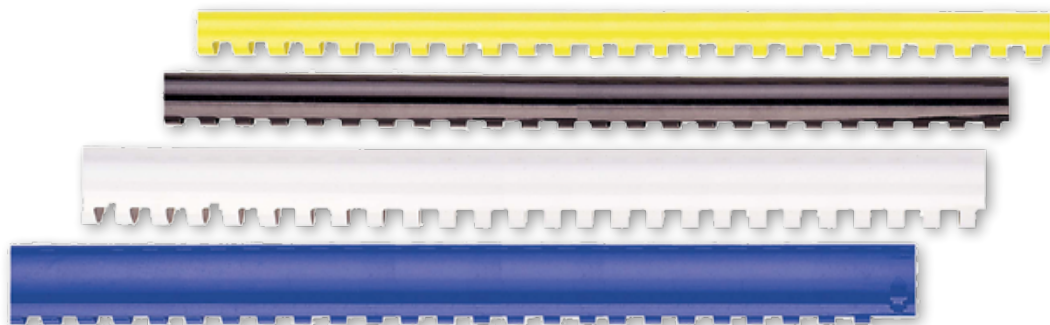
OPRAWA DOKUMENTÓW



ZAWARTOŚĆ DZIAŁU

str.

Folie do laminowania	215
Grzbiety do bindowania	214
Listwy wsuwane do oprawy	215
Okładki do bindowania	214-215
Okładki do grzbietów zaciskowych	215
Okładki do termooprawy	215



GRZBIETY DO OPRAWY PLASTIKOWEJ O.COMB

średnica	oprawia max (kartek)	opakowanie [sztuk]	biały	czarny	niebieski	zielony
4,5 mm	10	100	-	OP025-2	OP025-1	OP025-4
6 mm	25	100	-	OP026-2	OP026-1	OP026-4
8 mm	45	100	OP027-10	OP027-2	OP027-1	OP027-4
8 mm	45	25	OP-006-10	OP-006-2	-	-
10 mm	65	100	OP028-10	OP028-2	OP028-1	OP028-4
10 mm	65	25	OP-007-10	OP-007-2	OP-007-1	OP-007-4
12 mm	105	100	-	OP029-2	OP029-1	OP029-4
12 mm	105	25	OP-008-10	OP-008-2	OP-008-1	-
14 mm	125	100	OP030-10	OP030-2	OP030-1	OP030-4
14 mm	125	25	OP-009-10	OP-009-2	OP-009-1	-
16 mm	145	100	-	OP031-2	OP031-1	OP031-4
16 mm	145	25	OP451-10	OP451-2	-	-
18 mm	165	100	-	OP032-2	OP032-1	OP032-4
18 mm	165	25	-	OP-100-2	OP-100-1	-
20 mm	180	100	OP033-10	OP033-2	OP033-1	-
20 mm	180	25	OP-0102-10	OP-0102-2	-	-
22 mm	210	100	OP034-10	OP034-2	OP034-1	OP034-4
25 mm	240	50	OP035-10	OP035-2	OP035-1	OP035-4
28 mm	270	50	OP036-10	OP036-2	OP036-1	OP036-4
32 mm	300	50	-	OP037-2	OP037-1	OP037-4
38 mm	350	50	OP038-10	OP038-2	OP038-1	OP038-4
45 mm	440	50	OP039-10	OP039-2	OP039-1	-
51 mm	510	50	OP040-10	OP040-2	OP040-1	OP040-4



PRZECZYSTE OKŁADKI DO BINDOWANIA O.CLEAR

♦ 100 szt. w opakowaniu

rodzaj	format	grubość	bezbaw.	zielone	niebieskie	żółte
Economy	A4	140 mic	OP-233	-	-	-
Standard	A4	190 mic	OP024-20	OP024-4	OP024-1	OP024-6
Standard	A3	200 mic	OP-1202	-	-	-



BŁYSZCZĄCE OKŁADKI DO BINDOWANIA O.EXCLUSIVE

♦ Format A4
♦ 100 szt. w opakowaniu

zielone	czerwone	niebieskie	żółte	czarne
OP041-4	OP041-3	OP041-1	OP041-6	OP041-2




SKÓROPODOBNE OKŁADKI DO BINDOWANIA O.UNIVERSAL

- ♦ Format A4
- ♦ 100 szt. w opakowaniu

indeks	kolor	indeks	kolor
OP050-10	białe	OP050-9	bordowe
OP050-2	czarne	OP050-4	zielone
OP050-3	czerwone	OP050-1	jasnoniebieskie
OP050-6	zółte		





OKŁADKI BIAŁE DO TERMOOPRAWY O.THERMOLUX

indeks	format	szerokość	oprawia	opakow.
OP385	A4	MINI	15 kartek	100 szt.
OP396	A4	3 mm	30 kartek	100 szt.
OP397	A4	4 mm	40 kartek	100 szt.
OP398	A4	6 mm	60 kartek	100 szt.
OP399	A4	6 mm	60 kartek	25 szt.
OP400	A4	8 mm	80 kartek	25 szt.
OP610	A4	10 mm	100 kartek	25 szt.
OP611	A4	12 mm	120 kartek	25 szt.




FOLIA LAMINACYJNA O.POUCH

- ♦ 100 szt. w opakowaniu

format (mm)	80 mic	100 mic	125 mic	150 mic	175 mic	250 mic
wizyt. 55x95	OP312	-	-	-	-	-
wizyt. 60x95	-	OP-FN13	-	-	-	OP303
wizyt. 65x95	-	OP230	OP325	-	-	OP-257
A7 80x110	OP-132	-	-	-	-	-
A6 111x154	OP056	OP057	-	-	-	-
A5 154x216	OP058	OP897	OP346	OP347	OP0175	-
A4 216x303	OP060	OP061	OP062	OP349	OP153	OP063
A3 303x426	OP064	OP065	OP066	-	-	-




LISTWY WSUWANE O.SLIDE

- ♦ Format A4
- ♦ 50 szt. w opakowaniu

rodzaj	oprawia	białe	niebieskie	czerwone	czarne	zielone
3 mm	10 k.	OP870-10	OP870-1	OP870-3	OP870-2	OP870-4
6 mm	25 k.	OP878-10	OP878-1	OP878-3	OP878-2	OP878-4
10 mm	50 k.	OP603-10	OP603-1	OP603-3	OP603-2	OP603-4
15 mm	75 k.	-	OP879-1	-	OP879-2	-




LISTWA WSUWANA

- ♦ Zaokrąglone krawędzie utatwiają nasuwanie grzbietu na dokument
- ♦ 50 szt. w opakowaniu
- ♦ Gładka struktura listwy i zaokrąglony przekrój gwarantują elegancki wygląd oprawianych dokumentów

indeks	kolor	rodzaj
DU017-2	czarna	na 30 kartek
DU017-3	czerwona	na 30 kartek
DU017-11	granatowa	na 30 kartek
DU017-20	przezroczysta	na 30 kartek
DU039-2	czarna	na 60 kartek
DU039-3	czerwona	na 60 kartek
DU039-20	przezroczysta	na 60 kartek
DU039-11	granatowa	na 60 kartek




OKŁADKA DO GRZBIETÓW ZACISKOWYCH

- ♦ Tworzy ochronę do niedziurkowanych dokumentów
- ♦ Do użycia z listwami wsuwanymi

indeks	kolor
DU006-20	przezroczysta
DU006-1	niebieska

Na zdrowie!

pomysł na zdrowy obiad w pracy

Salatka z kuskusem

Oryginalna sałatka nicejska podawana jest z grillowanym tuńczykiem, jajkiem, czerwoną cebulą, zieloną fasolką, czarnymi oliwkami, anchois i kaparami.

Z pysznym dressingiem z dodatkiem szczypiorku i oregano.

Do sałatki można też dodać ugotowane młode ziemniaczki i pomidorki koktajlowe.

Świeżego tuńczyka można też zastąpić tuńczykiem z puszki dobrej jakości.

Składniki

- 150 g pomidorków koktajlowych
- 1 łyżeczka brązowego cukru
- 2 łyżki listków świeżego oregano lub 1 łyżeczka suszonego
- 1 awokado
- 12 kosteczek sera feta
- 6 czarnych oliwek
- 5 łyżek orzeszków pinii
- sok z 1/2 cytryny
- 3/4 szklanki kuskusu
- gorący bulion warzywny (lub woda)
- 2 łyżki posiekanego szczypiorku
- 1 łyżka posiekanej natki pietruszki

Sposób przygotowania

- Pomidorki przekroić na połówki, włożyć do miseczki, oprószyć solą oraz pieprzem, wymieszać z cukrem, oregano i skropić oliwą. Wyłożyć na blaszkę do pieczenia i wstawić pod rozgrzany grill w piekarniku na około 7-10 minut.
- Kuskus wsypać do większej salaterki, zalać wrzącym bulionem lub wodą 1 cm ponad poziom kaszy (około niepełnej szklanki). Przykryć i odstawić na 10 minut aż kasza wchłonie cały płyn, następnie wymieszać widelcem z posiekanym szczypiorkiem i natką pietruszki. Jeśli używamy wody – kaszkę można posolić.
- Dodać pomidorki wraz z całym sokiem, pokrojone na kawałeczki i skropione sokiem z cytryny awokado, zrumienione na suchej patelni orzeszki pinii, pokrojone oliwki i ser feta. Doprawić solą i pieprzem, skropić oliwą, delikatnie wymieszać.



Czy wiesz, że?

Kuskus powinno się spożywać z produktami bogatymi w witaminę C, która zwiększa przyswajalność żelaza.