

Красный Яр

с 18 по 31 марта



ДИЕТА • СПОРТ • ЗДОРОВЬЕ

ПОЛЬЗА ЕСТЬ



БУЛГУР
УВЕЛКА
450 Г

-45%

~~89,98~~
49,90



КАЛЬМАР
ОЧИЩЕННЫЙ
ФИЛЕ
СВЕЖЕМОРОЖЕНОЕ
ФИШТРЕЙД
400 Г

-35%

~~199,98~~
129,90

ПОЛЬЗА ЕСТЬ

САЛАТ ГРЕЧЕСКИЙ

БРЫНЗА, ОГУРЕЦ, ПОМИДОРЫ,
БОЛГАРСКИЙ ПЕРЕЦ, ЛУК, ОЛИВКИ,
ЗЕЛЕНЬ САЛАТА, ПЕКИНСКАЯ КАПУСТА
100 Г



49,98

САЛАТ ЛАЙТ

КУРИЦА, ВИНОГРАД, ЯБЛОКИ, СЕЛЬДЕРЕЙ,
ЗЕЛЕНЬ САЛАТА, ПЕКИНСКАЯ КАПУСТА,
ГРЕЦКИЙ ОРЕХ
100 Г



59,98

ОВСЯНОБЛИН

С КЕТОЙ
150 Г



99,98

КОКОСОВАЯ НЕЖНОСТЬ

ПОЛЕЗНЫЙ ДЕСЕРТ
150 Г



149,98

ХЛЕБ
БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ
200 Г



79,98

ДЕСЕРТ
С ЧИА И МАНГО
200 Г



169,98

ДЕСЕРТ
С ЧИА И КЛУБНИКОЙ
200 Г



199,98

КОТЛЕТА
КАРТОФЕЛЬНАЯ
ОХЛАЖДЕННАЯ
100Г



12,90



КАША ПЕРЛОВАЯ
С ОВОЩАМИ
100Г



14,98

КОТЛЕТА
КУРИНАЯ ПАРОВАЯ
100Г



49,98

ЯЗЫК
ОТВАРНОЙ
100Г



119,98



КОТЛЕТА
МОРКОВНАЯ
ОХЛАЖДЕННАЯ
100Г



9,90

РЫБА С ОВОЩАМИ
МОРСКОЙ ЯЗЫК, ПЕРЕЦ,
СТРУЧКОВАЯ ФАСОЛЬ
В УСТРИЧНОМ СОУСЕ
100Г



49,98



КЕТА
ПАРОВАЯ
100Г



119,98

*ВАРИАНТ СЕРВИРОВКИ

**СВОЯ
КУХНЯ**

ХЛОПЬЯ
4 ЗЛАКА
PASSIM
400 Г



-25%

~~39,88~~
29,90

ПОЛЕЗНЫЙ

ГРАНОЛА
ЖИВАЯ
ИЗ ПРОРОСТКОВ
С КЛЮКВОЙ
GRANUM BIO
130 Г



-42%

~~119,98~~
69,90

ОТРУБИ
ОВСЯНЫЕ
ОЧИЩЕННЫЕ
ЗОЛОТЫЕ ЗЛАКИ СИБИРИ
200 Г



-32%

~~58,98~~
39,90

КАША ИЛИ

КАША
ОВСЯНАЯ
С ЧЕРНИКОЙ И СЛИВКАМИ
ХУДЕЕМ ЗА НЕДЕЛЮ
40 Г



-29%

~~34,98~~
24,90

ХЛОПЬЯ
5 ЗЛАКОВ
МАКФА
400 Г



-26%

~~67,87~~
49,90

ХЛОПЬЯ
КУКУРУЗНЫЕ
БЕЗ САХАРА
FIT PARAD
200 Г



-29%

~~139,98~~
99,90



МОЛОКО
БЕЗЛАКТОЗНОЕ
0,05%
COMFORT
PARMALAT
1 Л



-20%

~~99,98~~
79,90

НАПИТОК
МОЛОКО
ГРЕЧНЕВОЕ, ОВСЯНОЕ, РИСОВОЕ
ЗДОРОВОЕ МЕНЮ
1 Л



-23%

~~129,98~~
99,90

НАПИТОК
МОЛОКО НА СОЕВОЙ ОСНОВЕ
КЛУБНИКА, БАНАН, КОКОС
GREEN MILK
750 МЛ



-23%

~~129,98~~
99,90

МОЛОКО
КОЗЬЕ
ОТБОРНОЕ
СЕЛО ЗЕЛЁНОЕ
0,487 Л



-35%

~~199,98~~
129,90

ЗАВТРАК

ТВОРОГ
0,2%
ПРОСТОКВАШИНО
210 Г



МУКА
АМАРАНТОВАЯ
ПУДОВЬ
200 Г

-25%
~~119,98~~
89,90

ТВОРОГ?



СЫРНИКИ

Творог – 250 г
Яйца – 1 шт. / Мука – 5 ст. л.
Ванилин – по вкусу
Овсяные хлопья – 0,5 ст.

Смешайте творог, яйца, муку и ванилин. Немного измельчите овсяные хлопья. Из творожного теста формируйте колобки, обваляйте их в овсяных хлопьях. Выложите сырники на противень, застелённый пекарской бумагой. Выпекайте сырники 25–30 минут при 180 °С. Готовые сырники подавайте к столу с мёдом, вареньем или сметаной.



-26%

~~107,89~~
79,90

СМЕТАНА
10%
СЕМЕНИШНА
300 Г



-33%

~~89,98~~
59,90

СГУЩЁНКА
СОЕВАЯ
ВАРЁНАЯ
VOLKOMOLKO
250 Г



-32%

~~249,98~~
169,90

МАСЛО
КОКОСОВОЕ
AROY-D
0,18 Л



-29%

~~379,98~~
269,90

МОЛОКО
КОКОСОВОЕ
АМРАВА
0,25 Л



-33%

~~149,98~~
99,90

МОЛОКО
КЕДРОВОЕ
СМЁДОМ
САВА
0,2 Л



-28%

~~179,98~~
129,90

СЕМЕНА ЧИА
FIT PARAD
40 Г



-29%

~~69,98~~
49,90

Даже не увлекаясь «суперфудами», вы полюбите завтракать чиа-пудингом. Это две столовые ложки семян чиа, стакан молока или йогурта и фрукты, орехи, какао, мёд... Столько же микроэлементов не съесть за весь день!

ПОЛЕЗНЫЙ ЗАВТРАК

КЕФИР

1%
АЛТАЙСКАЯ БУРЁНКА
850 МЛ



-32%

~~87,98~~

59,90

ТВОРОГ
МЯГКИЙ
ВИШНЯ/МИКС ЗЛАКОВ/КИНОА
ЗЛАКИ/СУШЕНЫЕ ЯГОДЫ
СЕМЕНА ЛЬНА/ЗЛАКИ
БИО БАЛАНС
130Г



-23%

~~38,77~~
29,90

ЙОГУРТ
ТЕРМОСТАТНЫЙ
3,5%
СЕМЕНИШНА
180Г



-25%

~~39,98~~
29,90

ДЕСЕРТ
ЧЕРНОСЛИВ/ИНЖИР/ЗЛАКИ/ЧИА
ГОЛУБИКА/ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ
SIMPLE
EPICA
130Г



-20%

~~49,98~~
39,90

ДЕСЕРТ
СОЕВЫЙ
В ТЁМНОМ ШОКОЛАДЕ
С ВАНИЛЬЮ
Б. Ю. АЛЕКСАНДРОВ
50Г



-17%

~~59,98~~
49,90

ПИТЬЕВОЙ ПРОДУКТ
ПОЛЕЗНЫЙ ЗАВТРАК
БАНАН/ВИШНЯ/ЯБЛОКО/ВИНОГРАД
ЯБЛОКО/ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ
J7
0,3Л



-29%

~~69,98~~
49,90

НАПИТОК
МОЛОЧНО-СОКОВЫЙ
ПЕРСИК/МАРАКУЙЯ
МУЛЬТИФРУКТ, КЛУБНИКА
НЕО МАЖИТЭЛЬ
950 МЛ



-27%

~~109,98~~
79,90

Красный Яр

ДИЕТА • СПОРТ • ЗДОРОВЬЕ



ПОЛЬЗА ЕСТЬ



НОВЫЙ ОТДЕЛ С ПРОДУКТАМИ
ДЛЯ ПРАВИЛЬНОГО ПИТАНИЯ!



ПОСТНОЕ МЕНЮ

КРУПА
ПШЕНИЧНАЯ
ОТБОРНАЯ
ЯРМАРКА
4* 62,5Г

Для кого-то в посте духовный смысл, для кого-то — здоровый челлендж. Но все отмечают «побочный эффект» — это вкусно. Крупы и овощи переходят из гарниров в основные блюда — богатые клетчаткой и очень аппетитные!



-25%
~~39,98~~
29,90

КУСКУС
ПШЕНИЧНЫЙ
НАЦИОНАЛЬ
450Г

РИС
БУРЫЙ
ЗДОРОВЬЕ
НАЦИОНАЛЬ
800Г



-46%
~~129,98~~
69,90

-42%
~~119,98~~
69,90

КРУПА
СМЕСЬ
МИКС КИНОА/ЧЕЧЕВИЦА
ГЛИКОГЕН БУЛГУР/ТОМАТЫ/КРАСНОЕ КИНОА
ОМЕГА-3 БУРЫЙ РИС/КИНОА/СЕМЕНА ЛЬНА
НАЦИОНАЛЬ
250Г



-47%
~~169,98~~
89,90

**МЯСО
СОЕВОЕ
ГУЛЯШ
ЗДОРОВКА
130 Г**



-33%
~~59,98~~
39,90

**КОТЛЕТЫ
ГРЕЧНЕВЫЕ
С ГРИБАМИ И ЧИА
МИСТРАЛЬ
230 Г**



-38%
~~159,98~~
99,90



**КОТЛЕТЫ
ПОСТНЫЕ
ОЛИМП
570 Г**



-30%
~~99,98~~
69,90

**КОТЛЕТЫ
КАПУСТНЫЕ
ОЛИМП
570 Г**



-33%
~~119,88~~
79,90



**УДОБНО БРАТЬ
С СОБОЙ**

**ЁМКОСТЬ
ДЛЯ ПРОДУКТОВ
ПЛАСТИК
ОРАНЖЕВЫЙ
КРАСНЫЙ
ЗЕЛЁНЫЙ
OURSSON
0,5 Л**



-25%
~~79,98~~
59,90

**ЁМКОСТЬ
ДЛЯ ПРОДУКТОВ
ПЛАСТИК
ОРАНЖЕВЫЙ
КРАСНЫЙ
ЗЕЛЁНЫЙ
OURSSON
1 Л**



-20%
~~99,98~~
79,90



ВКУСНЫЙ ОБЕД

**ФИЛЕ
ИНДЕЙКИ**
МЯСНИЧИЙ
500 Г



СОЧНОЕ ФИЛЕ ИНДЕЙКИ В ДУХОВКЕ

Филе индейки
Кефир 2,5 %

Специи для птицы на выбор
Соль, перец — по вкусу

Мясо промойте и просушите, натрите специями. Залейте кефиром так, чтобы мясо было покрыто полностью. Через два часа заверните мясо в фольгу, запекайте 40 мин при 180 °С.

-20%

~~249,98~~
199,90

ФАРШ
ИЗ МЯСА ИНДЕЙКИ
АППЕТИТНЫЙ
ИНДИ
500 Г



-26%

~~269,98~~
199,90



МАКАРОНЫ
СПАГЕТТИ
ГРЕЧНЕВЫЕ
МАКФА
500 Г

-25%

~~79,98~~
59,90



МАКАРОНЫ
СПАГЕТТИ
БЕЗГЛЮТЕНОВЫЕ
МАКФА
300 Г

-33%

~~149,98~~
99,90



РИС
ПО-ТАЙСКИ
КХАО ПАН
КОКОС/ЛЕМОНГРАСС
YELLI
150 Г

-31%

~~129,98~~
89,90



МАЙОНЕЗ
ПРОВАНСАЛЬ
ЗЕЛЕНАЯ ДАЧА
С МАСЛОМ АВОКАДО
СЛОБОДА
375 Г

-39%

~~98,87~~
59,90

ПАПРИКАШ
СВЕЖЕМОРОЖЕННЫЙ
СВОЙ УРОЖАЙ
400 Г



-42%
119,98
69,90

**СМЕСЬ
ВЕСЕННЯЯ**
СВЕЖЕМОРОЖЕНАЯ
СВОЙ УРОЖАЙ
400 Г



-46%
129,98
69,90

**СМЕСЬ
СВЕЖЕМОРОЖЕНАЯ**
ГАРНИР С БАКЛАЖАНАМИ
СВОЙ УРОЖАЙ
300 Г



-42%
119,98
69,90

ГОРОШЕК
СВЕЖЕМОРОЖЕННЫЙ
ЗЕЛЁНЫЙ
BONDUELLE
400 Г



-42%
119,98
69,90

ЧАЙ
ЗАМОРОЖЕННЫЙ
ОБЛЕПИХА/КРАСНАЯ СМОРОДИНА/ИМБИРЬ
HORTEX
250 Г



-36%
139,87
89,90

ЧЕРНИКА
СВЕЖЕМОРОЖЕНАЯ
ДАРЫ КРАЯ
300 Г



-23%
167,89
129,90

БРОККОЛИ
СВЕЖЕМОРОЖЕННЫЕ
4 СЕЗОНА
400 Г



-39%
129,98
79,90

Что полезнее: свежий овощ или замороженный? Если свежий долго лежал в холодильнике, то второй! Ведь с шоковой заморозкой сохраняется почти вся польза и нет льда — лишней жидкости при жарке.

ЛЁГКИЙ УЖИН

СТЕЙК ФОРЕЛИ
СВЕЖЕМОРОЖЕННЫЙ
ФИШТРЕЙД
1 КГ



Красная рыба – это идеальный источник полезных веществ и витаминов. За счёт большого содержания белка и полиненасыщенных кислот Омега-3, этот продукт рекомендуют обязательно включать в свой рацион во время похудения.

.....

Кусок форели промойте, посолите и поперчите, выложите на пищевую фольгу. Сбрызните соком лимона и оливковым маслом. При желании вы можете посыпать рыбу любимыми травами. Закройте форель фольгой и отправьте в духовку на 30–40 минут. Идеальная диетическая форель готова!

-38%

~~1598,98~~
999,90

ТИЛАПИЯ
СВЕЖЕМОРОЖЕНАЯ
ФИЛЕ
500 Г

КРЕВЕТКИ
ВАРЁНО-МОРОЖЕННЫЕ
200/300
ОЧИЩЕННЫЕ
БУХТА ИЗОБИЛИЯ
200 Г

САЛАТ
ИЗ МОРСКОЙ КАПУСТЫ
КОМАНДОРСКИЙ
ГРЕЧЕСКИЙ
ДЕЛСИ
200 Г



-31%

~~289,98~~
199,90

-33%

~~449,98~~
299,90

-33%

~~59,87~~
39,90

САЛАТ
ИЗ МОРСКОЙ КАПУСТЫ
ДАЛЬНЕВОСТОЧНЫЙ
КУРИЛЬСКИЙ БЕРЕГ
220 Г

САЛАТ
ИЗ МОРСКИХ ВОДОРОСЛЕЙ
ЧУКА
С ОРЕХОВЫМ СОУСОМ
САНТА БРЕМОР
150 Г

КОКТЕЙЛЬ
ИЗ МОРЕПРОДУКТОВ
В МАСЛЕ С ЗЕЛЕНЬЮ
САНТА БРЕМОР
200 Г

КРЕВЕТКИ
В РАССОЛЕ
САНТА БРЕМОР
200 Г



-37%

~~79,67~~
49,90

-20%

~~99,98~~
79,90

-28%

~~179,98~~
129,90

-32%

~~249,98~~
169,90

ТУНЕЦ
В МАСЛЕ
ФИЛЕ
MANABI
170Г



-36%
~~109,98~~
69,90

ТУНЕЦ
В СОБСТВЕННОМ СОКУ
КУСОЧКАМИ
УЛЬТРАМАРИН
185Г



-25%
~~159,98~~
119,90

СЫР
MOZZARELLA
GALBANI
125Г



-25%
~~159,98~~
119,90

СЫР
БРЫНЗА
СЕРБСКАЯ
КУС
250Г



-21%
~~189,98~~
149,90

СМЕСЬ
СЕМЯН
ДЛЯ САЛАТА
AGAMI
50Г



-29%
~~34,98~~
24,90

СОУС
ПОСТНЫЙ
С ЛИМОННЫМ СОКОМ
МАХЕЕВЪ
190Г



-30%
~~49,98~~
34,90

СОУС
ПОСТНЫЙ
ПРОВАНСАЛЬ
МАХЕЕВЪ
390Г



-33%
~~89,98~~
59,90

Блюда для ужина
рекомендуют запекать, тушить
или готовить на пару.

Важно включить в блюда клетчатку, она
содержится в овощах.

Ночью организм интенсивно «строит»
мышечную ткань, и ему необходимы белки.

Для ужина подходят нежирное мясо
и птица, яйца, сыр и тофу. Оптимальное
основное блюдо для вечера – рыба
или морепродукты.

Приготовьте на ужин лёгкий
салат с тунцом и овощами!



ЗДОРОВЫЙ ПЕРЕКУС

СЫР
ЛЁГКИЙ
БРЕСТ-ЛИТОВСК
200Г



-34%

~~197,89~~
129,90



Брест-Литовск

ЛЕГКИЙ
СЫР



Сыр обладает традиционным молочным вкусом с приятной кислоткой. Нежная консистенция и рисунок из мелких «глазков» придают сыру индивидуальность.

Мастера-сыровары Брест-Литовск с гордостью следуют вековым традициям изготовления сыров.

СЫР
ТОФУ
КЛАССИЧЕСКИЙ
VEGAN
100Г



-33%

~~59,98~~
39,90

СЫР
LIGHT
НАРЕЗКА
КИПРИНО
125Г



-29%

~~139,88~~
99,90

СЫР
САЯНСКАЯ ЛЕГЕНДА
СЕЛО МАСЛОБоеВО
400Г



-25%

~~199,98~~
149,90

ПРОДУКТ
ПОСТНЫЙ
ГОЛЛАНДСКИЙ
VOLKOMOLKO
180Г



-40%

~~249,98~~
149,90

ТВОРОЖНЫЙ
СЫР
ЛЁГКИЙ
ALMETTE
150Г



-25%

~~119,98~~
89,90

ТУНЕЦ
ХОЛОДНОГО КОПЧЕНИЯ
ФИЛЕ-ЛОМТИКИ
АДМИРАЛ
150Г



АКЦИЯ
ВСЕГДА
АКЦИЯ

-39%

~~379,98~~
229,90

ТУНЕЦ
ХОЛОДНОГО КОПЧЕНИЯ
ФИЛЕ-КУСОК
АДМИРАЛ
150Г



АКЦИЯ
ВСЕГДА
АКЦИЯ

-38%

~~399,98~~
249,90

СЁМГА
СЛАБОСОЛЁНАЯ
ФИЛЕ-ЛОМТИКИ
АДМИРАЛ
100Г



АКЦИЯ
ВСЕГДА
АКЦИЯ

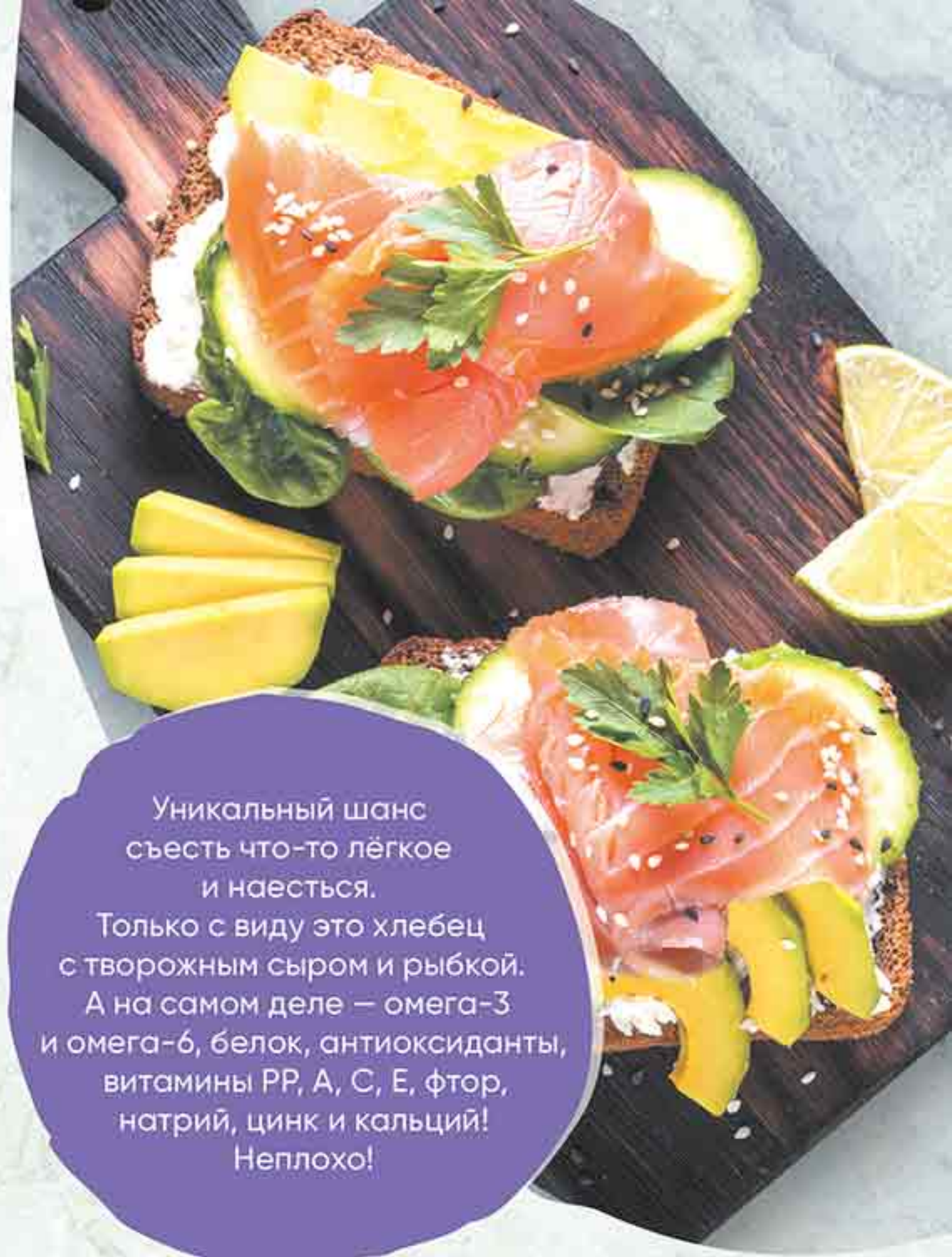
-29%

~~349,98~~
249,90

ХЛЕБЦЫ
 СЫРНЫЙ ЗЛАКОВЫЙ КОКТЕЙЛЬ
 ГРЕЧНЕВЫЕ С ВИТАМИНАМИ
 DR. KORNER
 100 Г



-29%
~~69,98~~
49,90



Уникальный шанс
 съесть что-то лёгкое
 и наесться.
 Только с виду это хлебец
 с творожным сыром и рыбкой.
 А на самом деле – омега-3
 и омега-6, белок, антиоксиданты,
 витамины PP, A, C, E, фтор,
 натрий, цинк и кальций!
 Неплохо!

ХЛЕБЦЫ
 ЕЛИЗАВЕТА
 80 Г



-38%
~~47,98~~
29,90

ХЛЕБЦЫ
 АМАРАНТОВЫЕ
 С ТОПИНАМБУРОМ И ГРЕЧЕЙ
 БЕЗ ГЛЮТЕНА
 DI & DI
 100 Г



-41%
~~67,98~~
39,90

ХЛЕБЦЫ
 МНОГОЗЕРНОВЫЕ
 ТОНКИЕ
 ЩЕДРЫЕ
 170 Г



-33%
~~89,98~~
59,90

ПАШТЕТ
 ИЗ МЯСА ИНДЕЙКИ
 КУРИНЫЙ JUNIOR
 ARGETA
 95 Г



-22%
~~89,98~~
69,90

ХУМУС
 ВЯЛЕННЫЕ ПОМИДОРЫ/ПРОВАНСКИЕ ТРАВЫ
 КЕДРОВЫЕ ОРЕШКИ
 КЛАССИЧЕСКИЙ
 ПОЛЕЗНЫЕ ПРОДУКТЫ
 200 Г



-38%
~~159,98~~
99,90

ВЕТЧИНА
 С ИНДЕЙКОЙ
 ВЯЗАНКА
 450 Г



-39%
~~279,98~~
169,90

**НЕ ТОЛЬКО
 ДЕТЯМ**

КУСОЧКИ
 ФРУКТОВЫЕ
 ЯБЛОКО/КЛУБНИКА
 ЯБЛОКО/МАЛИНА
 ОСЬМИНОЖКА
 ФРУТОНЯНЯ
 16 Г



-20%
~~49,98~~
39,90

ПЕЧЕНЬЕ
 МУЛЬТИЗЛАКОВОЕ
 ФРУТОНЯНЯ
 150 Г



-20%
~~99,87~~
79,90

КУСОЧКИ
 ФРУКТОВЫЕ
 ЯБЛОКО/МАЛИНА
 ЯБЛОКО/БАНАН
 С ХРУСТЯЩИМ РИСОМ
 ФРУТОНЯНЯ
 12 Г



-22%
~~44,98~~
34,90

МИНИ-ХЛЕБЦЫ
 РИСОВЫЕ
 ЯБЛОКО/КЛУБНИКА/БАНАН
 ЯБЛОКО
 ФРУТОНЯНЯ
 30 Г



-22%
~~44,98~~
34,90

ЗДОРОВЫЙ ПЕРЕКУС



Протеиновый батончик – не только для спортсменов. В нём просто белка больше, чем углеводов, и он лучше насыщает. А фруктовые и злаковые дают больше энергии. И все они удобны для перекуса на бегу и для замены вредных сладостей.

ГЕМАТОГЕН
РУССКИЙ
ДЕТСКИЙ
40Г



-50%

~~19,98~~
9,90

БАТОНЧИК
ЗЛАКОВЫЙ
КЛУБНИКА
КАРАМЕЛЬ
МАТТИ KIDS
24 Г

БАТОНЧИК
ФРУКТОВЫЙ
БАНАН/КЛУБНИКА
ВИШНЯ/ШОКОЛАД
ОБЛЕПИХА
АБРИКОС
ФРУТИЛАД
30-40Г

БАТОНЧИК
ПРОТЕИНОВЫЙ
ФИСТАШКОВАЯ МЕРЕНГА
МАЛИНОВЫЙ СОРБЕТ
БОМБВАР
40Г

БАТОНЧИК
ПРОТЕИНОВЫЙ
МАЛИНОВЫЙ ЧИЗКЕЙК
ДАТСКИЙ БИСКВИТ
БОМБВАР
60Г



-57%

~~29,98~~
12,90



-38%

~~39,98~~
24,90



-22%

~~89,98~~
69,90



-23%

~~129,98~~
99,90



БАТОНЧИК
ЗЛАКОВЫЙ
КЛЮКВА/СЕМЕНА ЛЬНА/ТЫКВА
ВИШНЯ/СЕМЕНА ТЫКВЫ/ЧЕРНОСЛИВ
35 Г

ДЕСЕРТ
ФРУКТОВЫЙ МИКС
ЯБЛОКО/БАНАН
BIONERGY
140Г

КИСЕЛЬ
ЖЕЛУДОЧНЫЙ
НЕЙТРАЛЬНЫЙ
ЛЕОВИТ
20Г

КОКТЕЙЛЬ
ПРОТЕИНОВЫЙ
ШОКОЛАДНЫЙ
СНАМР!
40Г



-38%

~~39,98~~
24,90



-29%

~~69,98~~
49,90



-29%

~~34,98~~
24,90



-33%

~~89,98~~
59,90

ПИТЬЕВАЯ ВОДА
СВЯТОЙ ИСТОЧНИК
0,5Л



-31%
~~28,88~~
19,90

МИНЕРАЛЬНАЯ ВОДА
НЕГАЗИРОВАННАЯ
BAIKAL PEARL
1,5Л



-33%
~~59,98~~
39,90

НАПИТОК
СОКОСодержащий
ЯГОДА-ВКУСНЯГОДА
ЯБЛОЧНЫЙ МИКС
ВИШНЯ/МЯТА
МОЯ СЕМЬЯ
0,175 Л



3 по цене 2
~~24,98~~
16,58

НАПИТОК
СОКОСодержащий
НЕЖНАЯ КЛУБНИКА/БАЗИЛИК
ДОБРЫЙ
0,45 Л



-17%
~~59,98~~
49,90

НАПИТОК
СОКОСодержащий
ТРОПИК
АНАНАС
PULPY
ДОБРЫЙ
0,45 Л



-29%
~~69,98~~
49,90

СОК И НЕКТАР
ТОМАТ/ЗЕЛЕНЬ/МОРСКАЯ СОЛЬ
ЯБЛОКО/ГРАНАТ/АРОНИЯ
ОВОЩНОЙ МИКС
ТОНУС ФИТНЕС
J7
0,9 Л



-33%
~~149,98~~
99,90

СОК И НЕКТАР
АПЕЛЬСИН
ЯБЛОКО
ВИШНЯ
Я
0,97 Л



-29%
~~169,98~~
119,90

НЕКТАР
МУЛЬТИФРУКТ
АПЕЛЬСИН
ФРУКТОВЫЙ САД
1,93 Л



-28%
~~179,98~~
129,90

КОНЦЕНТРАТ
ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ НАПИТКА
ИМБИРЬ/АПЕЛЬСИН/КОРИЦА
ГУРМИКС
25 МЛ



-34%
~~29,98~~
19,90

Сколько воды пить в день для здоровья? Два литра – лишь примерная рекомендация. Точно считают так: для женщин = (вес × 31), для мужчин = (вес × 35). Результат получается в мл. Вы столько выпиваете?



ПРАВИЛЬНЫЕ СЛАДОСТИ

КАРАМЕЛЬ
ШИПОВНИК/МЕД/ВИТАМИНЫ
ECO BOTANICA
150 Г



-29%
~~69,98~~
49,90

КАРАМЕЛЬ
БЕЗ САХАРА
СО ВКУСОМ КОФЕ
ЛАКОМСТВА ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ
50 Г



-29%
~~69,98~~
49,90

КОНФЕТА
ОРЕХОВО-ФРУКТОВАЯ
ПРОТЕИНОВАЯ
АРАХИСОВЫЙ КРЕМ
СОЧНЫЙ КОКОС
JUMP ONE
30 Г



-29%
~~69,98~~
49,90

КОНФЕТА
БЕЗ САХАРА
С ОРЕХОВОЙ НАЧИНКОЙ
ФИСТАШКА
JUMP EXTRA
30 Г



-29%
~~69,98~~
49,90

КОНФЕТЫ
СМУЗИ
ЧЕРНИКА/БАНАН
АНАНАС/МАНГО
ECO BOTANICA
150 Г



-38%
~~79,98~~
49,90

КОНФЕТЫ
БАТОНЧИКИ
СО СНИЖЕННЫМ САХАРОМ
КРАСНЫЙ ОКТЯБРЬ
170 Г



-30%
~~99,98~~
69,90

КОНФЕТЫ
МАРМЕЛАД
СУФЛЕ ЯБЛОКО/ВИШНЯ
ЛАКОМСТВА ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ
150 Г



-24%
~~169,98~~
129,90

КОНФЕТЫ
ЧЕРНОСЛИВ
АБРИКОС
ФРУЖЕЛЕ
ФРУЖЕ
190 Г



-24%
~~169,98~~
129,90

ШОКОЛАД
МОЛОЧНЫЙ
ПОРИСТЫЙ
С МИНДАЛЕМ БЕЗ САХАРА
УКРАЛИ САХАР
90 Г



-36%
~~109,98~~
69,90

ШОКОЛАД
ГОРЬКИЙ, МОЛОЧНЫЙ
АПЕЛЬСИН/ВИТАМИНЫ
ИМБИРЬ
ЗЛАКОВЫЕ ШАРИКИ/ВИТАМИНЫ
ECO BOTANICA
90 Г



-36%
~~139,98~~
89,90

ВАФЛИ
С СЕМЕЧКАМИ
ECO BOTANICA
145 Г



-38%
~~79,98~~
49,90

ШОКОЛАД
МОЛОЧНЫЙ
ГРАНУЛЫ КАПУЧИНО
ФУНДУК
УКРАЛИ САХАР
90 Г



-40%
~~99,98~~
59,90

ПАСТИЛА
ФРУКТОВАЯ
ЯБЛОКО/ВИШНЯ
ФРУКТОВАЯ ЭНЕРГИЯ
30 Г



-29%
~~34,98~~
24,90

МАРМЕЛАД
БЕЗ САХАРА
АССОРТИ
МАРМЕКО
170 Г



-21%
~~189,98~~
149,90

ПРАВИЛЬНЫЕ СЛАДОСТИ

ХАЛВА
ПОДСОЛНЕЧНАЯ
В ШОКОЛАДЕ
С ФРУКТОЗОЙ
ГОЛИЦЫН
68 Г



-40%

~~49,98~~
29,90

ХАЛВА
ЛЬНЯНАЯ
С СЕМЕНАМИ ЛЬНА
ПРЕСТИЖАЛТАЯ
250 Г



-40%

~~99,98~~
59,90

ПРЯНИКИ
С СЕМЕНАМИ ЛЬНА
ЛИНО
КОНТЕХ
350 Г



-38%

~~79,98~~
49,90

КОЗИНАК
АССОРТИ
АЗОВСКАЯ КФ
280 Г



-29%

~~69,98~~
49,90

СЛАЙСЫ
РИСОВЫЕ
В МОЛОЧНОЙ
В БЕЛОЙ ГЛАЗУРИ
ШОКО STYLE
68 Г



-38%

~~39,98~~
24,90

УРБЕЧ
ИЗ ТЁМНОГО ЛЬНА
НАШ УРБЕЧ
200 Г



-36%

~~139,98~~
89,90

ЗЕФИР
БЕЗ САХАРА
КАРКАДЕ/ВИТАМИНЫ
С КУСОЧКАМИ БРУСНИКИ
ЕСО ВОТАНИКА
135-250 Г



-27%

~~109,98~~
79,90

ЗЕФИР
НА ФРУКТОЗЕ
ЛИМОН/МАЛИНА/ВАНИЛЬ
ЛАКОМСТВА ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ
240 Г



-24%

~~169,98~~
129,90



Сегодня сладкоежки не обязаны набирать вес. Ведь столько вкусов без сахара! В подсластителях мало или совсем нет калорий, и они не портят зубы. Главное – не перейти на одно сладкое. ;)

ПРАВИЛЬНЫЕ СЛАДОСТИ

КРЕКЕР
СЕМЕНА ЛЬНА/КУНЖУТА
РОЗМАРИН
ЗЛАКИ
LIFELY
180 Г



-40%

~~49,98~~
29,90

ПЕЧЕНЬЕ
ЗАТЯЖНОЕ
ПОСТНОЕ
ТОМСКИЙ КОНДИТЕР
260 Г



-30%

~~49,98~~
34,90

ПЕЧЕНЬЕ
ОВСЯНОЕ
4 ЗЛАКА
4 ЗЛАКА/ИЗИЮМ
4 ЗЛАКА/СЕМЕЧКИ
ПОСИДЕЛКИНО
160 Г



-38%

~~79,98~~
49,90

ПЕЧЕНЬЕ
САХАРНОЕ
ЗЛАКИ
С ДИЕТИЧЕСКИМИ ОТРУБЯМ
ТОМСКИЙ КОНДИТЕР
330 Г



-36%

~~109,98~~
69,90

ПЕЧЕНЬЕ
КУКУРУЗНОЕ
В МОЛОЧНОЙ ГЛАЗУРИ
КАРАМЕЛЬ
ЛЕГКОЕ
145 Г



-33%

~~89,98~~
59,90

ПЕЧЕНЬЕ
СО ЗЛАКАМИ
АБРИКОС/МОРКОВНЫЕ ЦУКАТЫ
ОВСЯНО-ГРЕЧНЕВОЕ С КУНЖУТОМ
ЕКО ВОТАНИКА
280 Г



-22%

~~89,98~~
69,90

ПЕЧЕНЬЕ
ОВСЯНОЕ
ЗЛАКОВОЕ
КЛАССИЧЕСКОЕ
ШОКОЛАДНЫЕ КУСОЧКИ/БАНАН
МАЛЕНЬКАЯ СТРАНА
ПОСИДЕЛКИНО
130 Г



-30%

~~99,98~~
69,90

ПЕЧЕНЬЕ
СДОБНОЕ
ЦЕЛЬНОЗЕРНОВОЕ
ШОКОЛАД
ЯГОДЫ
ЕКО ВОТАНИКА
200 Г



-35%

~~199,98~~
129,90

ДРАЖЕ
ГУАРАНА CLASSIC
КОФЕ ENERGY
ЦИТРУС HEALTH
КОКОС SPORT
VERNO
40 Г



-33%

~~59,98~~
39,90

ЗАМЕНИТЕЛЬ САХАРА
ЖИДКИЙ
MILFORD
200 ML



-29%

~~139,98~~
99,90



БОДРЯЩИЙ ЧАЙ

ЧАЙ
ЧЁРНЫЙ, ЗЕЛЁНЫЙ
ИМБИРЬ/ШИПОВНИК
СВЕЖАЯ РОМАШКА
JIVI
20 ПАК.



-38%

~~79,98~~
49,90

ЧАЙНЫЙ НАПИТОК
ТРАВЯНОЙ
РОМАШКА
ТРАВЫ И ПЧЁЛЫ
40Г



-25%

~~79,98~~
59,90

ЧАЙНЫЙ НАПИТОК
ТРАВЯНОЙ
АЛТАЙСКИЙ
ТАЕЖНЫЙ
ТРАВЫ И ПЧЁЛЫ
40Г



-22%

~~89,98~~
69,90

ЧАЙНЫЙ НАПИТОК
РОМАШКА
MILFORD
20 ПАК.



-30%

~~99,98~~
69,90

ЧАЙ
ЗЕЛЁНЫЙ
МЕЛИССА/МЯТА
ИВАН-ЧАЙ
МАЙСКИЙ
75 Г



-36%

~~139,98~~
89,90

ЧАЙ
ТРАВЯНОЙ
MAGIC ROOIBOS С КОРИЦЕЙ
FORREST BERRIES
CHERRY DESSERT
AHMAD TEA
20 ПАК.



-36%

~~139,98~~
89,90

ЧАЙНЫЙ НАПИТОК
ТРАВЯНОЙ
ХОХОТ ШАМАНА
СЕКРЕТ ТАЙГИ
ALTAVITA
50 Г



-36%

~~139,98~~
89,90

ЧАЙНЫЙ НАПИТОК
ИВАН-ЧАЙ
ДОЛГОЛЕТИЕ
ИММУНИТЕТ
СИБИРСКИЙ
50Г



-33%

~~149,98~~
99,90

ЦИКОРИЙ
ЗДОРОВЬЕ
100Г



-36%

~~109,98~~
69,90



СПОРТ



**БУТЫЛКА
ДЛЯ НАПИТКОВ
450 МЛ**



-30%
~~99,98~~
69,90

**НОСКИ
ЖЕНСКИЕ
SPORT
PIERRE CARDIN
1 ПАРА**



-33%
~~149,98~~
99,90

**ДЕЗОДОРАНТ
XTREME INVISIBLE POWER
SPORT ВЗРЫВ ЭНЕРГИИ
ПРИРОДНАЯ СВЕЖЕСТЬ
РИТМЫ ОСТРОВА БАЛИ
FA
150 МЛ**



-38%
~~159,98~~
99,90

**ГЕЛЬ
ДЛЯ ДУША
КОКОСОВОЕ МАСЛО/МИНДАЛЬ
БОДРЯЩИЙ ГРЕЙПФРУТ/ЛАЙМ
ДЫНЯ/ТЫКВА
LET'S DETOX
380 МЛ**



-35%
~~199,88~~
129,90

**КРЕМ
ДЛЯ ТЕЛА
БАНАН
ДЫНЯ
ПИТАТЕЛЬНОЕ ЛАКОМСТВО
200 МЛ**



-35%
~~199,98~~
129,90

**СКРАБ
ДЛЯ ЛИЦА
ФИСТАШКОВАЯ МАФИЯ
ЗЕФИРКА
ORGANIC KITCHEN
100 МЛ**



-29%
~~97,88~~
69,90

**ПЕНА
ДЛЯ БРИТЬЯ
ДЛЯ ЧУВСТВИТЕЛЬНОЙ КОЖИ
КОМФОРТНОЕ БРИТЬЕ
DEONICA
240 МЛ**



-35%
~~199,89~~
129,90

**ГЕЛЬ
ДЛЯ БРИТЬЯ
ДЛЯ ЧУВСТВИТЕЛЬНОЙ КОЖИ
МАКСИМАЛЬНАЯ ЗАЩИТА
DEONICA
200 МЛ**



-43%
~~299,98~~
169,90

**ШАМПУНЬ, БАЛЬЗАМ, МАСКА
ДЛЯ ВОЛОС
ПАПАЙЯ SUPERFOOD
FRUCTIS
390 МЛ**



-37%
~~397,87~~
249,90

**СКРАБ ДЛЯ ТЕЛА
ПИТАТЕЛЬНЫЙ
АРБУЗ/ПАПАЙЯ
BISOU
350 Г**



**КРЕМ ДЛЯ ТЕЛА
УВЛЕЧЕНИЕ И МОЛОДОСТЬ
ПИТАНИЕ И ТОНУС
BISOU
200 МЛ**



**ГЕЛЬ ДЛЯ ДУША
ПИТАТЕЛЬНЫЙ
ИНЖИР/КРЫЖОВНИК
АНТИСТРЕСС
КЛУБНИКА/БАЗИЛИК
ТАЛАССОТЕРАПИЯ
BISOU
300 МЛ**

**ОТ
149,90**

**ПРОКЛАДКИ
NORMAL
NIGHT
SUPER
NATURAL
KOTEX
6-8 ШТ.**



-40%
~~149,98~~
89,90

ГЕЛЬ
ДЛЯ РУК
АНТИБАКТЕРИАЛЬНЫЙ
CLEAN HOME
70 МЛ



-33%
~~149,98~~
99,90

ГЕЛЬ
ДЛЯ РУК
АНТИБАКТЕРИАЛЬНЫЙ
CLEAN HOME
500 МЛ



-38%
~~799,98~~
499,90

ЭКОДОМ

САЛФЕТКА
ДЛЯ КУХНИ
ИЗ БАМБУКА
30*38 CM
GRIFON
3 ШТ.



-33%
~~59,88~~
39,90

СРЕДСТВО
ДЛЯ ПОСУДЫ
ЛИМОН
SYNERGETIC
500 МЛ



-23%
~~129,98~~
99,90

ТАБЛЕТКИ
Д/ПММ
ЭВКАЛИПТ
ВИОМІО
12 ШТ.



-25%
~~397,89~~
299,90

КОНДИЦИОНЕР
ДЛЯ БЕЛЬЯ
ЭВКАЛИПТ
КОРИЦА
ВИОМІО
1 Л



-38%
~~399,89~~
249,90

ПОРОШОК
ЧИСТЯЩИЙ
PRO NATURE
ПЕМОЛЮКС
480 Г



-30%
~~99,98~~
69,90

БЛОК
ДЛЯ УНИТАЗА
СВЕЖАЯ МЯТА
PRO NATURE
BREF
50 Г



-40%
~~249,98~~
149,90



Бытовая «нехимия» захватывает мир. Несмотря на натуральный состав, её цена уже вполне доступная. Что дальше? Стирки на Марсе?!

ЗАРЯД ЗЕЛЕНИ

АВОКАДО
100Г



49,90

КАПУСТА
ПЕКИНСКАЯ
САЛАТНАЯ
1КГ



89,90

ПРОРОСТКИ
ФАСОЛЬ ЗОЛОТИСТАЯ
В МАРИНАДЕ
С ЧЕСНОКОМ
СО СВЕКЛОЙ
1 УП.



89,90

СТЕБЕЛЬ
СЕЛЬДЕРЕЯ
100Г



16,90

РУККОЛА
ПРЯНАЯ
БЕЛАЯ ДАЧА
65Г



169,90

ПРОРОСТКИ
МАШ ФАСОЛЬ ЗОЛОТИСТАЯ
НУТ ИСПАНСКИЙ ГОРОХ
ПШЕНИЦА
ЛЮЦЕРНА
100-150Г



69,90

РЕДИС
ДАЙКОН
1КГ



79,90

САЛАТ
ЦЕЗАРЬ
БЕЛАЯ ДАЧА
150Г



129,90

ЗЕЛЕНЬ ПРОРОСТКОВ
ПШЕНИЦЫ ВИТГРАСС
РЕДИС РОЗОВЫЙ
КРЕСС-САЛАТ
КЛЕВЕР
1 УП.



69,90

Товары могут быть представлены не во всех гастрономах. Количество товаров ограничено. Объем покупки некоторых товаров по специальным ценам по одной карте «Премия» в сутки может быть ограничен. Цены указаны в рублях. Внешний вид товара может отличаться от представленного на фото. Скидка действительна только при наличии карты «Премия». Вопросы, замечания и предложения: vopros@krasyar.ru



Следите за новыми акциями
в мобильном приложении
«Гастрономы «Красный Яр»»

[VK.COM/KRASYAR](https://vk.com/krasyar) [INSTAGRAM.COM/KRASYAR/](https://www.instagram.com/krasyar/)

Дизайн РПК Реклама КРК
Отпечатано в ООО ПИК ОФСЕТ. пикофсет.рф