EJIICÉ MEKINI

Каталог действует с 24 августа по 6 сентября 2021 года









наше собственное производство!

ЗАВТРАКИ

САЛАТЫ

ФАСТФУД

ГОРЯЧЕЕ



ГОТОВОЕ БЛЮДО В СОВРЕМЕННОЙ УПАКОВКЕ

100% НАТУРАЛЬНЫЙ СОСТАВ, БЕЗ КОНСЕРВАНТОВ

из качественных, свежих продуктов



Тефтели из индейки с макаронами и грибным соусом 250 г



Голубец ленивый с картофельным пюре 250 г



Картофель «Запеченный» с ветчиной и сыром Февронья охлаждённая 1 кг 220 г



Грудка куриная



Голень куриная полуфабрикат 1 кг



Мясо-говядина без кости 1 кг



Стейк «Денвер» из говядины охлажденный



Стейк «Пиканья» из говядины охлажденный 325 г



собственное производство



Рап с сыром и курицей 160 г



Пампушка с сыром и чесноком 60 г



Эчпочмак с курицей и картофелем 120 г с курицей и индейкой 100 г



Блинчики



Печенье «Творожное» 220 г



Запеканка «Февронья» творожная 130/30 г



«Турбинка» песочная 100 г



Пряник «Березка» 80 г



Десерт сметанный



Десерт «Наполеон» 100 г



Пирожное «Шоколадное» с маракуйей 300 г



Торт «Мамин» 300 г





Булочка с маком 100 г



БЫСТРЫЙ ЗАВТРАК ДЛЯ ШКОЛЬНИКА: НЕСКУЧНОЕ МЕНЮ НА НЕДЕЛЮ

Согласитесь, завтрак для школьника должен быть не только быстрым в условиях утреннего родительского цейтнота, он еще и питательным, и полезным. А завтракать каждый день одной только кашей и творогом надоест даже самому послушному чаду. Поэтому мы предлагаем родителям несколько вариантов блюд (быстрых в приготовлении, но в то же время и полезных), которые помогут разнообразить утреннюю трапезу школьника.

Ночью, когда ребенок спит, весь запас полезных питательных веществ расходуется организмом, поэтому завтрак призван:

- ПОПОЛНИТЬ ОРГАНИЗМ ВИТАМИНАМИ И ДРУГИМИ ПОЛЕЗНЫМИ ВЕЩЕСТВАМИ;
- ПОМОЧЬ ПРОСНУТЬСЯ И АКТИВИРОВАТЬ ПРОЦЕСС ОБМЕНА ВЕЩЕСТВ;
- ОБЕСПЕЧИТЬ ОРГАНИЗМ РЕБЕНКА НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ АКТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЭНЕРГИЕЙ;
- КОНТРОЛИРОВАТЬ ЗДОРОВЫЙ ВЕС, ВЕДЬ БОЛЬШИНСТВО ДЕТЕЙ, СТРАДАЮЩИХ ОЖИРЕНИЕМ, НЕ ТРАПЕЗНИЧАЕТ ПЕРЕД ШКОЛОЙ, А ВОСПОЛНЯЕТ СВОЮ ЭНЕРГИЮ ВРЕДНЫМИ ПЕРЕКУСАМИ НА ПЕРЕМЕНКАХ;
- помочь предотвратить развитие различных заболеваний, связанных с $\mathsf{ЖКT}$ и избежать перееданий во время обеда;
- УЛУЧШИТЬ НАСТРОЕНИЕ И НЕ ПОЗВОЛИТЬ РАЗВИВАТЬСЯ СТРЕССУ;
- СФОРМИРОВЫВАТЬ КРЕПКИЙ ИММУНИТЕТ.

Поэтому вкусный и питательный утренний прием пищи должен быть еще и разнообразным, и здоровым. Предлагаем по два варианта полезного завтрака для школьников на каждый учебный день.

Понедельник

Овсяноблинчики

Насыпьте в глубокую миску 6 ст. ложек овсяных хлопьев. Залейте их половиной стакана молока или теплой воды и дайте им немного набухнуть (или можно их чуть перемолоть в измельчителе или кофемолке), взбейте два яйца и влейте примерно 6 ст. ложек теплого молока. Посолите по вкусу. Слегка обжарьте овсяноблинчики (2 порции) на сухой или чуть смазанной маслом сковороде с двух сторон. Пока блинчики еще теплые, сверху положите на них любую начинку по желанию ребенка. Это могут быть и банан с шоколадом, и сыр, и красная рыбка. Заверните блинчик трубочкой.

ОМЛЕТ С НАЧИНКОЙ

ЗАРАНЕЕ ПОСТАВЬТЕ ДУХОВКУ НА РАЗОГРЕВ. ПОКА РЕБЕНОК ПРОСЫПА3АРАНЕЕ ПОСТАВЬТЕ ДУХОВКУ НА РАЗОГРЕВ. ПОКА РЕБЕНОК ПРОСЫГА2 ЗАРАНЕЕ ПОСТАВЬТЕ ДУХОВКУ НА РАЗОГРЕВ. МИСКЕ ДВА КУРИНЫХ ЯЙИА
2 ОДНОЙ СТОЛОВОЙ ЛОЖКОЙ СМЕТАНЫ И ЩЕПОТКОЙ СОЛИ. ВЫЛЕЙТЕ
3 МИНУТ В ДУХОВОЙ ШКАФ. ПОКА
3 СОДНОЙ СТОЛОВОЙ ЛОЖКОЙ СМЕТАНЫ И ЩЕПОТКОЙ СОЛИ. ОВО3 СОДНОЙ СТОЛОВОЙ ЛОЖКОЙ СМЕТАНЫ И ЩЕПОТКОЙ ЦКИИ ЧТО-ТО ВОСТАВЬТЕ НАЧИНКУ. ЭТО МОПУТ БЫТЬ СЫР, ОВСТАВЬТЕ СКОВОРОДКУ,

МЕЛКО НАРЕЗАННЫЕ И СМЕЩАННЫЕ МЕЖДУ СОБОЙ. ВЫНЬТЕ СКОВОРОДКУ.

МЕЛКО НАРЕЗАННЫЕ И СМЕЩАННЫЕ МЕЖДУ ОМЛЕТА И НАКРОЙТЕ ЕЕ ДРУГОЙ

МЕЛКО НАРЕЗАННЫЕ И СМЕЩАННЫЕ ОМЛЕТА ДОПЕКАТЬСЯ НА 5-7 МИНУТ.

НАСЫПЪТЕ НАЧИНКУ НА ОДНУ ПОЛОВИНУ
ПОЛОВИНОЙ. СНОВА ПОСТАВЬТЕ ОМЛЕТ ДОПЕКАТЬСЯ НА 5-1 ПОЛОВИНОЙ.



Вторник

Быстрые тосты с яйцом

Отрежьте ломтик хлеба и формой для печенья или тонким СТЕКЛЯННЫМ СТАКАНОМ ВЫРЕЖЬТЕ ИЗ НЕГО МЯГКУЮ СЕРДЦЕВИНУ. Обжарьте хлеб на сковородке с одной стороны. Переверните хлебушек и вылейте в отверстие в мякише одно яйцо. Чуть под-СОЛИТЕ ЕГО И ПОЖАРЬТЕ ВСЕ ДО ГОТОВНОСТИ.

Морковные оладушки

На мелкой терке натрите одну крупную морковку. Добавьте к ней щепотку соли и щепотку соды, 2 ст. ложки молока, а также одну столовую ложку сахара и 4 ст. ложки муки. Все хорошенько взбейте и выпекайте на масле до готовности с двух сторон.



Среда



Запеканка творожно-манная с курагой, изюмом и черносливом

2 яйца хорошо взбейте с 3 ст. ложками сахара и щепоткой соли. Добавьте в смесь 400 г творога, 2 ст. ложки манной крупы, 4 ст. ложки сметаны и 2 ст. ложки сливочного (растогленного) масла. ХОРОШЕНЬКО ВСЕ ВЗБЕЙТЕ МИКСЕРОМ. ДОБАВЬТЕ КУРАГУ, ИЗЮМ, ЧЕРНОСлив и по желанию — измельченный грецкий орех. Все тщательно перемешайте. Выложите смесь в форму, смазанную маслом, и запекайте при температуре 180°C, примерно 30 минут. Подавайте

Витаминный смузи

Смузи готовят из тех фруктов, овощей и ягод (не обязатель-НО СВЕЖИХ, ПОДОЙДУТ И ЗАМОРОЖЕННЫЕ), КОТОРЫЕ ЕСТЬ НА ДАННЫЙ момент дома. Как вариант: малина + банан + киви + морковь; ЧЕРНАЯ СМОРОДИНА + БАНАН + ГРУША + ЧЕРНИКА; ЯБЛОКО + ГРУША + морковь + апельсин. В смузи по желанию добавляются любые измельченные орешки.



Четверг

Лепешки с начинкой

ЛЕПЕШКИ МОГУТ БЫТЬ ЛЮБЫЕ — ОТ ЛАВАША ДО ДОМАШНЕЙ ТОРтильи. Смажьте лепешечку греческим йогуртом или сметаной. Начините ее по желанию сыром, помидорами, зеленью, отварным куриным мясом или приготовьте другую начинку. Сверни-ТЕ КОНВЕРТИКОМ ИЛИ РУЛЕТОМ И ЗАПЕКИТЕ В ДУХОВКЕ ИЛИ РАЗОГРЕЙ-ТЕ В МИКРОВОЛНОВКЕ.



Баночка натурального йогурта смешивается с парой ложек ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ, С ЧАЙНОЙ ЛОЖКОЙ МЕДА, И С ДВУМЯ-ТРЕМЯ ЛЮБЫМИ ДРУГИМИ ИНГРЕДИЕНТАМИ. НАПРИМЕР: НАРЕЗАННОЙ КЛУБ-НИКОЙ, НАРЕЗАННЫМ БАНАНОМ, ТЕРТЫМ ШОКОЛАДОМ; МАЛИНОЙ И ЧЕРНИКОЙ; ГРЕЦКИМИ ОРЕШКАМИ И НАТЕРТЫМ ЯБЛОКОМ. ВСЕ ЭТО ХОРОШО РАЗМЕШИВАЕТСЯ И СТАВИТСЯ НА НОЧЬ В ХОЛОДИЛЬНИК.



Пятница



Мюсли по-домашнему

Детям, которым не нравится вязкая консистенция овсяной КАШИ, НАВЕРНЯКА ПРИДУТСЯ ПО ВКУСУ МЮСЛИ, ПРИГОТОВЛЕННЫЕ В домашних условиях. Сухие овсяные хлопья крупного размера СМЕШАЙТЕ С ИЗЮМОМ, КУРАГОЙ, ОРЕШКАМИ, РАЗНЫМИ СЕМЕЧКАМИ (тыквы, подсолнечника, кунжутом, льняными), цукатами и с соком апельсина или кленовым сиропом. Хорошенько все ПЕРЕМЕШАЙТЕ И РАЗЛОЖИТЕ СЛОЕМ НА ЗАСТЕЛЕННЫЙ ПЕРГАМЕНТОМ противень. Запекайте в духовке при 150 °С примерно 25 минут. Остудите и пересыпьте в стеклянную банку. Подавайте УТРОМ С МОЛОКОМ, ЙОГУРТОМ ИЛИ АЦИДОФИЛИНОМ.

Творожный смузи

Грушу, ЯБЛОКО ИЛИ БАНАН НУЖНО НАРЕЗАТЬ НА КУСОЧКИ И ИЗМЕЛЬчить в блендере. Добавить туда же 150 г творога, 3 ст. ложки не-ЖИРНОЙ СМЕТАНЫ ИЛИ ГРЕЧЕСКОГО ЙОГУРТА И СТОЛОВУЮ ЛОЖКУ МЕДА. Все хорошенько взбить. Перелить в стакан и украсить свежими или замороженными ягодами. Быстрый и полезный завтрак для школьника — это важное начало дня.



Приятного аппетита!

·TOPTH HA 3AKA3·

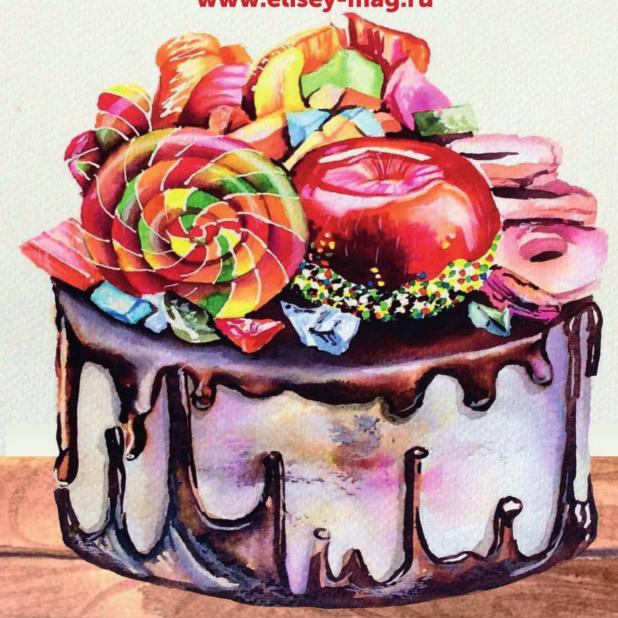
Почему наши торты лучшие?

- ТОЛЬКО НАТУРАЛЬНЫЕ Мы используем натуральные продукты
- ВСЕГДА СВЕЖИЕ Мы готовим в день выдачи

- БОЛЬШОЙ ВЫБОР НАЧИНОК Состав обсуждается с заказчиком индивидуально
- АВТОРСКАЯ РАБОТА Каждый торт уникален

С ассортиментом можно ознакомиться на нашем сайте на главной странице в каталоге «Торты на заказ»

www.elisey-mag.ru



ТЕЛЕФОН для ЗАКАЗА:

271-21-26



КОЛБАСНЫЕ ИЗДЕЛИЯ, МЯСО, РЫБА, ЗАМОРОЗКА



Колбаса «Село зелёное» варёная классическая с дымком 500 г



Сосиски «Село зелёное» сливочные с дымком 400 г



Сосиски «Молочные» Великие Луки 330 г



Карбонат «Славянский» Великие Луки 300 г



-30% -269²² 189²⁹ UEHA no карте

Бекон «Велком» сырокочёный нарезка 200 г



-21%
126⁹⁹
1+1

Цена за 1 шт.
при покупке
кратно 2 шт.

Карпаччо Новоуральский МД из мяса цыплят бройлеров 150 г



139⁹⁹ по карте **Колбаса «Дугушка»** сервелат 350 г



Хостеры «Горячая штучка» 250 г



Креветки «Бухта изобилия» отборные 70/90 850 г



Филе трески «Бухта изобилия» порционное 400 г



Пельмени «Казанские» Черкания 1 кг



Эскимо «Б.Ю. Александров» пломбир в ассортименте 80 г



Мировой рекорд в номинации «самая длинная сосиска из когда-либо сделанных» принадлежит сосиске 59,14 км длиной. Если пешеход идёт с нормальной скоростью, то ему понадобится 20 часов, чтобы дойти от начала сосиски до её конца.

Гордый производитель сосиски-рекордсмена — Джей Тренфилд, работник компании «Асда» из Шеффилда, Великобритания. Работа заняла три дня — с 27 по 29 октября 2000-го года. Пресс-секретарь «Книги рекордов Гиннеса» Сара Уилкокс говорит, что с тех пор появилось много претендентов на мировой рекорд в этой номинации, но побить текущий рекорд пока не удалось никому.





Сыр «Сиртаки» классик 35% 330 г



Сыр «Моцарелла»

Гальбани мини 45% 150 г



Сыр «Моцарелла»

Унагранде Фиор ди Латте без лактозы 45% 125 г





Сыр «Копченый с травами» «Копченый с грибами»

Аланталь 240 г



.....



Сыр «Король сыров», «Российский», «Сливочный» Сыробогатов 50% 200 г



Сыр «Башкирский медовый», «Благородный дуэт», «Купеческий», «Белебеевский» Белебей 50%-52% 190 г



Сыр «Купеческий», «Медовый», «Белебеевский».

«Благородный дуэт» нарезка Белебей 45%-55% 140 г



499⁹

Сыр «Маасдам» Голд 45% 1 кг







Сыр «Камамбер» из козьего молока Кер дю Норд 90 г

«Камамбер» - мяткий жирный сыр с плотной корочкой, нежным, слегка текучим содержимым. Именно этот сорт вдохновил Сальвадора Дали на создание картины «Постоянство памяти» с текучими часами. Идея шедевра пришла после дегустации «Камамбера».

Впоследствии Дали говорил, что обожает этот сорт, особенно за то, что он невольно приобретает форму его знаменитых мягких часов. При этом художник подчёркивал, если бы кто-то сумел придать «Камамберу» форму шпината, то он наотрез отказался бы от такого сыра.



молочная продукция



Кефир «Ирбитскии» 2.5% 500 г



Молоко «Полевское» пастеризованное 3,2% 0,9 л



Ряженка «Из Талицы» деревенская 3,5%-4,0% 250 г



Ряженка «Ирбитская» 4% 500 мл



Сметана «Молочная благодать» 20% 400 г



Сметана «Полевское» 15% 200 г



Творог «Молочная благодать» $9\%400\ \Gamma$



Творог «Зелёное село» 5% 200 г



Творог «Полевское» Деревенский 5% 250 г



Сливки «Сегодня и всегда» ультрапастеризованные 10% 0,2 л



Биойогурт «Сегодня и всегда» питьевой 2,6% 310 г



Йогурт «Шевре» из козьего молока 3,5% 140 г





в ассортименте 2,9% 200 мл





Пирожное «Киндер» молочный ломтик 28 г





Сырок «Советские традиции» глазированный творожный в ассортименте 26% 45 г



Масло «Крестьянское» сливочное Маслодел 72,5% 180 г



20 КРУТЫХ КУЛИНАРНЫХ ЛАЙФХАКОВ, О КОТОРЫХ ВЫ ТОЧНО НЕ ЗНАЛИ

Кулинарный шедевр - это не бесконечные часы на кухне, чтобы вкусно готовить, нужно подходить к делу с душой и определенной долей вдохновения. А также знать крутые кулинарные лайфхаки. Мы решили поделиться с вами секретами и хитростями, которые помогут вам прокачать уровень кулинарного мастерства.



Как очистить овощи от семян

Как просто очистить овощи от семян? Для этого воспользуйтесь абсолютно неожиданным приспособлением — специальной ложкой для мороженого. Ее слегка заостренные края помогут с легкостью избавиться от семечек. Этот прием актуален для огурцов, кабачков, тыквы и многих других овощей.



Как избавить блюдо от лишнего жира

Приготовили блюдо, а оно оказалось слишком жирным и наваристым? Не спешите расстраиваться и ставить крест на ужине. Возьмите кубик льда и заверните его в бумажную салфетку. Проведите льдом по поверхности блюда.

Лед притягивает лишний жир как магнит. А он, в свою очередь, остается на салфетке.



Как разогреть выпечку правильно

ЕСЛИ ВЫ СОБИРАЕТЕСЬ РАЗОГРЕВАТЬ ВЫПЕЧКУ (НАПРИМЕР, ПИЦЦУ) В МИКРОВОЛНОВКЕ, ТО ЕСТЬ РИСК СЛИШКОМ ПОДСУШИТЬ ЕЕ. ЧТОБЫ ИЗБЕЖАТЬ ЭТИХ НЕГАТИВНЫХ ПОСЛЕДСТВИЙ, ПОСТАВЬТЕ РЯДОМ СТАКАН С ВОДОЙ. ИСПАРЯЕМАЯ ВЛАГА ПОМОЖЕТ НЕ ПЕРЕСУШИТЬ БЛЮДО.



КАК ПРАВИЛЬНО ХРАНИТЬ ОЧИЩЕННЫЕ ОРЕХИ



Орехи — это ценный источник важных витаминов и минералов. В них содержатся антиоксиданты, которые повышают общий тонус организма и

УКРЕПЛЯЮТ ИММУНИТЕТ.

Важно уметь правильно хранить этот продукт. Если держать очищенные орехи при комнатной температуре, то со временем они приобретают прогорклый вкус. Выложите орешки в герметичный контейнер и заморозьте. Это поможет сохранить все их полезные свойства и приятный вкус.



Как устранить неприятный запах

В процессе приготовления пищи мы сталкиваемся с самыми разными продуктами. Некоторые из них, например, рыба, очень пахучие и оставляют на руках не очень приятный запах, от которого не так уж и просто избавиться. Натрите руки содой или лимонным соком и помойте под теплой водой — это должно помочь.



Как хранить зелень

Зелень украшает любое блюдо и придает ему неповторимый вкус и аромат. К сожалению, срок хранения петрушки, лука-порея, укропа и других представителей «зеленых» не так



уж долог. Как продлить жизнь травам? Заморозьте зелень в формочках для льда, залив их водой или оливковым маслом. А потом просто добавьте пару таких кубиков в блюдо.

7

Как чистить чугунную посуду

Чугунная посуда практична и удобна. Чтобы сохранить ее в хорошем состоянии, важно правильно очищать ее. Не используйте бытовую химию — это может привести к возникновению ржавчины. Мойте чугунную посуду с помощью соли. Кстати, соль также поможет устранить навязчивый запах специй.

8

КАК СОХРАНИТЬ РЕЦЕПТЫ В ЧИСТОТЕ

Поваренные книги — это не редкость на кухне. Многие рецепты хозяйки черпают именно из них. Такие книги зачастую выглядят очень красиво, и совсем не хочется их пачкать. Как же сохранить идеальный вид кулинарной книги? Воспользуйтесь вешалкой для брюк, откройте книгу на нужной вам странице и зафиксируйте зажимы. Подвесьте вешалку на ручку шкафчика или другую конструкцию, которая для этого подходит.



Как вернуть посуде блеск

Блестящая посуда — это лицо кухни. Чтобы вернуть первозданный блеск хромированной посуде, помойте ее раствором уксуса с водой. Если это обычная посуда, а не электрический чайник,



Как печь кексики без ФОРМОЧЕК



Захотелось вкусной выпечки, а формочек для кексов или маффинов нет? Не отчаивайтесь. Их отсутствие не должно помешать вам насладиться нежной и воздушной выпечкой. Соору-ДИТЕ НЕСТАНДАРТНЫЕ ФОРМОЧКИ ИЗ БУМАГИ ДЛЯ ВЫПЕКАНИЯ.

Кстати, пергамент одновременно может стать и крутым укра-ШЕНИЕМ ВАШЕГО СТОЛА, ЕСЛИ ВЫ БУДЕТЕ ПОДАВАТЬ КЕКСЫ ПРЯМО В нем. Подключайте воображение и умелые руки.

Как вернуть деревянную ПОСУДУ В РАБОЧЕЕ СОСТОЯНИЕ

Деревянная посуда — это стильно и красиво. Чтобы всегда ПОДДЕРЖИВАТЬ ЕЕ В ТАКОМ СОСТОЯНИИ, ВАЖНО ПРАВИЛЬНО ЕЕ ЧИ-СТИТЬ. ДЕРЕВЯННЫЕ ЛОЖКИ И ЛОПАТКИ СО ВРЕМЕНЕМ ТЕРЯЮТ СВОЙ вид и приобретают не особо приятный запах. Если вам жалко ИХ ВЫКИДЫВАТЬ, ТО ПОПРОБУЙТЕ ПРОКИПЯТИТЬ ИХ И ВЫСУШИТЬ НА солнце. Такой простой прием подарит им вторую жизнь.

Как приготовить целую птицу



ЧАСТЬ ДОЛЖНА НАХОДИТЬСЯ МАКСИМАЛЬНО БЛИЗКО К ТЕПЛУ.

Как варить макароны

В приготовлении этого блюда нет ничего сложного. Однако в ОЖИДАНИИ ТАК ЛЕГКО УПУСТИТЬ МОМЕНТ, КОГДА ВОДА НАЧИНАЕТ ПЕ-РЕЛИВАТЬСЯ ЧЕРЕЗ КРАЙ. ПОМЕСТИТЕ ПОВЕРХ КАСТРЮЛИ ДЕРЕВЯННУЮ лопаточку или ложку. Дерево не позволит воде и поднявшейся пене перелиться.



Как правильно чистить лук

Лук — это убойный овощ, который заставляет всех плакать. Если у вас особенно ЧУВСТВИТЕЛЬНАЯ СЛИЗИСТАЯ глаза, то пережить этот про-



цесс достаточно сложно. Если вы собираетесь подвергать ЛУК ТЕРМИЧЕСКОЙ ОБРАБОТКЕ, ТО ПЕРЕД ТЕМ, КАК НАРЕЗАТЬ ЕГО, поместите овощ в морозильную камеру на 30 минут и забудете про слезы.

Как легко натереть сыр

Для приготовления многих блюд используется тертый сыр. Что делать, если сыр находился при комнатной температуре, стал мягким и совсем не поддается вам и терке? Поместите его в морозилку на 30 минут. Сыр затвердеет, а это значит, ЧТО ОН НЕ БУДЕТ ПРИЛИПАТЬ К ТЕРКЕ И СТАНЕТ БОЛЕЕ РАССЫПЧАТЫМ.

Как правильно чистить РАЗДЕЛОЧНЫЕ ДОСКИ

Чтобы деревянная разделочная доска служила вам дольше и не стала источником неприятных ЗАПАХОВ, ВАЖНО ПРАВИЛЬНО очищать ее. Натрите доску КРУПНОЙ СОЛЬЮ И ОСТАВЬТЕ НА 10-15 минут. Затем протрите половинкой лимона и хорошенько высушите. Эта простая процедура ВЕРНЕТ ЕЙ ИДЕАЛЬНЫЙ ВИД



Как выжать максимум сока из цитрусовых

Любите фреши по утрам? Тогда вам будет полезно знать, как ВЫЖАТЬ МАКСИМУМ СОКА ИЗ АПЕЛЬСИНОВ И ДРУГИХ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ цитрусовых. Сперва хорошенько охладите фрукт, а затем отправьте его в микроволновку на 15-20 секунд. Наслаждайтесь классным напитком!

Как легко очистить яйца

Очистить яйца от скорлупы не составит никакого труда, если ПРИ ВАРКЕ В ВОДУ ДОБАВИТЬ НЕБОЛЬШОЕ КОЛИЧЕСТВО СОДЫ ИЛИ УКсуса. Эти вещества проникают в скорлупу, что затем упрощает ПРОЦЕСС ЕЕ ОТДЕЛЕНИЯ ОТ ЯИЧНОГО БЕЛКА.

Как умело обращаться С ПИШЕВОЙ ПЛЕНКОЙ

грудку — в ней больше всего мяса, поэтому эта - Любите фреши по утрам? Тогда вам будет полезно знать, как ВЫЖАТЬ МАКСИМУМ СОКА ИЗ АПЕЛЬСИНОВ И ДРУГИХ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ цитрусовых. Сперва хорошенько охладите фрукт, а затем отправьте его в микроволновку на 15-20 секунд. Наслаждайтесь классным напитком!

Как правильно чистить **ШИТРУСОВЫЕ**

Если вы считаете, что процесс ОЧИСТКИ ЦИТРУСОВЫХ ОТ КОЖУРЫ ЯВЛЯ-ЕТСЯ СЛОЖНЫМ, УТОмительным и нелю-БИМЫМ ЗАНЯТИЕМ, то этот лайфхак для вас. Перед ТЕМ КАК УДАЛИТЬ кожуру у лимо-

АПЕЛЬСИНА

или мандарина,

поместите фрукты в микроволновку на 20 секунд. После этого вы легко очистите фрукты.



ВКУСНАЯ ПОЛЬЗА



Батончик «Чамп» протеиновый банан, карамель ореу 17% 45 г



Паста «Хэйнат» арахисовая оригинал, кокос 250 г



Напиток «Чага берёзовая» чайный с шиповником, с чабрецом 60 г



Напиток «Комбуча» на чайном грибе классический, липа чабрец 500 мл



-26% -169⁹² 124⁹⁹ по карте

Напиток «Велле» в ассортименте 1 л



Крекеры «Байт» овсяные в ассортименте 200 г



Напиток «Матча-латте» Престон сухой 20 г



Икра «Веган» черная 100 г



Манго «Только польза» сущёное 100 г

9999



Финики «Февронья» с косточкой



 Руккола/шпинат
 Смесь «Витамин для смузи»

 «Салаты с поля» 125 г
 клубника/ананас 300 г





БАКАЛЕЯ, КОНСЕРВАЦИЯ, ПРИПРАВЫ



Гречневая ядрица «Увелка» экстра 800 г



Хлопья «Увелка» 5 злаков 350 г



Рис «Увелка» длиннозерный обработанный паром 80 г*5 пакетов



Крупа «Увелка» пшеничная булгур 450 г





Гарнир «Националь» в ассортименте 250 г



-21% -201²⁹ 159⁹² ЦЕНА по карте

Филе индейки «Знаток» 325 г



179²⁹ по карте
Печень трески «Вкусные

консервы» 120 г



Закуска «Дядя Ваня» венгерская 460 г



Игра кабачковая «Скатерть самобранка» 370 г



Огурцы «Кубань» маринованные 680 г



Кетчуп «Слобода» в ассортименте 350 г



Майонез «ЕЖК» провансаль 67% 386 г



Салат «Балтийский берег» чука в ассортименте 250 г



Форель «Меридиан» филе 150 г



Сельдь «Меридиан» в масле $350\ \Gamma$



Масло оливковое «Монини Неттар Д'Олива» нерафинированное 500 мл



КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ, СУХИЕ ЗАВТРАКИ



Конфеты «Импрессо»

в ассортименте 424 г



Конфеты «Мини рожок»

шоколад/кофе, шоколад/ фундук 240 г



Конфеты «Фруже»

фитнес абрикос, чернослив фружеле 190 г



Шоколад «Милка»

молочный в ассортименте 85 г



Шоколад «Амери» горький 57-70% 100 г

Конфеты «Птичье молоко» Рот фронт 200 г



Конфеты «Фрут стик»

чернослив/грецкий орех/изюм в ассортименте 250 г 175 мл



Конфеты «Мерси»



.....

Набор пирожных «Барни» бисквит ланч-бокс 90 г



Набор «Барни» бисквит ассорти 180 г*8 шт.





Конфеты «Милка» ассорти бон бон 94,5 г *10 шт.



-30%

Подарочный набор «Тоблерон» швейцарский шоколад 120 г *7 шт.



Конфеты «Милка» моменты молочный шоколад 33,5 г* 16 шт.



Набор «Барни» бисквит с начинкой в ассортименте 240 г



Хлеб «Росток» СМАК с пророщенными зернами пшеницы утреннее фундук мед 225 г и ржи, 300 г



Печенье «Бэлвита»



чай, кофе, напитки



Чай «Кертис» клубника/ лайм/мята, клубника/базилик, клюква/асаи 12 пиромидок



Набор чая «Ахмад» эксклюзивный «Хелси&Тейсти» травяной 3 пачки



Набор чая «Ахмад» Викэнд Коллекшн 3 г*20 пакетиков



Чай «Гринфилд» Золотой Цейлон, Эрл Грей Фэнтэзи 100 г



Кофе «Якобс» Крема зерно 1 кг



Кофе «Жардин» Колумбия Меделлин, Гватемала Атитлан 95 г



Кофе «Карт Нуар» Классика, Элегант растворимый 95 г



Вода минеральная «Ессентуки» №4 1 л



Вода минеральная «Виттель» питьевая столовая негазированная 500 мл



Вода «Святой источник» газированная в ассортименте 330 мл



Вода минеральная «Боржоми» газированная 500 мл



Вода минеральная «Мтаби» газированная 1,25 л



Вода «Вариа» питьевая газированная/ негазированная 555 мл



Вода «Байкал 430» глубинная негазированная 450 мл



Вода минеральная «Перье» газированная 1 л



Напиток «Доктор Ливс» негазированный лимон/ персик 1,5 л



чай, кофе, напитки





Напиток «Пепси», «Пепси Вайлд черри», «Пепси Манго», «Маунтин **Дью»,** газированный 330 мл



Напиток «Пепси», «Пепси» Макс, «Севен Ап»

газированный 2 л



Сок, нектар «Любимый»

в ассортименте 950 мл



Сок, нектар «Сантал» яблочный/банан/груша 1 л

69⁹⁹

Напиток «Озверин» энергетический бабал гам,

в светлом 450 мл



Напиток «Ред Булл»

энергетический в ассортименте ж/б 250 мл



Напиток «Пауэр Торр»

энергетический блэк, рэд, голд, неон 500 мл



Квас хлебный неосветленный нефильтрованный 1 л







ВИТАМИНЫ И ПРОДУКТЫ ДЛЯ ВОЛОС, НОГТЕЙ И КОЖИ



В чем секрет здоровых волос и ногтей?

В деле сохранения красоты необходим комплексный подход: достаточный отдых, правильно подобранные косметические средства и, конечно же, полезный рацион питания. Стоит отметить, что для красоты волос и ногтей можно употреблять одни и те же продукты, поскольку общей составляющей их структуры является кератин. Поэтому коррекция питания поможет решить комплексно проблему ослабленных ногтей и ломких волос, а регулярный массаж ногтевых пластин, рук, волосяной части головы усилит эффект от полезных продуктов. Эту процедуру удобно выполнять массажной круглой щеткой или брашингом с натуральной щетиной.

Лучшие витамины для здоровья волос, ногтей и кожи

Рассмотрим подробнее, какие витамины, минеральные вещества необходимы для красивой внешности, и в каких продуктах они содержатся.

Витамин А

Он же ретинол, можно смело назвать одним из основных витаминов красоты, его недостаток приводит к ломким и сухим волосам, секущимся кончикам, замедленному росту волос. Основными его источниками является рыбий жир, говяжья печень, сливочное масло, молочные продукты, яичные желтки, а также овощи, содержащие каротины (морковь, тыква, красный болгарский перец, листья салата).

Каротины лучше усваиваются при добавлении к овощам масла.

Витамин С

Буквально «палочка-выручалочка» для сохранения крепкого здоровья и красоты, ведь он является эффективным антиоксидантом, влияет на выработку коллагена, необходим для нормального кровообращения. Этот витамин мы находим в цитрусовых и киви, черной смородине и капусте, сладком перце и ягодах шиповника, в гречке и ананасах.

Витамины группы В

Важную роль играют не только для нервной системы, работы сердца, но и для нормального роста волос, состояния кожного покрова. Недостаток витаминов группы В часто красивого цвета кожи, предотвращения ранней седины. Авока-ПРОЯВЛЯЕТСЯ НАРУШЕНИЕМ ЖИРОВОГО ОБМЕНА, ТО ЕСТЬ ПОЯВЛЯЕТся проблема жирных волос, акне. Основными поставщиками ЭТИХ ВИТАМИНОВ ЯВЛЯЮТСЯ ПЕЧЕНЬ И БОБОВЫЕ, МЯСО И ОРЕХИ, ПРОДУКТЫ ИЗ ЦЕЛЬНОГО ЗЕРНА, ЯЙЦА, ЗЕЛЕНЫЕ ОВОЩИ, ДРОЖЖИ, МОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ.

Пинк

От наличия этого микроэлемента в меню зависит упругость кожи, крепость ногтей, блеск и эластичность волос. Кладе-ЗЕМ ЦИНКА ЯВЛЯЮТСЯ УСТРИЦЫ И ДРУГИЕ МОРЕПРОДУКТЫ, ЗЛАКОВЫЕ продукты, тыквенные семечки.

Тирозин

ДО И БАНАНЫ, МИНДАЛЬ И ТЫКВЕННЫЕ СЕМЕЧКИ, ЯВЛЯЮТСЯ ДОСТУП-НЫМИ ИСТОЧНИКАМИ ЦЕННОГО ТИРОЗИНА.

селен

Важен для роста и развития всех тканей организма, нормального гормонального фона. Его следует искать в морепродуктах, бра-ЗИЛЬСКИХ ОРЕХАХ, ОТРУБЯХ, ДРОЖЖАХ, МЯСЕ И СУБПРОДУКТАХ, ЯЙЦАХ.

Келезо

Этот микроэлемент необходим нам для нормального кро-ВЕТВОРЕНИЯ, А ОНО, В СВОЮ ОЧЕРЕДЬ, ВЛИЯЕТ И НА ЦВЕТ ЛИЦА, И НА интенсивность роста волос. Поэтому обязательно включайте В РАЦИОН ГРЕЧНЕВУЮ КРУПУ И ПЕЧЕНЬ. ЯИЧНЫЕ ЖЕЛТКИ И БОБОВЫЕ. Аминокислота, наличие которой в рационе необходимо для яблоки, айву, свежие овощи темно-зеленого цвета.

Топ продуктов для красоты

Какие продукты наиболее полезны для волос? Учитывая информацию о веществах, необхо-ДИМЫХ ДЛЯ СОХРАНЕНИЯ КРАСИВОЙ ВНЕШНОСТИ, МОЖНО СОСТАВИТЬ СПИСОК ОСНОВНЫХ ПРОДУКТОВ, КОТОРЫЕ НАДО ЧАЩЕ ВКЛЮЧАТЬ В СВОЕ МЕНЮ.

Лосось и морепродукты



Влияют на улучшение состояния волосяных фолликулов, РОСТ ВОЛОС И НОГТЕЙ, УКРЕПЛЕНИЕ ИХ СТРУКТУРЫ, СВОЕВРЕМЕНное увлажнение и эластичность.

Цитрусовые, яблоки, ягоды

Для выработки колла-ГЕНА В ТКАНЯХ, ДЛЯ ЗАЩИТЫ ОТ НЕГАТИВНОГО ВЛИЯНИЯ СВОБОЛНЫХ РАДИКАЛОВ. Наиболее насыщенные ви-ТАМИНАМИ ТАКИЕ ЯГОДЫ КАК ОБЛЕПИХА, КЛУБНИКА И ЗЕМ-ЛЯНИКА. ОНИ ТАКЖЕ ИСПОЛЬзуются для изготовления масок для волос.





Орехи

А именно грецкие орехи, миндаль, БРАЗИЛЬСКИЕ ОРЕХИ ОБЕСПЕЧАТ ДОСТА-ТОЧНОЕ ПИТАНИЕ И УВЛАЖНЕНИЕ ВОЛОС, НОГТЕЙ И КОЖИ, ИХ РЕГУЛЯРНОЕ УПОТРЕ-БЛЕНИЕ ПРЕЛОТВРАТИТ ПОТЕРЮ ВОЛОСЯ-НОГО ПОКРОВА.

Яйца

Благодаря своему составу, употребление яиц способствует УКРЕПЛЕНИЮ НОГТЕВЫХ ПЛАСТИН И ВОЛОС, НО ДЛЯ ВЫРАЖЕННОГО КОСМЕТИЧЕСКОГО ЭФФЕКТА ЛУЧШЕ ПОДКЛЮЧИТЬ К РАЦИОНУ ПИЩЕ-ВЫЕ ДОБАВКИ БИОТИНА.

Красное мясо и индейка



Для сильной и густой ШЕВЕЛЮРЫ, РОВНЫХ ЗДОРОвых ногтевых пластин. А ПРИ ЯВНОМ НЕДОСТАТКЕ ЖЕ-ЛЕЗА К РАЦИОНУ ПОЛКЛЮЧА-ЮТ СПЕЦИАЛЬНЫЕ ПИЩЕВЫЕ ДОБАВКИ ИЛИ ЛЕКАРСТВЕНные препараты.

Молочные продукты

Без кальция и витамина D ТРУДНО ПРЕДСТАВИТЬ КРЕПКИЕ ВОЛОСЫ И НОГТИ, ПРИ ОГРАничениях в рационе питания ОБЯЗАТЕЛЬНО ИСПОЛЬЗУЙТЕ ВИ-ТАМИННЫЕ ПРЕПАРАТЫ С ЭТИМИ BEILIECTBAMN.



Растительное масло

Добавляйте в пищу оливковое, подсолнечное, кукурузное МАСЛО, ТАКИМ ОБРАЗОМ, ВЫ ОБЕСПЕЧИТЕ ОРГАНИЗМ ЖИРНЫМИ КИС-





БЫТОВАЯ ХИМИЯ, КОРМА ДЛЯ ЖИВОТНЫХ



Таблетки «Синергетик» биоразлагаемые для посудомоечных машин 25 шт.



Таблетки «Финишь» для посудомоечных машин 25 шт.



Гель для бритья «Арко мен сенсетив» $200~{\rm MJ}$



Гель для стирки «Вулайт» в ассортименте 900 мл



Колготки «Филодоро» женские в ассортименте



Корм для кошек «Китекэт» в ассортименте 85 г



Корм для кошек «Пурина Ван» в ассортименте 180-200 г



Корм для кошек «Гурмэ» в ассортименте 85 г

Обычная цена: 1 999 Р

Обычная цена: 2 999 ₽

Ковш 1.5л

999₽

55%

499₽



количество акционалот товара отвежено, о перкол приводения акции возражения полное или частичество струга в горгаем выпуска при ассортимента высортимента почим от товара претистел образовать или продитите произведения в любом почим Суганизатор акции имеет траво понослого или частичел регистельновить или продитите в проведение в любом момент без объенения причик Полученная вами согда не заменется дененной и коминестива, от согда не заменет дененной и средства окращающих сугах и мосте в проведения момен от согда объемность по товаре, поряже получения правилах акции, согда и мосте в проведения можен устат сугат и на сайте АО «Мулин» Вилама умучносцітивами правилах акции, на сайте АО «Мули» Вилама умучносцітив за сайте АО «Мулин» Вилама умучносцітивами до правилах акции.





459₽

Обычная цена: 919 Р



пиво, снэки



Пиво «Корона» Экстра 4,5% 330 мл



Пиво «Амстел» Премиум Пилсенер светлое 4,8% 450 мл



Премиум Пилсенер 4,8% 1,3 л



Пиво «Хейнекен» 4.8% 430 мл



Пиво «Урайх» лагер премиум светлое фильтрованное 4,8% 500 мл



Пиво «Херманн Мюллер» светлое пастеризованное фильтрованное 4,0% 500 мл



в ассортименте 6% 450 г



Пивной напиток «Ловенбрау» пшеничный нефильтрованный 0% 450 мл



Пивной напиток «Эсса» ананас/грейпфрут 0% 450 мл



Пиво «ЛивенВайсс» Хефе-Вайсбир 500 мл



Семена подсолнечника «Белочка» XL солёные, не солёные 50 г



Чипсы «Лейс» в ассортименте 90 г



Таранка с перцем «Пузан» 100 г



Сухарики «Хрустим» багет сырное ассорти томат и зелень 60 г





Чипсы «Московский чипсы, крипсы «Хепи картофель» хрустящие цельнозерновые рифленые в ассортименте 150 г в ассортименте 50 г



Чипсы, крипсы «Хеппи Крисп» (цельнозерновые



вино



_**Вино «Коно Сур»** Токорнал _Совиньон блан бел. п./сух., _Розе роз. п./сух. 12-13% 750 мл



Вино «Тиерра Дель Фуэго» в ассортименте 13-13,5% 750 мл



Вино «Лейла Месхи» Киндзмараули кр. полусл. 13% 750 мл



Вино «Тетри» Саамо и Алазан. Долина до кр. полусл. и бел. полусл. 11- 13% 750 мл



Вино «Жан Поль Шене» Ориджинал в ассортименте 11% 750 мл



вино «кинта Санта круз» бел. полуслад., бел. сух., крас. полуслад., крас. сух. 11% 750 мл



Гарнача кр. сух., Парельяда бел. полусух. 10,5% 750 мл



Вино «Пичини» в ассортименте 750 мл



Вино «Бэрри Эстейтс» Шардоне бел. сух., Шираз кр. полусух. 13% 750 мл



Вино «Кумала» в ассортименте 13% 750 мл



Вино «Шугар Лоаф» Совиньон блан Мальборо бел. сух. 13% 750 мл



Вино «Мондоро» Просекко 11% 750 мл



вино «Фанагория» Ном Резерв Саперави кр. сух., кр. полусл. 12-14% 750 мл



Вино «Матеуш» столовое белое полусухое, розовое полусухое 10-11% 750 мл



Вино «Стейквайн» Торронтес Вино « (Мендоса), Мальбек (Мендоса) игрист бел п./сух., кр. п./сух. 12,5% 750 мл 750 мл



Вино «Матеуш» игристое розе розовое брют 750 мл

КРЕПКИЙ АЛКОГОЛЬ



Ликёр «Белуга»

десертный Хантинг ягодный 38% 500 мл



Коньяк «Ной»

подарочный пятилетний 40% 500 мл



Ром «Барсело Аньехо»

темный выдержанный 40%



Джин «Вайт Лейс»

40% 500 мл



Виски «Джемесон»

40% 500 мл



Виски «Джонни Уокер»

Рэд Лейбл 40% 500 мл



Бренди «Шустов» Гранд **Роял ХО** 40% 0,5 л



Настойка «Архангельская»

вишня на коньяке 500 мл



Водка «Беленькая»

люкс 40% 500 мл



Водка «Мороша»

№1 40% 500 мл



Водка «Архангельская»

северная выдержка 40% 500 мл



Водка «Белая сова»

классическая 40% 500 мл

Коктейль «Виски сауэр»

Ингредиенты

- несколько кубиков льда; • 45 мл бурбона;
- 30 мл лимонного сока;
- несколько капель яичного белка:
- 1 долька апельсина;
- 15 мл сахарного сиропа; 1 коктейльная вишня.

Приготовление

Выложите в шейкер лёд, влейте бурбон, лимонный сок, сахарный сироп и яичный белок. Энергично встряхните и перелейте в стакан со льдом. Украсьте коктейль апельсином и вишней. Если вы добавили в коктейль яичный белок, встряхивайте шейкер подольше. Можно влить целый белок, тогда на напитке появится белая пенка.

*все ингредиенты в наличии в Гастрономах «Елисейский»

Изображения товара могут отличаться от конкретной продукции, представленной в магазине. TC «Елисей» и TC «Елисейский» не несёт ответственности за ошибки, допущенные при печати.





ДОСТАВКА ПО-СОСЕДСКИ ЗАКАЖИ ПРОДУКТЫ НА ДОМ НА СУММУ ОТ 1500 руб.

ДОСТАВИМ БЕСПЛАТНО В ТЕЧЕНИИ 2 ЧАСОВ*

подробности смотрите на нашем сайте





или на информационном плакате в магазине

Супермаркет «ЕЛИСЕЙ»

ул. Бажова, 161, тел.: 286-46-47 ул. Бебеля, 184, тел.: 286-47-01 ул. Белоярская, 22, тел.: 252-11-08 ул. Викулова, 41, тел.: 286-46-24 ул. Волгоградская, 29, тел.: 286-12-07 ул. Луначарского, 221, тел.: 286-46-25 ул. Машинная, 58п, тел.: 286-46-29 ул. Чкалова, 246, тел.: 286-20-44 Кулинар-кафе, ул. Чкалова, 246, тел.: 286-20-46 ул. Шейнкмана, 7. тел.: 286-47-08

ул. Шейнкмана, 7, тел.: 286-47-08 ул. Юмашева, 5, тел.: 286-46-49

Гастрономъ «ЕЛИСЕЙСКИЙ»

пр. Ленина, 25 (TЦ «Европа»), тел.: 286-46-18 ул. 8 марта, 190, тел.: 286-75-09 ул. Красноармейская, 64, тел.: 286-46-50



www.elisey-mag.ru