

21 СЕНТЯБРЯ — 4 ОКТЯБРЯ 2021 ГОДА

# ВКУСНО 5

— ДЛЯ ТЕХ, КТО ЦЕНИТ —







**горячее  
комбо**

**Свежая  
выпечка  
+ напиток**

**79<sup>99</sup>  
₽**

В акции участвует любая штучная выпечка из нашей пекарни в сочетании с горячим кофе или морсом «Пятёрочка Кафе»

Организатор акции ООО «Агроторг». Предложение действительно с 7 сентября 2021 года по 4 октября 2021 года (включительно). Акция проводится не во всех магазинах торговой сети «Пятёрочка» на территории РФ. Ассортимент товаров, участвующих в акции, ограничен. Изображение товара может отличаться от представленного в магазине. Цены указаны в рублях. Подробности об Организаторе, правилах, сроке и порядке проведения акции, о товарах, принимающих участия в акции, уточняйте в магазинах «Пятёрочка» на сайте [hib5ka.ru](http://hib5ka.ru) и по телефону горячей линии 8-800-555-55-05. РЕКЛАМА.



## РАЗВЕИВАЕМ МИФЫ О КОФЕ

- «кофе обезвоживает». Этот миф основан на том, что кофеин является довольно сильным диуретиком и способствует выведению из организма жидкости в большем количестве, чем было употреблено. Выход-пить кофе в разумных количествах (3 чашки в день), восполняя 1 чашку кофе, одним стаканом чистой воды, плюс к необходимому количеству воды (30 мл на кг идеальной массы)

- «кофе- вредно для здоровья». А почему, никто не знает. Исследования показали, кофеин снижает риск развития болезни Паркинсона, цирроза печени, диабета и рака толстого кишечника. Антиоксиданты, содержащиеся в кофе, предотвращают развитие сердечно-сосудистых заболеваний и увеличивают жизнеспособность клеток всего организма. Кофе повышает концентрацию внимания и улучшает память. Конечно, следует соблюдать нормы употребления кофе, превышение которых может действительно негативно сказаться на вашем здоровье (3 чашки натурального кофе в день для здорового человека).

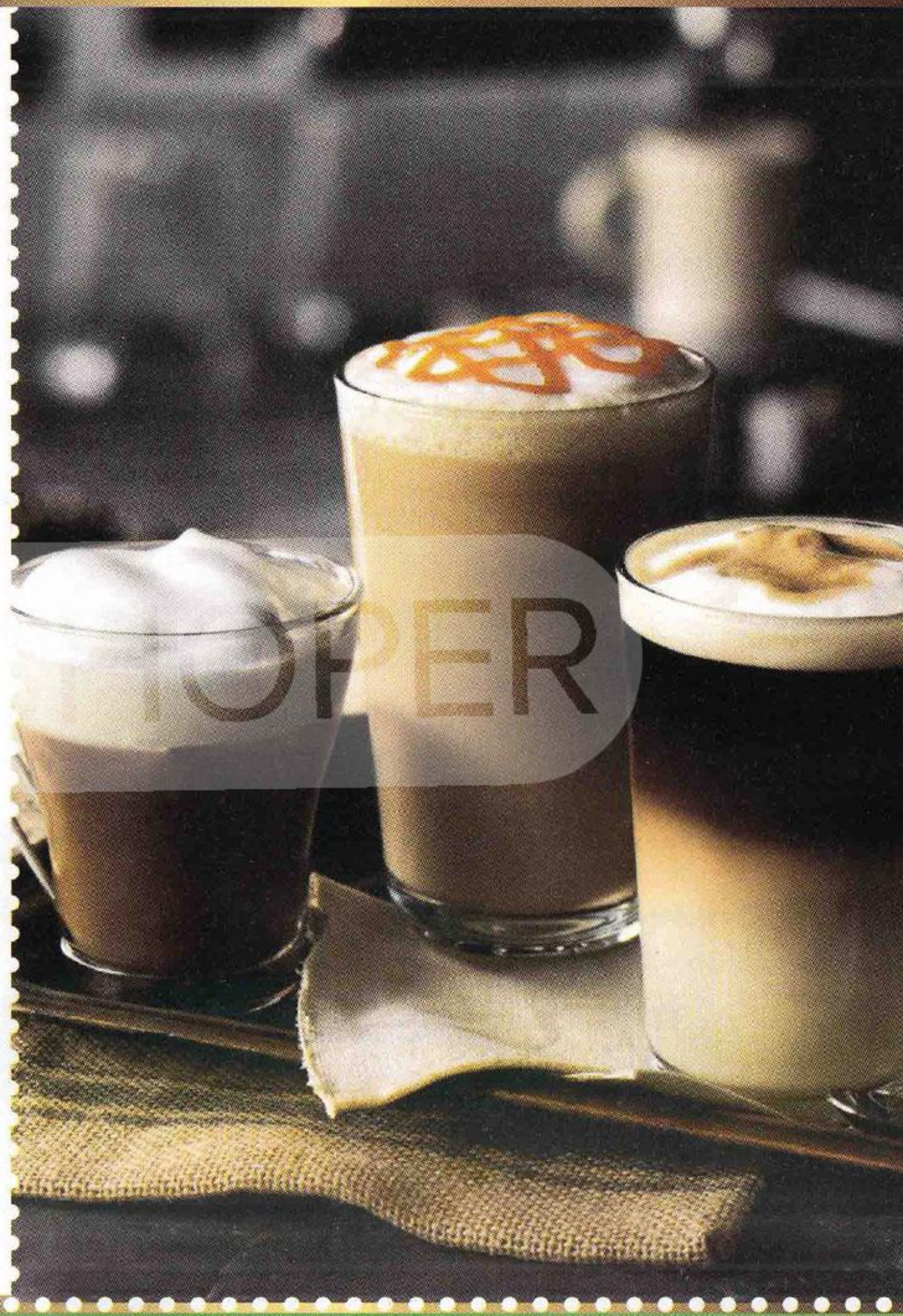
- небезопасен для беременных женщин. Есть мнение, что кофеин может привести к риску выкидыша или малому весу плода при рождении. Научные исследования показали обратное. Одна чашка кофе в день принесет только пользу беременной и кормящей мамочке.

- «фитиновая кислота вымывает микроэлементы». Фитин, действительно, есть в кофе. Нивелировать действие фитиновой кислоты можно добавлением в кофе натурального молока (средней жирности)

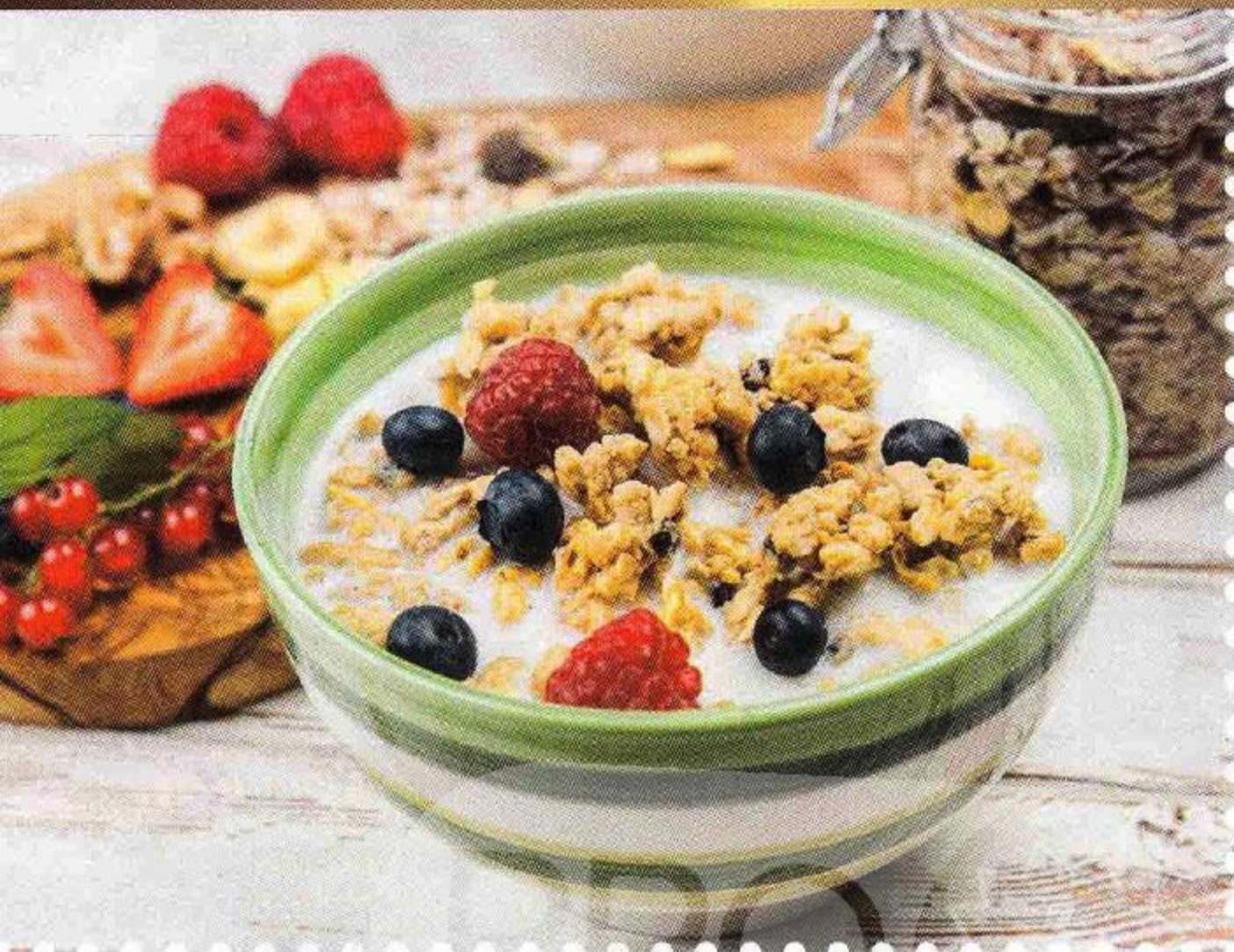
- «в эспрессо больше кофеина, чем в обычном кофе». Зависит от сорта зёрен, но в основном, в эспрессо кофеина меньше. Он просто крепче за счет меньшего количества используемого для приготовления воды

- «кофе без кофеина, не содержит кофеина». В таком кофе содержится около 3% от первоначального количества кофеина

- «вызывает бессонницу». Кофеин является мощным стимулятором нервной системы, что позволяет вам оставаться бодрым на протяжении дня. Он быстро растворяется и выводится из организма. 50% кофеина полностью выводится через 5 ч. его поступления. Если не пить кофе перед сном, бессонница не грозит.







## ИДЕАЛЬНЫЙ ЗАВТРАК С ОВСЯНКОЙ

Если готовить овсянку по утрам для вас — подвиг, займитесь этим вечером. Просто залейте хлопья быстрой варки горячим молоком или водой, добавьте остальные ингредиенты, остудите до комнатной температуры, накройте крышкой и уберите в холодильник. За ночь овсянка впитает в себя всю жидкость, и каша будет готова. Утром вам останется только подогреть её в микроволновой печи.

Обычно каша варится с сахаром или мёдом: на одну порцию — примерно одна столовая ложка подсластителя. Для усиления вкуса также можно добавить маленькую щепотку соли и кусочек сливочного масла.

### Дополнительные ингредиенты:

- ягоды, фрукты и сухофрукты;
- варенье;
- цукаты;
- орехи;
- шоколад или какао;
- овощи: морковь или тыква;
- специи: корица, гвоздика или другие\* (по вкусу)



~~134<sup>99</sup>~~ %  
**119<sup>99</sup>**

Молоко, Село Зеленое, 3,2%, 2 л



~~45<sup>99</sup>~~ -23%  
**34<sup>99</sup>**

Хлопья Геркулес, овсяные, 12 месяцев, Пассим, 400 г

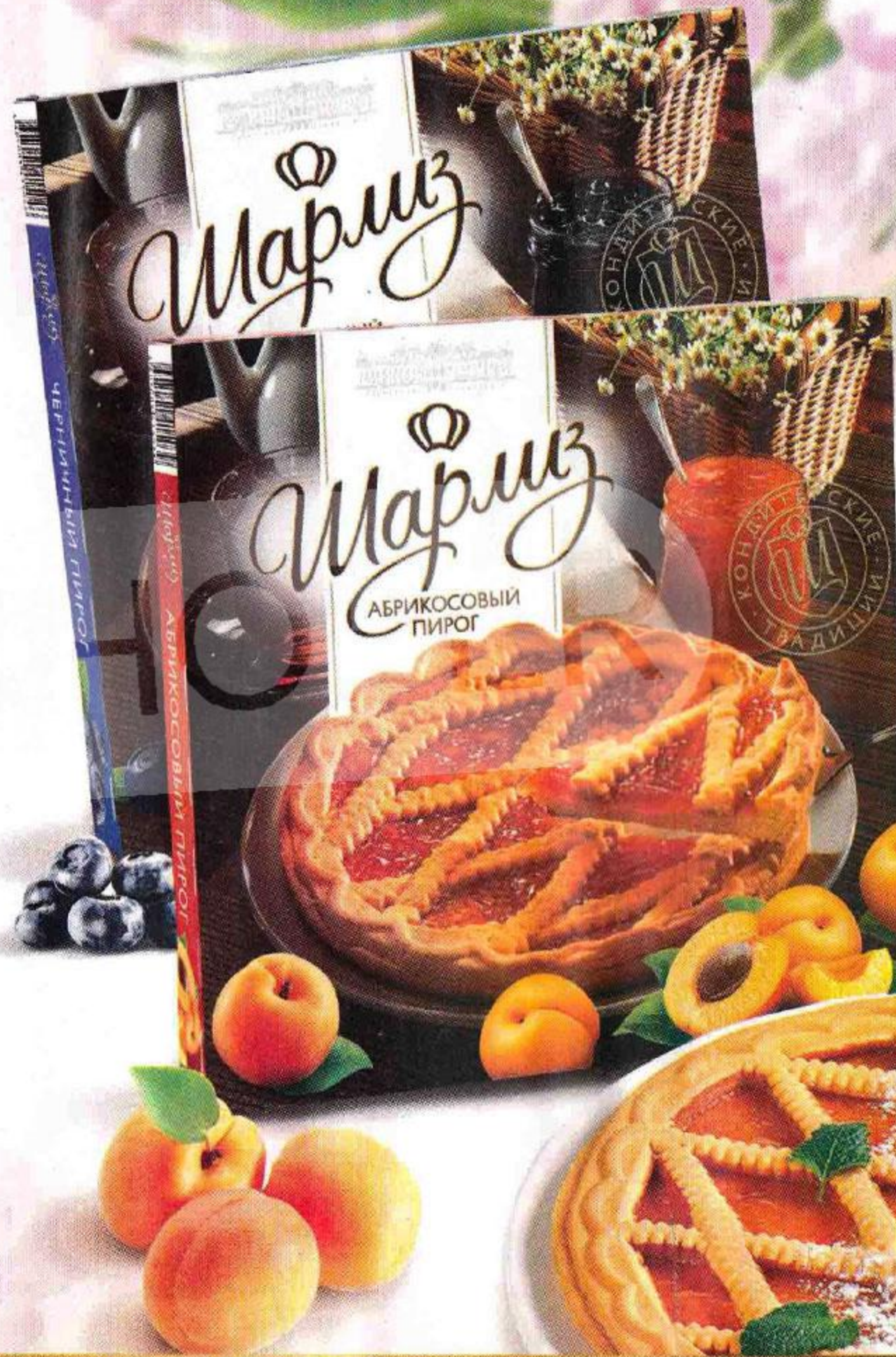


~~49<sup>99</sup>~~ -19%  
**39<sup>99</sup>**

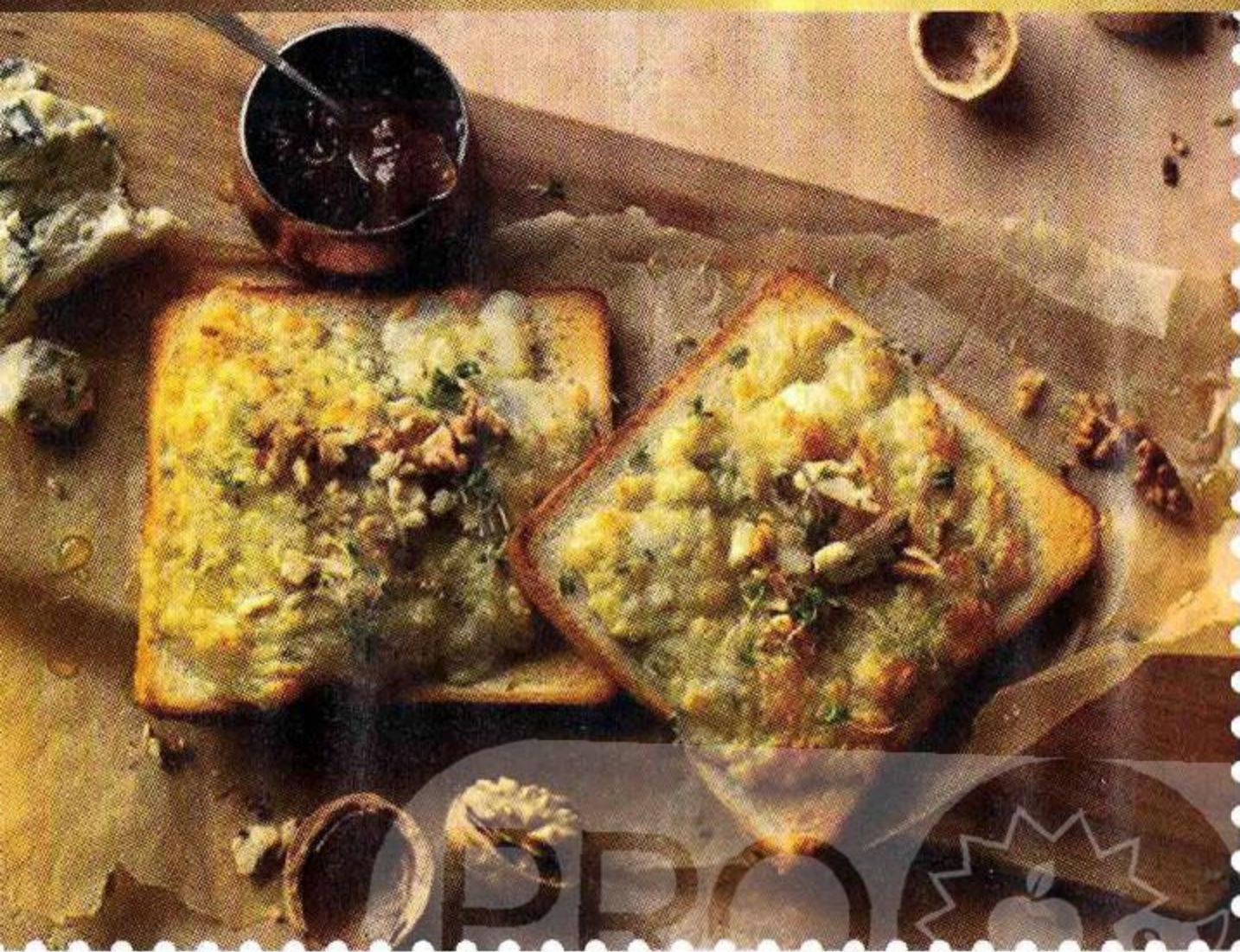
Хлопья Царь, 5 злаков, 400 г



Мармиз  
Нежность в каждом кусочке!







## ФРАНЦУЗСКИЕ ТОСТЫ С СЫРОМ

2 порции  15 мин.

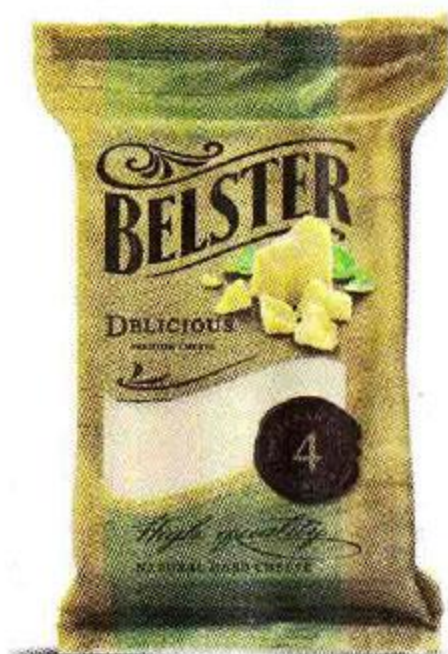
Французские тосты с сыром очень легко приготовить, и они являются прекрасным, очень вкусным завтраком.

### Берем:

- яйца 2 шт.
- белый хлеб 4 ломтика
- корица, орехи по вкусу
- ванилин 0,5 ч.л.
- тертый сыр 50 г
- сливочное масло 1 ст. л.

### Готовим:

Хлеб лучше использовать не первой свежести - слишком свежий моментально пропитается яйцом и размокнет, в то время как более старый - наиболее подходит. Разбиваем в миску яйца, добавляем корицу и ванилин. Туда же добавляем молоко. Хорошенько перемешиваем венчиком. Растапливаем в сковороде сливочное масло. Хорошенько обмакиваем ломтики хлеба в полученной смеси. Кладем обмакнутые ломтики хлеба на сковороду с растопленным сливочным маслом. Обжариваем с обеих сторон до золотистости. Готовые тосты посыпаем тертым сыром и дробленными орехами, запекаем в духовке 3 минуты - и ваш завтрак готов!



Сыр Бельстер Янг, Белебеевский, 40%, 240 г



Сыр Адыгейский, 40%, Свежий ряд



Орехи грецкие, 100 г

**ВЫГОДНО**



# БУТЕРБРОДЫ С ТВОРОЖНЫМ СЫРОМ И КРАСНОЙ РЫБОЙ

2 порции  15 мин.

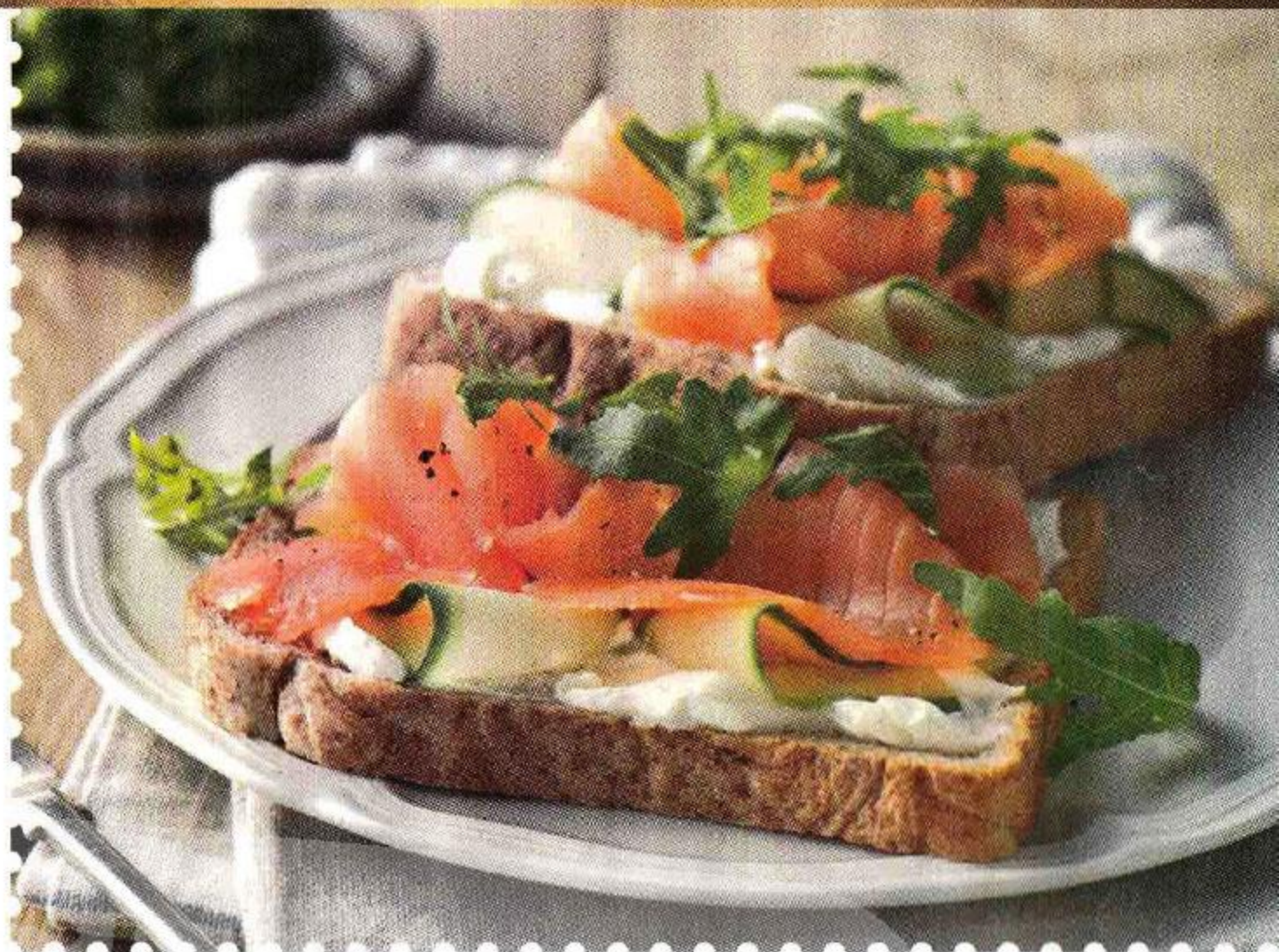
## Берем:

- хлеб для бутербродов (белый или черный)
- красная рыба (слабосоленая кета, лосось или семга) 200 г
- творожный сыр 150 г
- укроп свежий, зеленый лук по вкусу
- соль, молотый перец по вкусу
- огурец

## Готовим:

Берем творожный сыр, добавляем мелко порубленную зелень. Посолите, поперчите по вкусу.

Ломтики хлеба для бутербродов слегка подсушить на сковороде без масла или в духовке. По желанию натереть хлеб зубчиком чеснока. Красную рыбу нарезать ломтиками или сразу купить готовую нарезку. Смазать хлеб творожным сыром с зеленью, накрыть ломтиком рыбы и украсить бутерброд слайсом свежего огурца. Бутерброды с творожным сыром и красной рыбой можно подавать на стол. Приятного аппетита!



~~89<sup>99</sup>~~  
**67<sup>99</sup>** -24%

Сыр творожный, мюсли-орехи; груша; с лисичками, Сыробогатовъ, 55%, 140 г



Горбуша, слабосоленая, Дивный берег, 100 г

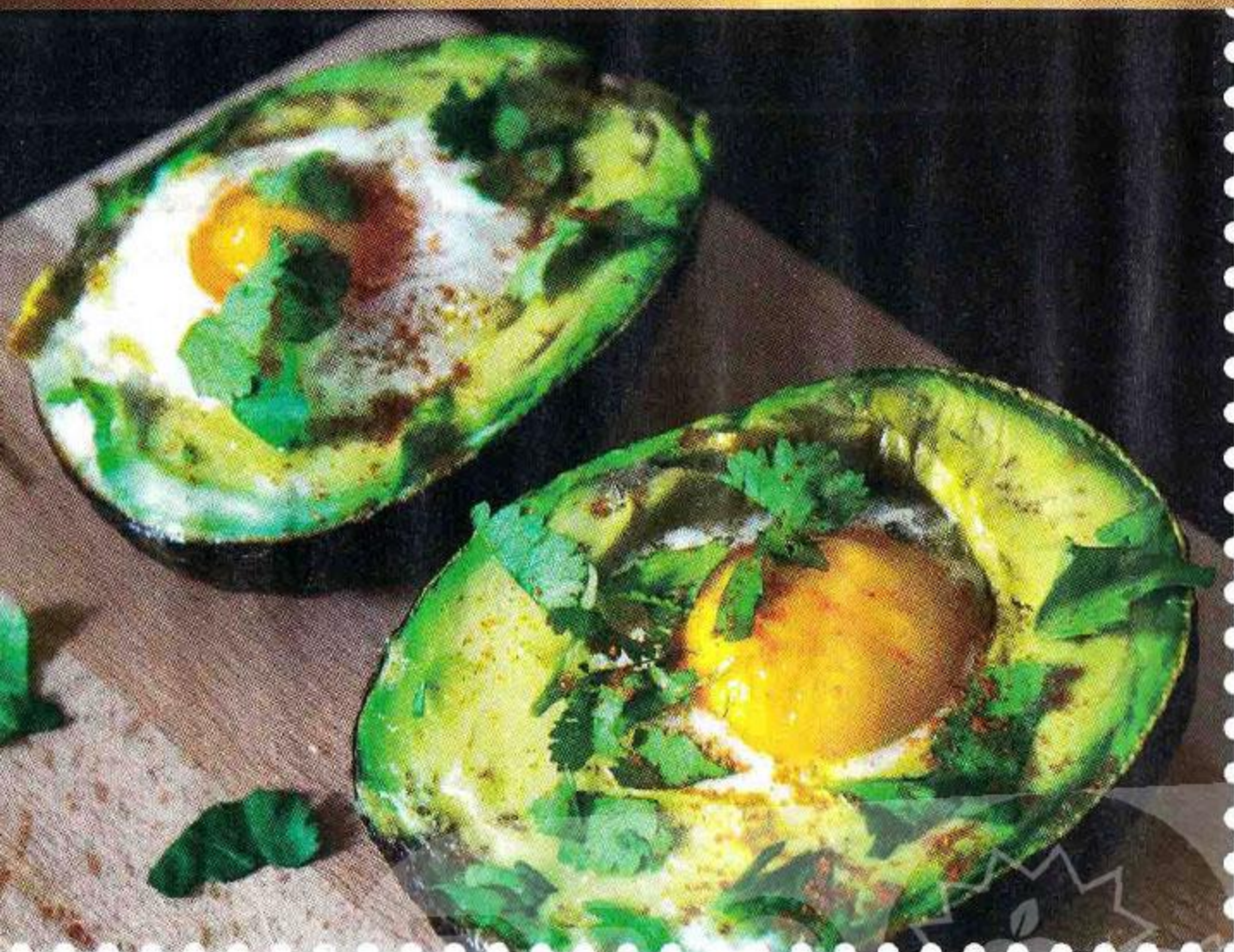
~~136<sup>99</sup>~~  
**109<sup>99</sup>** -19%



Горбуша, холодного копчения, Дивный Берег, 250 г

~~299<sup>99</sup>~~  
**229<sup>99</sup>** -23%





## ЗАПЕЧЕННОЕ АВОКАДО С ЯЙЦОМ

2 порции



15 мин.

### Берем:

- авокадо 1 шт.
- яйцо куриное (небольшое) 2 шт.
- соль, перец по вкусу

### ГОТОВИМ:

Авокадо разрезать пополам вдоль. Удалить косточку. Если отверстие в авокадо недостаточно большое для одного маленького яйца, ложкой сделать небольшое углубление. Отделить яичные желтки от белков. Поместить в углубления по одному желтку. Затем постепенно добавлять белки, сколько поместится. Посолить, поперчить.

Выпекать в течении 15 минут на 200 градусах. Посыпать зеленью по вкусу. Приятного аппетита!



~~189<sup>99</sup>~~

**119<sup>99</sup>**

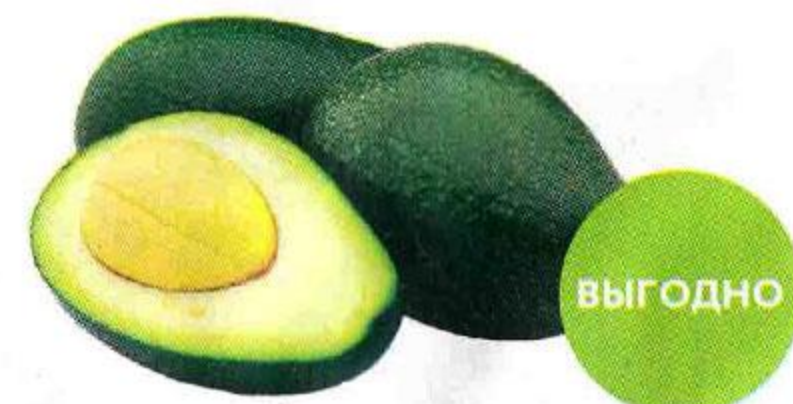
-36%

Сосиски Гриль-мастер, Папа Может, 450 г



ВЫГОДНО

Яйца куриный, 10 шт.




ВЫГОДНО

Авокадо, 1 шт.



# КОРОЛЕВСКИЙ БУТЕРБРОД

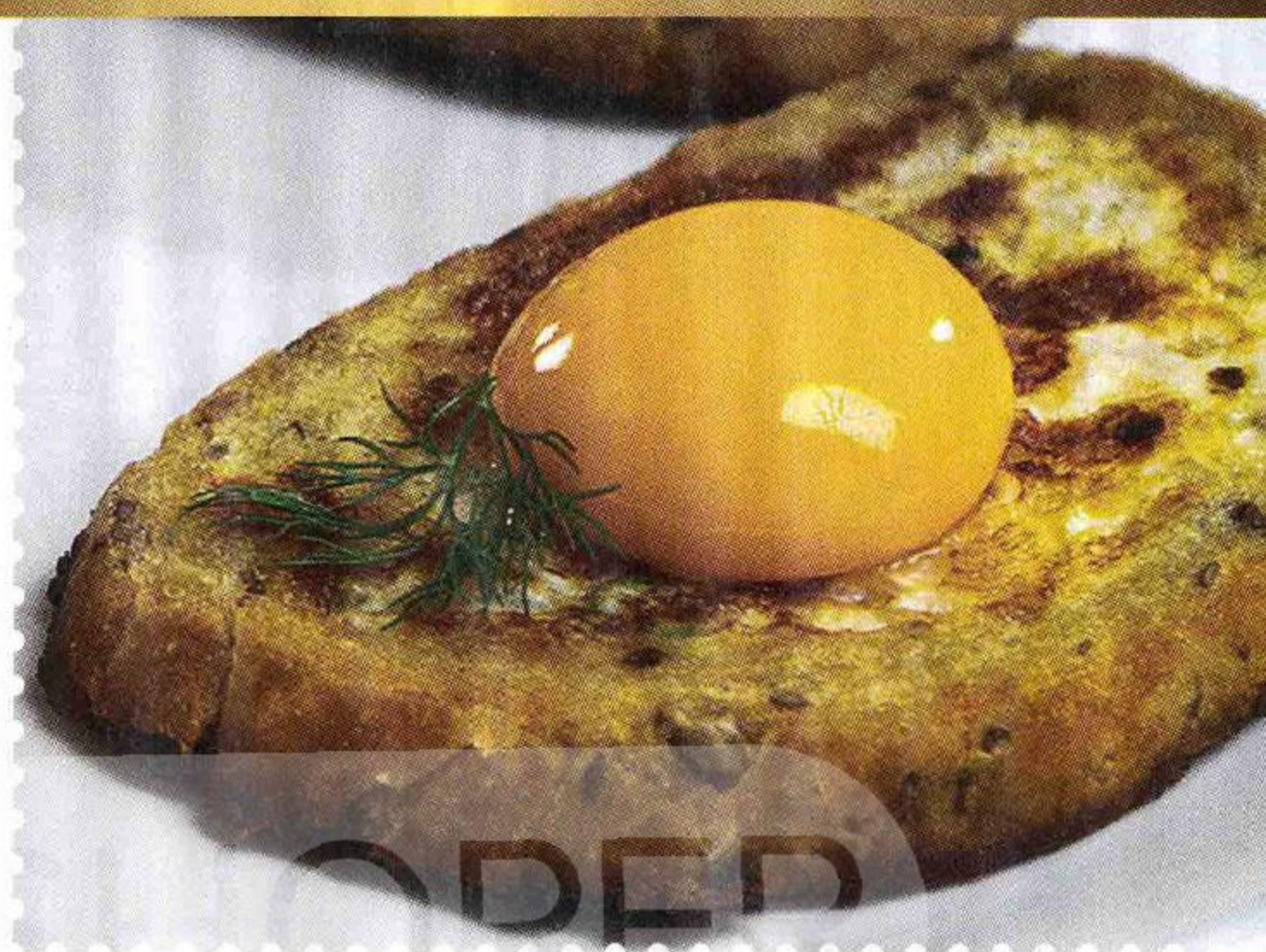
2 порции  15 мин.

## Берем:

- хлеб 2-3 кусочка
- зеленый лук, зелень 0,5 пучка
- чеснок 1 зубчик
- креветки 100 г
- растительное масло 2 ст.л
- сливочное масло 50 г
- яйца куриные 2 шт.
- соль, перец

## Готовим:

Из хлебных ломтиков вырезаем внутреннюю часть. Мелко нарезаем чеснок, зеленый лук и креветки. Для яичных желтков наливаем в пиалы немного растительного масла. В миску с луком и чесноком отправляем белки, в пиалы с маслом переносим желтки. Белки по вкусу перчим и солим. На растительном масле обжариваем креветки и отправляем в миску с белками. На сливочном масле обжариваем с двух сторон хлеб. Каждый кусочек хлеба наполняем белками с креветками, накрываем герметично фольгой или крышкой. На аппетитные бутерброды выкладываем сверху желтки и украшаем зеленью.



ВЫГОДНО

Чеснок, 100 г



Купаты Сочные, свиные, Атышево, 400 г

~~129<sup>99</sup>~~  
99<sup>99</sup>

-23%



Креветки Королевские, в панцире, Fish House, 500 г


~~389<sup>99</sup>~~  
279<sup>99</sup>

-28%





## ГОРЯЧИЕ БУТЕРБРОДЫ С СОСИСКАМИ И ЧЕРЕМШОЙ

2 порции  15 мин.

### Берем:

- ржаной багет 0,5 шт.
- твердый сыр 50 г
- сосиски 3-4 шт.
- черемша 0,5 пучка

### ГОТОВИМ:

Ржаной багет нарежем ломтиками толщиной не менее 1 см. Сыр натереть. Промыть свежую черемшу, разобрав ее руками на стебли. Нарезать и добавить к натертому сыру. Сосиски мелко нарезать, перемешать со всеми ингредиентами. Переместить хлебную основу на противень. Выложить начинку на хлеб. Запечь бутерброды в духовке или микроволновой печи до расплавления сыра.



Сыр Hochland, плавленый, сливочный; ассорти, 50%, 140 г



Колбаса Детям с индейкой, Великолукский МК, 500 г



Сосиски Детям, с индейкой, Великолукский МК, 330 г



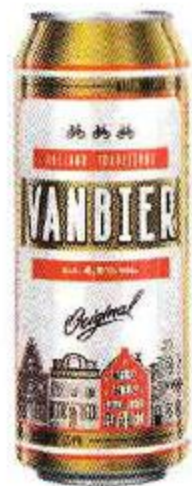
Ветчина По-Черкизовски, вареная, Черкизово, 500 г



## ОКТОБЕРФЕСТ НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА

Oktoberfest считается одним из самых больших народных гуляний в мире. Его посещают ежегодно порядка шести миллионов человек, которые приезжают в Мюнхен со всех немецких земель и из других стран. Официальным временем, когда проходит Октоберфест, считается период с середины сентября и до начала октября. В 2021 году Октоберфест пройдет с 18 сентября по 4 октября

Впервые этот фестиваль пива в Германии был организован 12 октября 1810 г. Инициатором стал унтер-офицер, который предложил устроить скачки на лугу в окрестностях Мюнхена. Данное событие отмечалось в честь свадьбы принцессы Терезы Саксонской-Хильдбургхаузской и кронпринца Людвига Баварского. С тех пор фестиваль Октоберфест стал проводиться ежегодно, за исключением военных лет. В 1872 г. праздник был перенесен с октября на конец сентября, так как погода в городе в это время мягче и теплее. На протяжении долгих лет пивной фестиваль Октоберфест постоянно модернизировали. Например, в 1881 г. заработала первая жаровня курочек, а с 1892 г. пиво начали подавать в кружках из стекла.



Пиво Vanbier, светлое, 4,5%, 0,45 л

~~47<sup>99</sup>~~  
35<sup>99</sup> -25%



Пиво Beck's, светлое, 5%, 0,5 л

~~89<sup>99</sup>~~  
75<sup>99</sup> -15%



Пиво Велкопоповецкий козел, темное, 3,8%, 0,5 л

~~104<sup>99</sup>~~  
92<sup>99</sup> %





## ТУШЕНАЯ КАПУСТА ПО-БАВАРСКИ

2 порции  15 мин.

### Берем:

- бекон или шпик 200 г
- капуста белокочанная 700 г
- морковь 1 шт.
- лук репчатый 1 шт.
- яблоки 1 шт.
- тмин, майоран 1 ч. л.
- семена горчицы 1 ст. л.
- сахар 2 ч. л.
- соль по вкусу
- яблочный уксус 2 ст. л.

### ГОТОВИМ:

Бекон или сало с прослойкой нарезать. Обжарить в кастрюле с толстым дном.

Добавить натертую морковь. Лук обжарить до золотистого цвета. Добавляем нашинкованную капусту, тушим 5 минут. В капусту выкладываем натертое яблоко.

Тмин, майоран, зерна горчицы, сахар, уксус, соль. Тушим до готовности капусты.

Приятного аппетита! Выпекать в течении 15 минут на 200 градусах. Посыпать зеленью по вкусу. Приятного аппетита!



Уши свиные, копчено-вареные, Коптильный Двор, 100 г

~~49<sup>99</sup>~~ **39<sup>99</sup>** -20%



Колбаски Пикачос, Hitmeat, 100 г

~~121<sup>99</sup>~~ **89<sup>99</sup>** -26%



Колбаса Фуэт Экстра, Черкизово, 150 г

~~329<sup>99</sup>~~ **179<sup>99</sup>** -45%



## СЫРНЫЕ ШАРИКИ

2 порции



15 мин.

### Берем:

- пшеничная мука 3 ст.л.
- твердый сыр 300 г
- куриное яйцо 3 штуки
- соль по вкусу

### Готовим:

Сыр твердого сорта натереть на мелкой терке. Перемешать с яйцами и мукой. Получившуюся сырную массу поделить на кусочки. Затем эти кусочки сформировать в шарики. Обвалить шарики в муке (излишки муки стряхнуть). После этого обжарить сырные шарики в большом количестве кулинарного жира или растительного масла. Жарить, пока не получится золотистая корочка.

Готовые шарики из сыра выложить на блюдо. Можно обмакнуть их бумагой, чтобы лишний жир ушел.



Сыр косичка, Свежий Ряд, 45%, 150 г

~~139<sup>99</sup>~~ %  
**132<sup>99</sup>**



Сыр Гауда Премиум, Село Зеленое, 40%, 200 г

~~164<sup>99</sup>~~ -21%  
**129<sup>99</sup>**




Сыр Российский, Сыробогатов, 50%, 200 г

~~180<sup>99</sup>~~ -20%  
**139<sup>99</sup>**





## КОЛЬЦА КАЛЬМАРА

2 порции  15 мин.

### Берем:

- яйцо куриное 1 шт.
- кальмары 2 шт.
- мука 1,5 ст. ложки
- соль, перец черный по вкусу
- масло растительное 70 мл

### ГОТОВИМ

Хорошо очистите тушки кальмаров, хорошо их вымойте. После этого нарежьте их кольцами. Посолите и поперчите. В миске вилкой взболтайте яйцо. В муку обмакните кольца кальмаров. Затем в яйцо. Выложите кальмары на сковороду с разогретым растительным маслом. Жарьте кольца до красивого и румяного цвета.



~~389<sup>99</sup>~~  
**279<sup>99</sup>** -28%

Креветки Королевские, в панцире, Fish House, 500 г



~~359<sup>99</sup>~~  
**299<sup>99</sup>** -16%

Кольца кальмара, замороженные, Polar, 500 г



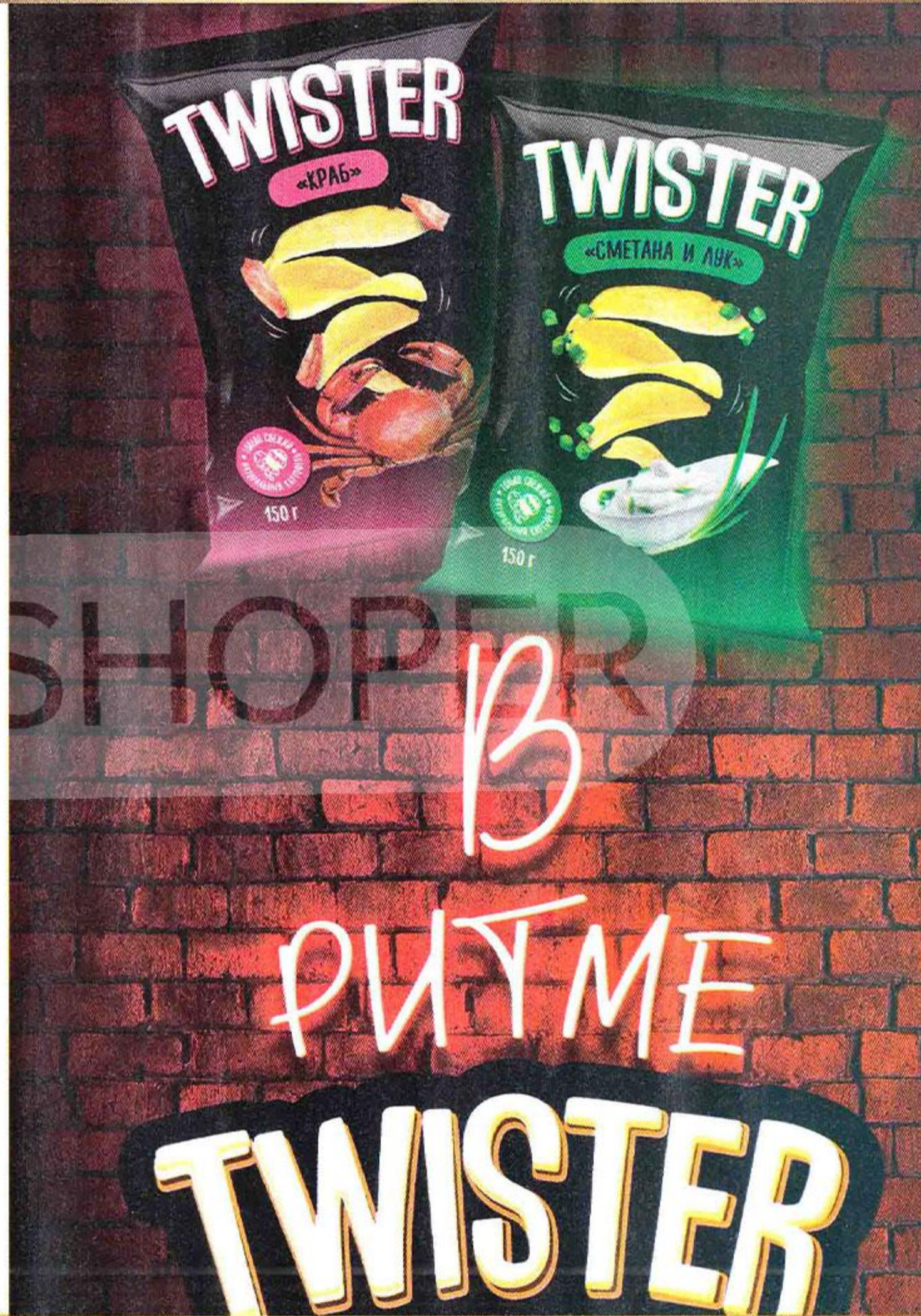
~~79<sup>99</sup>~~  
**39<sup>99</sup>** -50%

Набор пивной, лосось-горбуша холодного копчения, Марти, 100 г

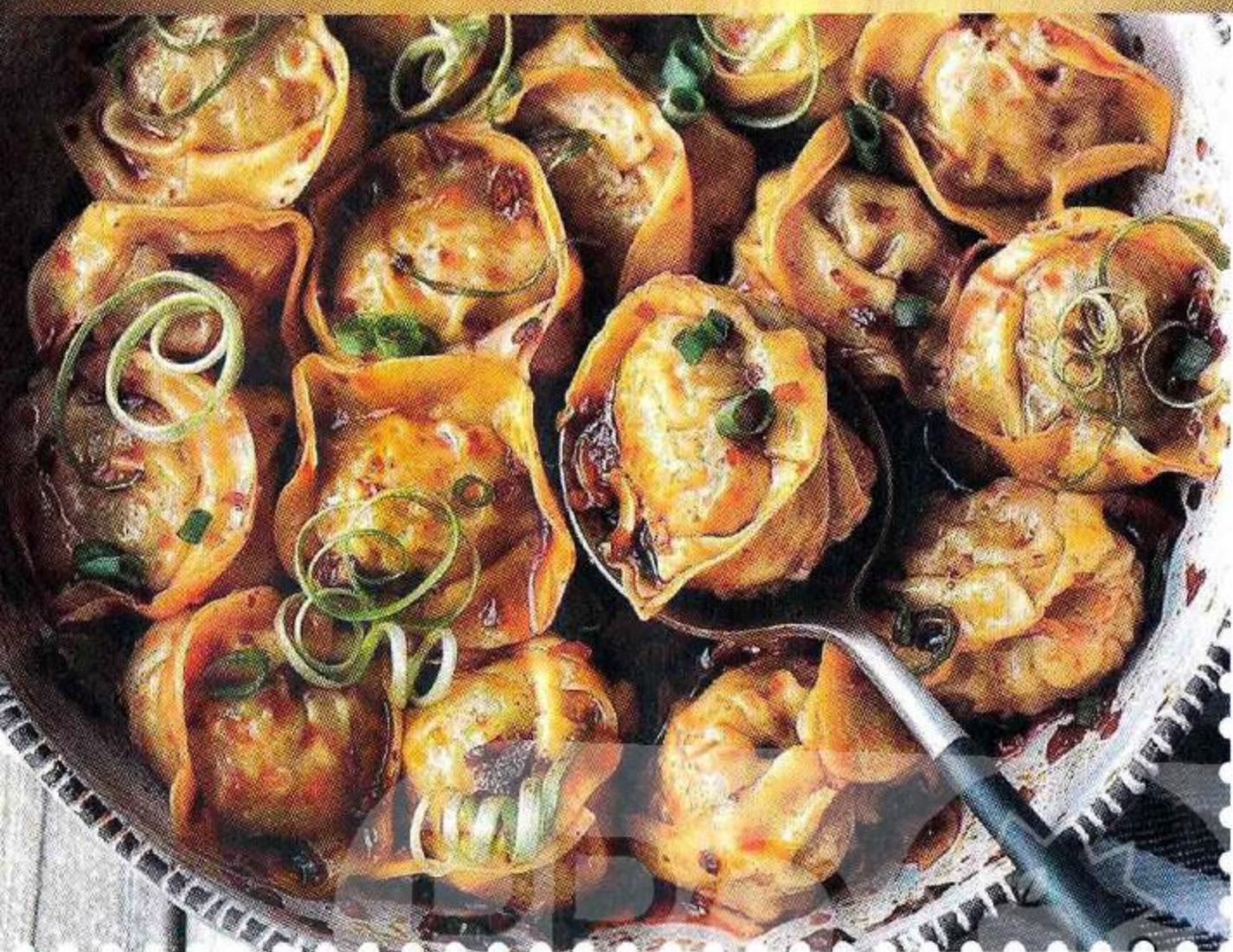




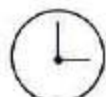
**ВКУСНО  
КРУГЛЫЙ ГОД**







## ЖАРЕННЫЕ ПЕЛЬМЕНИ

2 порции  15 мин.

### Берем:

- пельмени 600 г
- масло растительное 50 г
- соль, перец по вкусу
- зеленый, лук, петрушка
- сметана, майонез

### ГОТОВИМ:

На сковороде с высокими бортами влить растительное масло и накалил его до кипения. Всыпать замороженные пельмени, посолить и уменьшить огонь до среднего. Сразу же перемешать содержимое сковороды, чтобы все изделия обволоклись маслом. Обжариваем их на среднем огне со всех сторон, часто помешивая, чтоб не прилипли. Добавляем соль и специи по вкусу. Когда пельмени станут румяными, наливаем воды, накрываем крышкой и на максимальном огне дождаемся полного выпаривания жидкости. К жареным пельменям хорошо предложить различные соусы: сметану либо майонез. Мелко нарезать зелень. Присыпать ею румяные пельмени и подавать их к столу.



Пельмени Великосочные, Сибирский гурман, 1 кг



Майонез Провансаль, ЕЖК, 67%, 675 г



Майонез Оливковый, Махеевъ, 50,5%, 800 мл



Сметана Деревенская, 20%, 250 г



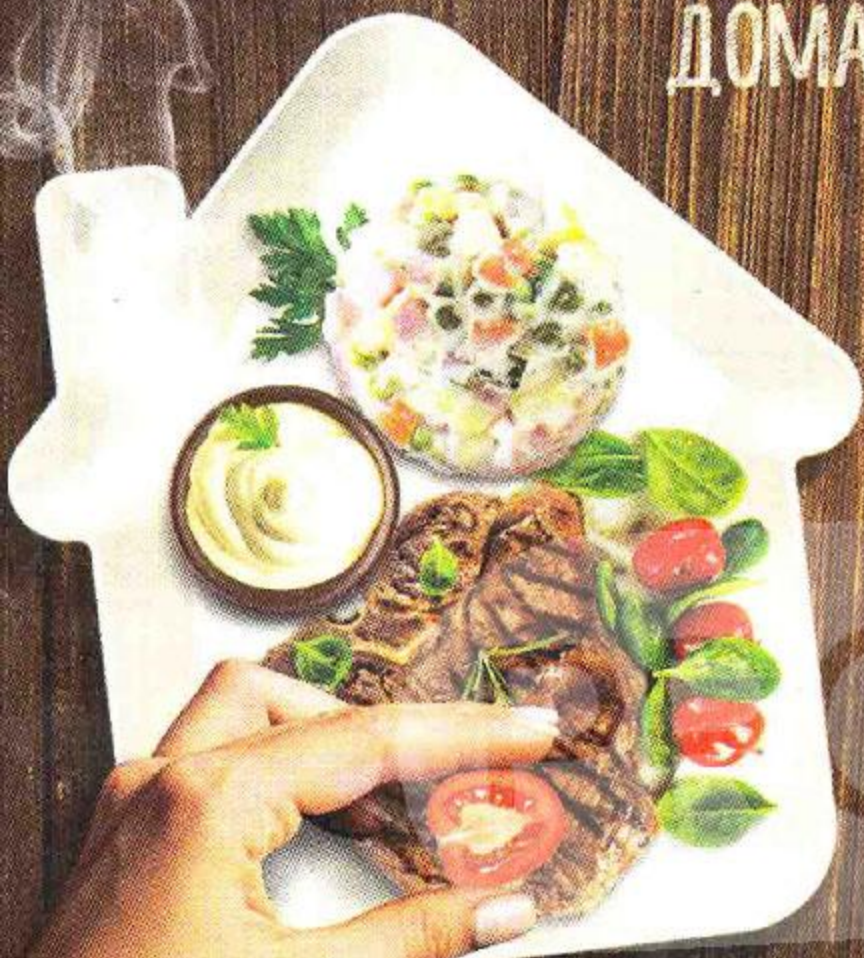
Сметана\*, Кунгурский МК, 20%, 400 г\*для Перми



# селяночка

НАШЕ. СЕЛЬСКОЕ. РОДНОЕ

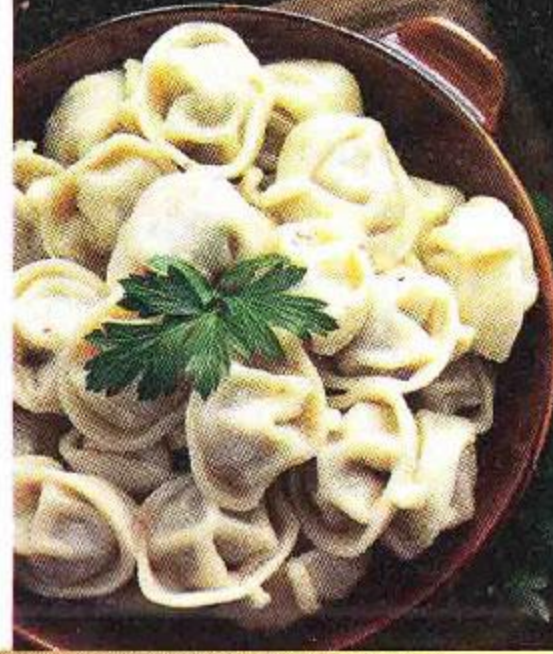
ДЛЯ ТЕХ, У КОГО  
ДОМА ВКУСНО!



# Ресториня

ВКУСНЫЙ РЕЗУЛЬТАТ!

# СНОПЕР







Сок Агуша, в ассортименте, 200 мл

~~34<sup>99</sup>~~ -24%  
**25<sup>99</sup>**



Йогурт Fruttis XL, в ассортименте, 2%, 330 г

~~69<sup>98</sup>~~ 1+1  
**34<sup>99\*\*</sup>**



Масло Шоколадное, сливочное, Станция Молочная, 62%, 180 г

~~99<sup>99</sup>~~ %  
**94<sup>99</sup>**



Шаурма с курицей, Февронья, 170 г

~~99<sup>99</sup>~~ -20%  
**79<sup>99</sup>**



Сэндвич Итальянский, с соусом цезарь, Февронья, 160 г

~~99<sup>99</sup>~~ -20%  
**79<sup>99</sup>**



Сэндвич с тунцом, Февронья, 160 г

~~115<sup>99</sup>~~ -22%  
**89<sup>99</sup>**



Вафельная трубочка с молоком вареным, Свитлогорье, 8,5%, 70 г

~~37<sup>99</sup>~~ -21%  
**29<sup>99</sup>**



Бургер Ангус, горчичный соус, Мираторг, 160 г

~~159<sup>99</sup>~~ -31%  
**109<sup>99</sup>**



Колбаски Siberia, оленина, Омский Бекон, 260 г

~~229<sup>99</sup>~~ -26%  
**169<sup>99</sup>**

\*\*Цена указана за 1 шт. при покупке 2-х шт. одновременно.



# СОКИ И НЕКТАРЫ БЕЗ КОНСЕРВАНТОВ





# Выгодные акции и скидки в приложении «Пятёрочка»



Акции и персональные предложения



Выручай-карта всегда под рукой



Контролируйте баланс баллов



Ваша история покупок



Больше выгоды для участников клубов



Доставка покупок



Ближайшие магазины и режим их работы



Оценивайте товары и выбирайте лучшее



[5ka.ru/card](https://5ka.ru/card)



Отсканируйте QR-код для быстрой загрузки приложения

При отсутствии доступа к интернету штрих-код будет недоступен для списания и начисления, а также не будет выводиться баланс баллов. Они начнут отображаться при восстановлении связи. Баллы не начисляются и не списываются при совершении покупки табака и табачной продукции. При покупке алкогольной продукции, в отношении которой действующим законодательством РФ установлена минимальная розничная цена, списание баллов для получения скидки на указанную категорию алкогольной продукции, допускается только при условии соблюдения установленной законодательством минимальной розничной цены. Действующим законодательством РФ, а также правилами Программы лояльности «Выручай-карта» могут быть предусмотрены иные ограничения по начислению и использованию (списанию) баллов. Полные правила применения карты и информация о программе лояльности смотрите на сайте [www.5ka.ru/card](http://www.5ka.ru/card) 8-800-555-55-05 Контакт-центр, круглосуточно, бесплатно по России.

Срок проведения акции с 21 сентября по 4 октября 2021 года. Количество товаров ограничено, не является публичной офертой. Акция проходит не во всех магазинах торговой сети. Товары, подлежащие обязательной сертификации или иному обязательному подтверждению соответствия требованиям технических регламентов, имеют необходимые подтверждающие документы. Изображение товаров может отличаться от представленных в магазинах «Пятёрочка». Информация об ассортименте (разновидностях вкусов) товаров, участвующих в акции, уточняйте в магазине. Все цены указаны в рублях. В период проведения акции цена может быть дополнительно снижена относительно заявленной в рекламе. Предложение действительно для г. Екатеринбурга и Свердловской области, г. Перми и Пермского края, г. Сургута и ХМАО. Все подробности в магазинах «Пятёрочка» и на сайте [www.5ka.ru](http://www.5ka.ru).

Каталог предназначен для распространения только в универсамах «Пятёрочка».