

Перекрёсток

◊ Ростов-на-Дону ◊ Азов ◊ Новочеркасск ◊ Таганрог
◊ Краснодар ◊ Ставрополь ◊ Пятигорск ◊ Ессентуки
◊ Кисловодск ◊ Черкесск ◊ Астрахань



ВРЕМЯ ВКУСНОГО И ПОЛЕЗНОГО

*Всё для вас
как для себя*

 ЛЕТ

С 12 МАРТА
ПО 23 АПРЕЛЯ

Правильный завтрак



Прекрасный вариант для завтрака или перекуса, который подарит заряд энергии и витаминов.

-20% 249⁹⁹
199⁹⁹ X5

Гранола ЗЕЛЁНАЯ ЛИНИЯ
Ореховая; Ягодная, 300 г



-17% 289⁹⁹
239⁹⁹ X5

Орехи MARKET COLLECTION
Миндаль сушёный, 135 г



-28% 69⁹⁹
49⁹⁹ X5

Хлопья MARKET ПЕРЕКРЁСТОК
Четыре злака, 400 г



-26% 81⁹⁹
59⁹⁹ X5

Хлопья MARKET ПЕРЕКРЁСТОК
Геркулес, 500 г



-21% 139⁹⁹
109⁹⁹ X5

Мюсли MARKET
Ореховые запечённые, 300 г

Завтрак из жареной овсянки с семенами чиа

15 минут время на кухне
1 порция
сложность

ИНГРИДИЕНТЫ:

- цельная овсянка - 3 ст. л.
- мед - 1 ч. л.
- семена чиа - 1 ст. л.
- сливки - 2 ст. л.
- миндаль - 18 шт.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

1. На антипригарную сковороду отправьте геркулес, миндаль и мед. Обжарьте на очень медленном огне.
2. К семенам чиа добавьте сливки.
3. Перемешайте и дайте постоять, пока жарится геркулес.
4. Когда геркулес обжарится, выложите его на дно стакана или на тарелку.
5. Сверху выложите семена чиа.
6. Можете украсить любыми фруктами.



Ещё больше вкусных рецептов на
FOOD.RU

Правильный ужин с Зелёной Линией



**ЗЕЛЁНАЯ
ЛИНИЯ**



-17%
144⁹⁹
119⁹⁹ **СПИРАЛЬКИ**
ИЗ ГРЕЧЕВОЙ МУКИ

Макаронные изделия
ЗЕЛЁНАЯ ЛИНИЯ
Спиральки из гречневой муки,
250 г



-25%
269⁹⁹
199⁹⁹ **КИНОА**

Киноа **ЗЕЛЁНАЯ ЛИНИЯ**
белая, 350 г



-23%
129⁹⁹
99⁹⁹ **ТРУБОЧКИ**
ИЗ КУКУРУЗНОЙ И РИСОВОЙ МУКИ

Макаронные изделия
ЗЕЛЁНАЯ ЛИНИЯ
Трубочки из рисово-кукурузной
муки, 250 г



-20%
124⁹⁹
99⁹⁹ **ЧЕЧЕВИЦА
КРАСНАЯ
КОЛОТАЯ**

Чечевица **ЗЕЛЁНАЯ ЛИНИЯ**
красная колотая, 400 г

Растительные масла богаты полезными жирами, витаминами и антиоксидантами, которые поддерживают сердце, улучшают состояние кожи и укрепляют иммунитет.



-20%
679⁹⁹
539⁹⁹ **МАСЛО
ТЫКВЕННОЕ**

Масло **ЗЕЛЁНАЯ ЛИНИЯ**
тыквенное нерафинированное,
250 мл

Семга с гарниром из киноа

20 минут
время на кухне

2
порции

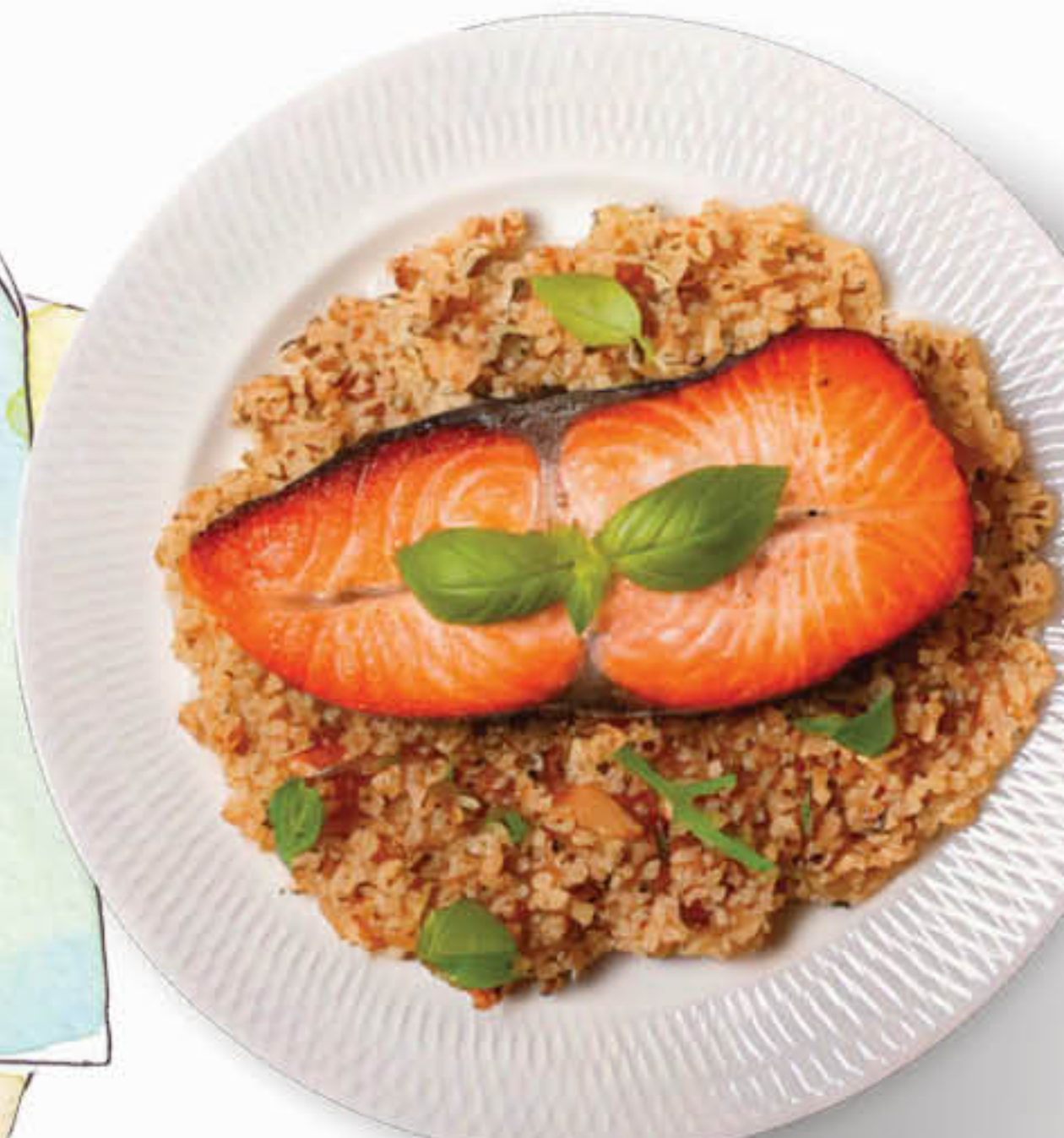
3
сложность

ИНГРИДИЕНТЫ:

- семга - 200 г
- киноа - 300 г
- огурец - 1 шт.
- оливковое масло - 20 мл
- лимон - 0,5 шт.
- перечная мята - 1 пучок
- соль - 1 г
- перец молотый - 1 г

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

1. Подготовьте все ингредиенты для начинки. Вымойте огурец. Нарежьте кубиками свежий огурец. Нарежьте мяту. Семгу посыпьте солью и перцем.
2. Отварите киноа в подсоленной воде согласно инструкции.
3. На оливковом масле обжарьте семгу. Через 4-5 минут переверните семгу и обжаривайте с другой стороны еще 4-5 минут. В конце немного посолите и поперчите.
4. В подходящую по размеру емкость выложите готовое киноа. Добавьте к киноа нарезанные огурец и мяту, перемешайте. На тарелку выложите киноа и сверху положите семгу. Для украшения положите сверху листик базилика.



Ещё больше вкусных рецептов на
FOOD.RU

КОМПАНЬОНЫ К УЖИНУ



Идеальное сочетание остроты, пикантности и насыщенного аромата. Добавьте изюминку в ваши блюда: пиццу, бургеры, салаты или закуски.



-24% 329⁹⁹
249⁹⁹ X5

Перец MARKET COLLECTION
Чили маринованный, 335 г

Вяленые томаты в масле – изысканная закуска родом из Италии. Приготовленная по традиционным рецептам, она идеально подходит для пасты, салатов, пиццы и бруснетты.



-20% 339⁹⁹
269⁹⁹ X5

Томаты ТОМТОМ
вяленые в масле, 250 г



-23% 259⁹⁹
199⁹⁹ X5

Оливки MARKET COLLECTION
Халкидики с косточкой, 200 г



-24% 329⁹⁹
249⁹⁹ X5

Оливки MARKET COLLECTION
ассорти с косточкой, 200 г

Сочные, ароматные и невероятно вкусные оливки! Они являются не только полезной закуской, но и прекрасным дополнением к различным блюдам.



-20% 249⁹⁹
199⁹⁹ X5

Мангал-салат MARKET,
450 г

ЧАЙ И КОФЕ



-20% 339⁹⁹
269⁹⁹ X5

Кофе MARKET COLLECTION
Brazil; Ethiopia жареный молотый
в дрип-пакетах, 6 x 10 г



6 дрип-пакетов кофе из Колумбии с привычным вкусом, но низким содержанием кофеина. COLOMBIA PITALITO DECAF – ноты сухофруктов, красного яблока и черного чая.



-20% 499⁹⁹
399⁹⁹ X5

Кофе VERLE без кофеина натуральный жареный молотый в фильтр-пакетах, 6 x 66 г



Свежая пряность мяты оживляет мягкий, естественный вкус ромашки, создавая великолепный букет.



-28% 249⁹⁹
179⁹⁹ X5

Напиток чайный GREENFIELD
Mint Camomile с ароматом ромашки и мяты, 20 x 1,5 г



-39% 329⁹⁹
199⁹⁹ X5

Чай HERBARUS
Мята-мелисса улун; Чабрец-мята чёрный с ароматными травами, 24 x 2 г

Тонкая, изящная композиция на основе китайского улун с добавлением мяты и мелиссы.



Идеальное сочетание чёрного чая с ярким акцентом чабреца, смягчённое нежной ноткой мяты. 100% натуральный состав чая чёрный, чабреца, мяты и фенхеля.



ПОЛЕЗНЫЕ СЛАДОСТИ



**ЗЕЛЁНАЯ
ЛИНИЯ**



-21%
209⁹⁹
164⁹⁹ **Х5**

Конфеты ЗЕЛЁНАЯ ЛИНИЯ
кокосовые с малиной; косовые
с манго, 90 г

Обладает насыщенным
вкусом и ароматом.
Дополненный кусочками
апельсина, он приобретает
лёгкую кислинку.
Шоколад готовится без
добавления сахара, что
делает его отличным
выбором для тех, кто следит
за своим питанием.



-14%
209⁹⁹
179⁹⁹ **Х5**

Шоколад ЗЕЛЁНАЯ ЛИНИЯ
в ассортименте 65-70%, 70 г

Традиционная белёвская
пастила, приготовленная
из натуральных фруктов.
Порадует любителей
полезных сладостей.



-33%
164⁹⁹
109⁹⁹ **Х5**

Пастила ЗЕЛЁНАЯ ЛИНИЯ
Белёвская классическая;
с клюквой без сахара, 100 г

Сладкие и
ароматные смоквы
из яблок или сливы,
приготовленные
по традиционному
рецепту, сохраняют
все полезные
свойства фруктов.



-18%
159⁹⁹
129⁹⁹ **Х5**

Смоква ЗЕЛЁНАЯ ЛИНИЯ
из сливы; из яблок, 80 г

ПЕРЕКУС



-20% 339⁹⁹
269⁹⁹ X5

Плоды дыни мускусной
MARKET COLLECTION
сушёные, 100 г

-19% 419⁹⁹
339⁹⁹ X5

Абрикосы
MARKET COLLECTION
шоколадные сушёные без
косточки, 250 г

-20% 239⁹⁹
189⁹⁹ X5

Абрикосы сушёные MARKET
без косточек, 150 г

Сочные, сладкие и полные витаминов, сухофрукты станут идеальным перекусом для любителей натуральных лакомств. Они богаты клетчаткой, антиоксидантами и наполняют энергией. Добавляйте сухофрукты в каши, десерты или наслаждайтесь просто так!



-20% 429⁹⁹
339⁹⁹ X5

Клубника MARKET COLLECTION
сушёная, 150 г



-20% 199⁹⁹
159⁹⁹ X5

Виноград сушёный
MARKET COLLECTION,
200 г



ПРАВИЛЬНЫЙ ХРУСТ



-17%
169⁹⁹
139⁹⁹ X5

Чипсы **ЗЕЛЁНАЯ ЛИНИЯ** нуттовые со вкусом авокадо; со вкусом йогурта и трав, 50 г



-21%
409⁹⁹
319⁹⁹ X5

Гранола **R.A.W. LIFE** Кранч с протеином кокос-банан; с протеином ягоды, 220 г

Хрустящая смесь из овсяных хлопьев, орехов, сухофруктов – идеальный старт дня или полезный перекус. Натуральный состав, богатый клетчаткой и витаминами.

-20%
149⁹⁹
119⁹⁹ X5

Батончик орехово-фруктовый **R.A.W. LIFE** кешью; кокос; макадамия, 47 г



Вкусная и полезная закуска, приготовленная из натуральных продуктов. В них нет красителей и искусственных добавок, только польза в каждой хрустящей дольке.



-10%
94⁹⁹
84⁹⁹ X5

Чипсы **ЗЕЛЁНАЯ ЛИНИЯ** овощной микс; яблочные, 25 г



-27%
89⁹⁹
64⁹⁹ X5

Крекер **ЗЕЛЁНАЯ ЛИНИЯ** ржаной, 220 г



-23%
97⁹⁹
74⁹⁹ X5

Флайчипсы **ЗЕЛЁНАЯ ЛИНИЯ** зерновые кукурузно-рисовые с солью; с томатами и оливками, 40 г



НАПИТКИ



-22% 89⁹⁹
69⁹⁹ X5

Напиток AQUA VITAMIN
клюква и витамин B12; лимон-лайм и витамин B6 негазированный, 0,75 л



-10% 99⁹⁹
89⁹⁹ X5

Напиток DRINK POWER
Ironman L-карнитин со вкусом грейпфрута; Isotonic со вкусом ананаса, 0,5 л



-18% 109⁹⁹
89⁹⁹ X5

Напиток ZIZZI
Витамин C газированный, 0,43 л



Негазированная родниковая вода, добываемая из природных источников гор Акналер и Анапак в Армении, на высоте 2400 метров над уровнем моря. Она не подвергается искусственной очистке и обработке, что позволяет сохранить природные минералы и полезные вещества.



-18% 85⁹⁹
69⁹⁹ X5

Напиток LIFELINE
Beauty клубника-ваниль; Boost Light кокос; Focus Light персик-юзу витаминизированный негазированный, 0,5 л



-16% 119⁹⁹
99⁹⁹ X5

Вода RARE
питьевая природная родниковая негазированная, 0,5 л



НАПИТКИ

Освежающие смузи с овощами, ягодами, экзотическими фруктами богаты витаминами и минеральными веществами. Они дарят заряд энергии и бодрости, и идеально подходят для завтрака или перекуса в течение дня.



-14% 139⁹⁹
119⁹⁹ X5

Смузи BE UP в ассортименте, 0,3 л



-17% 194⁹⁹
159⁹⁹ X5

Сок IDEAS ананас-апельсин-гранат; облепиха-апельсин-тыква-имбирь, 1 л



-15% 129⁹⁹
109⁹⁹ X5

Смузи ЗЕЛЁНАЯ ЛИНИЯ банан-апельсин-кокос; морковь-кокос, 0,3 л



Тонизирующий напиток натурального брожения на основе чайного гриба с ярким вкусом клюквы, брусники и свежей мяты богат пробиотиками, витаминами и антиоксидантами.



-21% 139⁹⁹
109⁹⁹ X5

Напиток чайный ЗЕЛЁНАЯ ЛИНИЯ Kombucha Energy природного брожения на чайном грибе клюква-брусника-мята, 0,555 л



-22% 89⁹⁹
69⁹⁹ X5

Напиток FAHRENHEIT лимон-лайм-мята; со вкусом бузины негазированный обогащённый витаминами, 0,5 л



-25% 159⁹⁹
119⁹⁹ X5

Напиток ЭКОНАД в ассортименте, 0,5 л



-11% 179⁹⁹
159⁹⁹ X5

Напиток PEKA Лимонад в ассортименте, 0,33 л

ПОДДЕРЖИ ИММУНИТЕТ ВЫГОДНО



-29% 639⁹⁹
449⁹⁹ X5

БАД LEAF TO GO
Железо хелатное, 60 шт.



-30% 719⁹⁹
499⁹⁹ X5

БАД LEAF TO GO
Цинк хелатный, 100 шт.



-30% 999⁹⁹
699⁹⁹ X5

БАД LEAF TO GO
Collagen + витамин С, 180 г



-35% 1399⁹⁹
899⁹⁹ X5

БАД LEAF TO GO
Omega 3 Premium, 120 шт.



-44% 719⁹⁹
399⁹⁹ X5

БАД ДЕТРИМАКС
D3 2000 ME, 60 шт.



-40% 749⁹⁹
449⁹⁹ X5

БАД ДЕТРИМАКС
Актив масляный раствор, 30 мл



-26% 679⁹⁹
499⁹⁹ X5

БАД GLS
Женская формула; Мужская формула; мультивитамины 12 + 9, 60 шт.



-40% 999⁹⁹
599⁹⁹ X5

БАД GLS
Магния цитрат + витамин B6, 90 шт.



-44% 289⁹⁹
159⁹⁹ X5

БАД Mirrolla
Витамин С; Мультивитамин + D3
таблетки шипучие, 20 шт.



-36% 299⁹⁹
189⁹⁹ X5

БАД Mirrolla
Магний B6 + B9; Янтарная кислота
таблетки шипучие, 20 шт.



-16% 539⁹⁹
449⁹⁹ X5

БАД 1WINE
L-Карнитин; Магний + витамин B6,
90-120 шт.



-14% 699⁹⁹
599⁹⁹ X5

БАД 1WINE
Omega-3, 90 шт.

БАД НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ. ИМЕЕТ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, ПЕРЕД НАЧАЛОМ ПРИЕМА НЕОБХОДИМО ОЗНАКОМИТЬСЯ С ИНСТРУКЦИЕЙ ПО ПРИМЕНЕНИЮ ИЛИ ПОЛУЧИТЬ КОНСУЛЬТАЦИЮ СПЕЦИАЛИСТОВ.

НА СПОРТЕ



Гарвардская тарелка – для тех, кто поддерживает форму или желает похудеть. Ингредиенты поделены сбалансированно на необходимое потребление в сутки.

-25% 399⁹⁹
299⁹⁹ X5

Тарелка LILING
Stripes фарфор, 20 см



-33% 599⁹⁹
399⁹⁹ X5

Бутылка для напитков
АРХИМЕД,
0,6 л



-28% 1399⁹⁹
999⁹⁹ X5

Фильтр-бутылка АКВАФОР
Сити, 0,5 л

Тренировки с фитнес-резинкой помогают укреплять и увеличивать в объёме мышцы, тонизировать кожу, бороться с целлюлитом. Этот компактный тренажёр помещается в любую сумку, что позволяет брать фитнес-резинки куда угодно.



-24% 329⁹⁹
249⁹⁹ X5

Фитнес-резинки
RVIG-UH24102-B,
1 шт.



-25% 399⁹⁹
299⁹⁹ X5

Фитнес-резинки
RVIG-UH24102-C,
1 шт.

Массажные мячи – это незаменимый инструмент для физической формы. Они способны снять усталость со всего тела, улучшить кровообращение, избавиться от боли в мышцах и бороться с точечными зажимами.



НАБОР
МАССАЖНЫХ
МЯЧИКОВ

2 ШТ Ø7,5 см
Ø9 см

-27% 549⁹⁹
399⁹⁹ X5

Набор мячиков массажных,
2 шт.

-30% 999⁹⁹
699⁹⁹ X5

Скакалка перезаряжаемая
с утяжелителями,
1 шт.



ПЕРЕЗАРЯЖАЕМАЯ СКАКАЛКА
С УТЯЖЕЛИТЕЛЯМИ

Эффективный тренажёр для снижения веса. Перезаряжаемая электронная скакалка с утяжелителем имеет датчик с точным подсчетом прыжков. Благодаря компактным размерам, вы сможете положить тренажёр в любую сумку и размяться в свободную минуту с пользой для своего здоровья.

