

Ищите
внутри

Подпишитесь и получите гарантированный подарок!

НАША КУХНЯ

Ваши письма
на конкурс
«МОЙ
ФИРМЕННЫЙ
РЕЦЕПТ»

№ 5 (353), май 2025 | Подписной индекс — П1204 «Почта России» | E-mail: nk@toloka.com | 16+

правильный выбор:

СЫР

твердый, мягкий, творожный, плавленый —
какой бы продукт вы ни захотели приобрести,
нужно знать важные тонкости покупки



ДИЕТОЛОГ-НУТРИЦИОЛОГ
ЮЛИЯ ШУЛЕПОВА РАССКАЗАЛА,
ПОЧЕМУ МАГНИЙ ТАК ВАЖЕН
ДЛЯ НАШЕГО ОРГАНИЗМА,
В КАКИХ ПРОДУКТАХ ЕГО ИСКАТЬ
И КАК ПРАВИЛЬНО ПРИНИМАТЬ

продукт номера

ЛАВАШ

- ТРЕУГОЛЬНИКИ К ЗАВТРАКУ
- РОЛЛЫ «ЗАКУСОЧНЫЕ»
- БАНИЦА НА ДЕСЕРТ
- ПИРОГ «ХИТ ЗАСТОЛЯ»

тема номера

Все на пикник!



6 рулетики
из баклажанов



7 кунжутно-
укропный соус



22 пирог «Весенний
поцелуй»



24 чизкейк
без выпечки