

ЗОЛОТЫЕ РЕЦЕПТЫ

наших читателей *Толока* 16+

На сайте
toloka24.ru
подписка
дешевле!



26 Овсяная диета: принципы и польза

ПОЛУФАБРИКАТЫ ПРО ЗАПАС

Особенности
заморозки 14

Хитрости бывалой хозяйки

ISSN 1993-8047

24002 >



9177199318046781

№ 2 (348),
ЯНВАРЬ 2024 г.

28



**ХАЧАПУРИ
ПО-ТБИССКИ**
от Натальи Шиловой

20



**СЫТНЫЙ
САЛАТ**
от Светланы Терлюкевич

22



**МЯСНОЙ
ЗАВИВАНЕЦ**
от Юлии Матвеевой

А ЕЩЕ:

- заливное из палтуса
- запеканка на ужин
- брауни для сладкоежек