

16+

Сваты На кухне

КУЛИНАРНЫЕ СЕКРЕТЫ
ЭКОНОМНОЕ МЕНЮ

УКРАШАЕМ БЛЮДА
ГОТОВИМ БЫСТРО

Толока
№ 8 (106),
АВГУСТ 2023 Г.

5 ОШИБОК
ПРИ ВАРКЕ
КРУП

НЕОЖИДАННО:
«РАДУЖНЫЕ МАКАРОНЫ»

МАСТЕР-КЛАСС:
СКЛАДЫВАЕМ
САЛФЕТКИ КРАСИВО

ПО СЕЗОНУ:
ЯБЛОЧНЫЙ
МАРМЕЛАД

ПАШТЕТ



ИЗ ПЕЧЕНИ ТРЕСКИ

НА ЗДОРОВЬЕ:
УЛУЧШАЕМ ПАМЯТЬ
ПЛЮС ЗАЧЕМ ЕСТЬ РАЗНОЦВЕТНЫЕ ОВОЩИ

Погнишись!

ВЫПИСЫВАЙТЕ
УЖЕ СЕГОДНЯ
«СВАТЫ НА КУХНЕ»
НА ВЕСЬ 2024 ГОД
С ВЫГОДОЙ ЦЕЛЫХ 25%!
ПОДПИСНЫЕ ИНДЕКСЫ:
П8141 «ПОЧТА РОССИИ»,
04094 «КРЫМ ПОЧТА»
ИЛИ НА САЙТЕ
TOLOKA24.RU

ОСЕНЬ-ПРИПАСИХА

5 ОГУРЦЫ «С ХРУСТОМ»

9 САЛАТ «ГЕНЕРАЛЬСКИЙ»

6 ИКРА «СЕМЕЙНАЯ»

5 ПОМИДОРЫ «ИТАЛЬЯНО»

19 ОПЯТА «ПО-СТАРОРУССКИ»

30 ДЫНЯ В СИРОПЕ

ВРАЧ-ДИЕТОЛОГ О ПРИНЦИПАХ ПРАВИЛЬНОГО ПИТАНИЯ

