

ЛУННЫЙ КАЛЕНДАРЬ ЗАГОТОВОК НА ИЮНЬ-ИЮЛЬ

16+

Сваты На кухне

Телерадиотелерадиотелерадио
№ 6 (116),
ИЮНЬ 2024 Г.

КУЛИНАРНЫЕ СЕКРЕТЫ
УКРАШАЕМ БЛЮДА

ЭКОНОМНОЕ МЕНЮ
ГОТОВИМ БЫСТРО



Белорусская
КУЛАГА

6

рецептов

ДОМАШНЕГО
МОРОЖЕНОГО

На здоровье:

ЗАЧЕМ «СОЛИТЬ»
ОРГАНИЗМ В ЖАРУ?

- НАСТОЙ, КОТОРЫЙ
СПАСЕТ СУСТАВЫ

- 5 СОВЕТОВ,
КАК ВОССТАНОВИТЬ
СЕВШИЙ ГОЛОС

КАРТОШЕЧКА ПОШЛА

С МЯТОЙ ИЛИ
ЛИСИЧКАМИ

ШЕФ-ПОВАР СОВЕТУЕТ

ХЛЕБ БЕЗ ЗАМЕСА

КАК В РЕСТОРАНЕ

ГОТОВИМ
«ЦЕЗАРЬ»

К 100-ЛЕТНЕМУ
ЮБИЛЕЮ САЛАТА

Делаем заготовки –

НАПОЛНЯЕМ
КЛАДОВКИ

ISSN 2312-2145



2 4 0 0 6 >



9 772312 214673

ПОДПИСКА!

ТОЛЬКО С 1 ИЮЛЯ

ПО 31 АВГУСТА 2024 ГОДА МОЖНО

ВЫПИСАТЬ «СВАТЫ НА КУХНЕ»

УЖЕ НА ПЕРВОЕ ПОЛУГОДИЕ

2025 ГОДА ПО ЦЕНАМ

ПРЕДЫДУЩЕГО ПОЛУГОДИЯ!

ПОДПИСНЫЕ ИНДЕКСЫ:

ПО393 «ПОЧТА РОССИИ»,

86231 «КРЫМ ПОЧТА»