***Картофель называют вторым хлебом**, это один из главных продуктов питания растительного происхождения. Цвет мякоти и кожи картофеля бывает разный. Наиболее вкусный картофель белый и розовый. Этот клубнеплод обладает лечебными свойствами, его сок употребляют при язвенной болезни и при головных болях. Широко используется картофельный крахмал. Даже при идеальной выкопке часть клубней получает повреждения. Но картофель «живет» и «залечивает» раны, если его держат после уборки 10 – 15 дней в теплом помещении.*

Песнь о картошке

В одном из своих произведений талантливый писатель и мыслитель Сибири Виктор Астафьев сказал: «Картошке следовало бы поставить памятник, она в суровые годы войны многим и многим людям спасла жизнь». Через это горнило и я прошел и этим самым выражаю солидарность замечательному человеку В. Астафьеву.

Ах, картошка, картошка дорогая моя,
Не могу я, картошка,
день прожить без тебя!
Ах, картошка, картошка,
как же ты хороша,
Кто полюбит картошку,
будет сытым всегда.
Ах, картошка, картошка,
продукт непростой,
Потому что картошка -
это хлеб наш второй.
Ах, картошка, картошка,
хорошо, что ты есть,
Вот уберем урожай, будет зимой,
что нам есть.
Ах, картошка, картошка,
мы одержимы с тобой.
У кого есть картошка,
не страшен кризис любой!

Я. СТАРКОВ,
с. Турка.

ПОЛЬЗА КАРТОФЕЛЯ

ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ одного килограмма картофеля и на самом деле высока: она составляет приблизительно 800-900 килокалорий. А качество картофельного белка, прекрасно сбалансированного по составу аминокислот, сравнимо лишь с белком молока и яиц. Помимо этого клубни картофеля содержат целый набор незаменимых эссенциальных аминокислот, благодаря чему этим уникальным продуктом можно длительное время питаться и не испытывать ни малейшего чувства голода.

ПОМИМО ВЫШЕПЕРЕЧИСЛЕННОГО картошка ещё содержит в своём составе разнообразные микро- и макроэлементы и витамины, а также никотиновую и пантотеновую кислоты. А ещё всем известный крахмал, придающего картофельным клубням особую рассыпчатость: известно ли вам, что именно его используют для выпечки хлеба больным, которые вынуждены соблюдать диету? А ещё картофельный крахмал применяют как основу для присыпок, порошков и таблеток. Так что, хотите вы или нет, а он даже с медикаментами поступает в ваш организм и при этом, заметьте, существенно уменьшает раздражающее воздействие лекарств на желудок, поскольку обладает прекрасным обволакивающим и противовоспалительным действием.

Салат с картофелем и капустой

5 шт. картофеля, 200 г капусты, 1 соленый огурец, 2 ст. ложки масла, 3%-ный уксус, зелень, сахар, соль

Салат с картофелем и капустой в том описании, которое мы опишем считается грузинским блюдом. Картофель отварить, охладить, очистить и нарезать тонкими ломтиками. Белокочанную капусту тонко нашинковать, посыпать солью и перетирать до тех пор, пока не выделится сок. Затем залить ее смесью уксуса, сахара, соли и перемешать. На середину салатника уложить горкой картофель, посыпать его мелко нашинкованным укропом, по обе стороны также горкой уложить капусту, нарезанные кружочками соленые огурцы и все полить растительным маслом. Салат с картофелем и капустой идеально подойдет к жаренному мясу.

КУПИ МИНИТРАКТОР - ПЛУГ В ПОДАРОК
Тел.
8-9025-638-028.

Поздравляем!

Кикинское школьное лесничество «Лесная сказка» поздравляет СЕРЁДКИНА Александра Дмитриевича, РАК Виктора Ильича и всех лесников с профессиональным праздником!

Поздравляем работников леса,
Со святым и особенным днем,
Вашу преданность благославляем,
Вам хвалебную песню поем.
Пусть даруют леса вам здоровье,
Пусть родные любовь вам дарят,
С этим счастьем и с этой любовью
Будет мир необъятный богат!

Дорогого дядю НЕДОЛИВКО Михаила Васильевича поздравляем с 60-летним юбилеем!

Наши годы птицами летят,
След неистребимый оставляя.
Вот тебе уже и шестьдесят,
От души тебя мы поздравляем.
Пусть тебя на всех путях твоих
Охраняет свет родного дома.
Радует внимание родных,
Уваженье близких и знакомых.
И, наверно, нет дороже слов,
Чем слова любви в минуты эти:
Будь всегда удачлив и здоров,
До ста лет живи на белом свете!

Белугина Людмила, Батурины Николай, Светлана и Григорьевы Николай, Елена.

Поздравляем с 60-летием НЕДОЛИВКО Михаила Васильевича!

Пусть светлым будет каждый час,
Прекрасным каждое мгновенье,
От всей души прими от нас
Слова любви в свой день рожденья.
Желаем вечно быть здоровым,
Душою молодым всегда,
А в жизни чтобы счетчик новый
Назад отсчитывал года,
Пусть обойдет тебя ненастье,
И осень мчится стороной,
Чтобы любое время года
Звенело для тебя весной.

Жена, дети, внуки.

Поздравляем с юбилеем НЕДОЛИВКО Михаила Васильевича!

Эта круглая в жизни дата -
ваш торжественный юбилей.
Значит, много от жизни взято,
ещё больше отдано ей.
Счастья Вам земного, радости,
чтоб не счесть,
И здоровья желаем много,
не терялось бы то, что есть!

Коллектив Прибайкальского РС ОСТО.

Дорогих САХАРОВА Юрия и РЯБОВУ Татьяну поздравляем с Днем бракосочетания!

Пусть этот день будет главным днем в вашей новой жизни! Пусть в вашем доме будет гармония, искренность и нежность, что является залогом семейного счастья. Желаем вам мира и согласия. Берегите вашу любовь!

С любовью семьи Сахаровых и Перовых.

Дорогого любимого сына, мужа и отца СИДОРЕНКО Николая Васильевича поздравляем с 55-летним юбилеем!

Милый, дорогой наш человек!
Самый близкий, самый драгоценный,
От семьи своей прими привет
В этот юбилейный день рожденья!
Ты прими поклон за доброту,
За сиянье глаз волшебным светом,
За твою, как солнце, теплоту,
Теплотою мы твоей согреты.

Мама, жена, сын.

Коллектив страховой группы МСК поздравляет консультанта п. Ильинка ЛЯНКА Галину Иннокентьевну с юбилейным днем рождения!

Пусть солнца луч растопит все невзгоды,
И хоть на миг забудутся дела,
Желаем от души безоблачной погоды,
Здоровья, счастья и семейного тепла.

Прибайкальский Совет ветеранов органов внутренних дел и внутренних войск МВД поздравляет с юбилеем ветерана, полковника милиции в отставке, заслуженного работника правоохранительных органов Бурятии АНТОНОВА Евгения Николаевича. Желаем счастья, здоровья, творческих успехов!

60 - немало, 60 - немного,
В 60 открыта к мудрости дорога.
Не беда, что мелькают года,
И волосы от времени седеют.
Была бы молодой душа,
А души молодые не стареют!

Поздравляю свою подругу Галину Артёмовну БУРДУКОВСКУЮ с юбилейным днём рождения!

80 лет – хороший срок,
И нет причин печалиться,
Пусть 20 лет ещё пройдёт
Не нужно только стариться.
Желаю чаще улыбаться,
По пустякам не огорчаться,
Не падать духом, не болеть,
А, в общем, жить и не стареть.
Пусть надежда всегда будет другом,
Надо в лучшее верить и жить!

Г.Н. Перминова, с. Иркилик.

Поздравляем с 60-летним юбилеем дорогого Михаила Васильевича НЕДОЛИВКО! Желаем крепкого здоровья, счастья, семейного благополучия!

С юбилеем Вас сегодня поздравляя,
Мы пожелать хотим Вам от души
Чтоб много лет еще прожить не уставая,
Чтоб эти годы были хороши.
Желаем множества удач,
Желаем молодости вечной,
Пусть все исполнятся мечты
И счастье будет бесконечным!

Семья Крашенинниковых: Юрий, Светлана, Танюша.

SMS-штурм

ПРИЗНАНИЯ

- Даша П., я тебя очень сильно люблю! Ты самая красивая, ласковая и добрая. Твой Я.
- Сережа Т., я тебя очень люблю и хочу с тобой дружить. Знакомая.
- Сереженька Ч., я хочу, чтобы ты знал, как сильно я тебя люблю. Ты самый родной, человечек мой. Вечно твоя Катя.
- Х. Андрей и К. Ксюша, вы самая красивая пара, вы просто супер!
- Максим, я люблю тебя! Этот стих для тебя: «Сколько звездочек на небе, сколько камушек на дне, столько сладких поцелуев посылаю я тебе!» Я жду тебя из армии, приходи побыстрей, я не могу без тебя! Вера П.
- Витя А., ты мне очень дорог, ты замечательный! Поклонница.
- Милый мой Ромашечка! Никто и никогда не поймет и не ощутит в полной мере мои чувства к тебе. Никто и никогда не поймет, как сильно я люблю тебя. А все это потому, что никто более на Земле не одарен таким счастьем любить до безумия, до абсурда, полностью отдаваясь человеку, ничего не требуя взамен, кроме любви. Просто я хочу сделать тебя счастливым. Я люблю тебя каждую минуту, час, день!
- Оля из 11 «А» гимназии, ты мне очень понравилась, как только я тебя увидел в первый раз. Жаль, что не замечаешь. Я теперь тоже учусь в гимназии. Посмотри по сторонам.
- Виталя Б., я тебя люблю. Твоя поклонница.
- Наташа Ё., ты мне очень нравишься, и я думаю, ты это заметила, ведь теперь мы учимся в одной школе. Ты меня знаешь!
- Павлушка, солнышко мое! Пусть все знают, что я тебя люблю. Мне никто не запретит любить тебя. Твоя Я.
- Мамочка, любимая, родная, твоей любовью свято дорожу. Ты меня воспитала, понимала, за все тебе спасибо говорю. Ты дала мне счастливое детство, подарила мне ласку, любовь. Ты в дорогу меня проводила и сказала: «Будь счастлива, дочь!» Гатаулиной Л.П. от дочери Александры, г. Находка.

МНЕНИЯ

- Татауровская братва лучшая!
- Девчонки из Нестерово самые лучшие. Особенно Полина, Настя, Света, Люба. Знакомые незнакомцы.

ПРИВЕТЫ

- Респект тем, кто любит бокс!
- Передаю привет своему братишке Вите Потапову. Сестра Вера П.
- Передаем привет парням с Таежки, вы все прикольные, мы вас любим! Девчонки с Таежки.
- Передаем привет своим любимым братьям, Кондратьевым Алексею и Леониду. Мы вас любим, желаем вам счастья и любви! Ваши сестры Галинка, Верунчик, Любчик, с. Турунтаево.
- Передаю привет мамуле и папуле. Я вас люблю и желаю крепкого здоровья, ваша дочь Галя П.
- Передаю привет мамуле и папуле. Я вас люблю и желаю крепкого здоровья, ваша дочь Вера П.
- Передаю привет своей любимой сестренке Галинке, желаю тебе счастья, любви и отличной учебы. Пусть тебе встретится достойный парень. Твоя сестра Вера.
- Передаю огромный привет 11 «А» классу гимназии. Удачи вам!
- Передаю огромный привет 10 «А» классу гимназии. Зая.

ВОПРОСЫ

- Девчонки, которые в конце лета сидели на рынке, Марина и Наташа, а вы прикольные. Кто с этим еще согласен? Знакомый незнакомец.
- Олеся П., с кем ты хочешь быть?
- Мне нравится Полина Н. из Нестерова, но она этого не замечает. Что делать?
- Люди, скажите, что делать, если рассталась с парнем? Полиночка.

РАЗНОЕ

- Очень хочется сказать огромное спасибо за нашу площадь в с. Турунтаево! Стало намного лучше, но все-же не хватает лавочек, где можно посидеть и пообщаться с друзьями. Вот и приходится сидеть на рынке да на остановке. И все же спасибо за площадь. Касандра.
- Ну, вот у меня все отлично!!!
- Отдам рыженького котенка (мальчик) в хорошие руки. Тел. 89503891821,41-0-79.

ПЕРЛЫ

- Дни моего календаря, как листья под ногами моими, такими же были босыми, и все это было не зря. А в небе сентября плывут свинцовые тучи, и с ними уходит из мира ливнем плохого вчерашняя рябь. Бельков Е.

ПРОСЬБА

- Людмила Ивановна Марченко, не сердитесь на нас, мы Вас очень любим!!! Ваш 11 «а».
- Тетя Марина и дядя Саша Петровы, простите меня, я очень виновата и мне стыдно перед вами.
- Давайте делать больше спортивных соревнований! с. Нестерово.

СОВЕТ

- Забудь Артема раз и навсегда. Если б ты была нужна ему, он был бы с тобой. Но у него другая, значит ему нужна она! Не забывай: насильно мил не будешь!

ОТВЕТЫ

- Отвечаю на вопрос кто такая М@ришк@. Это Марина Алексеева.
- Артем сам выберет, кто ему нужен.

ЖДЁМ ВАШИХ SMS-ок! +79149831796
К сведению, SMS-сообщения с поздравлениями не принимаются. Все поздравления платные.

ПРИБАЙКАЛЕЦ

Главный редактор ГОРБУНОВА Елена Дмитриевна

УЧРЕДИТЕЛЬ: Представительный орган местного самоуправления «Прибайкальский районный совет депутатов»

ИНДЕКС издания 50932

Газета зарегистрирована Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Республике Бурятия. Свидетельство о регистрации ПИ № ТУ03-00075.

Вёрстка и дизайн: Елисеев П.Н.
Корректура: Очирова С.И.

НАШ АДРЕС: 671260, Прибайкальский район, с. Турунтаево, ул. Ленина, 94.
E-mail: prib_07@mail.ru
Редактор: 51-5-36 (факс)
Отдел писем: 41-6-50
Бухгалтерия: 41-6-50

Газета набрана и свёрстана в компьютерном отделе редакции газеты «Прибайкалец». Отпечатана в типографии «Нова Принт»: г. Улан-Удэ, пр. Автомобилистов, 15 а. Тел: 212-220.

Формат А3. Тираж: 2450. Заказ: 36
Подписано в печать по графику: 10.00 час., 16.09.10.

За достоверность фактов несут ответственность авторы публикаций. Мнение редакции не всегда совпадает с мнением автора. Рукописи не рецензируются и не возвращаются. Материалы, помеченные *, публикуются на платной основе. Справки по объявлениям – у рекламодателя.