

145 лет



Корпоративная газета
ОАО «Красный пищевик»
Основана в июле 2014 года
Выпускается ежеквартально

СЛАДКОЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ

Новинки и best sellers «Красного пищевода»

с. 3-4



ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ

Маркетинг гарантирует успех!

Гость рубрики – отдел маркетинга

с. 5

ЭТО ЗДОРОВО!

То, что Айболит прописал

с. 6



Zefir NEWS

Всенародное признание



Заслужить народное доверие непросто. Его не купишь, как колбасу в магазине. Именно поэтому предприятиям страны вдвойне почетно получить столь высокую оценку их продукции от самого честного жюри – белорусского потребителя. Компания «Красный пищевик» вот уже второй раз подряд становится победителем ежегодной общенациональной Премии потребительского признания «Народная Марка Беларуси» в номинации «Зефир».

Лучшие бренды определялись путем открытого народного голосования в печатных СМИ и в сети Интернет. Для того чтобы отдать свой голос любимой марке, достаточно было заполнить анкету. К слову, варианты ответов не предлагались, чтобы результаты были более достоверными.

Почетный титул «Народная Марка» присуждался предприятиям и брендам, которые набрали более 15% от общего количества проголосовавших. Результаты показали, что большинство белорусов выбирают белорусские бренды.

Алена Устинович, продюсер Премии «Народная Марка», член Совета Ассоциации Рекламных Организаций Беларуси, директор РА «Белая Карона»:

«Премия положила начало своего рода объединению лидеров рынка, заслуживших всенародное признание. Приятно осознавать тот факт, что большинством победителей заслуженно стали белорусские предприятия, что свидетельствует о растущем самосознании по отношению к отечественным товарам. Совсем скоро символ «Народной Марки» – своеобразный знак качества и доверия потребителей – появится на упаковках любимых белорусами товаров».

Высокую награду потребительских предпочтений белорусов получили 47 брендов, работающих на рынке товаров и услуг страны.

Zefir by

АКТУАЛЬНО

Вступая в год 145-летия



Вступил в свои права и стремительно полетел вперед год 2015-й! Расслабиться не получится. Если для страны в целом он особо ответственный как год выборов Президента страны, то для коллектива «Красный пищевик» – ответственный вдвойне: ведь это еще и год 145-летия предприятия. И дело чести отметить его трудовыми успехами. Дата не круглая, но почтенность возраста «Красного пищевода», а также доброй сотни ветеранов труда, глав семейных династий предприятия обязывает нас быть на высоте.

Между первыми десятилетиями основания предприятия и днем сегодняшним, как говорил известный киногерой Курочкин, «дистанция огромного размера». Сегодня не покупатель думает, как купить, а производитель – как продать. И реализацией занимается не меньше служб, чем производством – маркетологи, менеджеры, сбытовики, логисты, специалисты по франчайзингу. Прежней осталась лишь базовая рецептура продукта, основанная на натуральном пектине, да бережно передаваемое от матери к дочери таинство изготовления бело-розовой сладости – зефира.

Курсовые пляски отрезвили головы многих бизнесменов и к нам потянулись те, кто работал с импортом, ввозил порой неоправданно дорогие и менее полезные кондитерские изделия. Сегодня они готовы реформировать направление своего бизнеса, перепрофилировать свои магазины. Удивляются, как об этом не подумали раньше – ведь продукция «Красного пищевода» любима и желанна у покупателей всех возрастов и категорий.

Развитие большой сети собственных фирменных магазинов в силу того, что продукция наша недорогая, невыгодно, имеет долгую окупаемость. Ведь не станешь наводнять страну киосками, а фирменный – значит исключительный не только своим ассортиментом, но и интерьером, уровнем обслуживания. Потому ищем недорогие арендные площади, а также поддерживаем инициативу предпринимателей из регионов. Недавно такая инициатива поступила из Бреста.

Ударными продажи могут быть, безусловно, у крупного оптовика, такого, например, как «Евроторг» или сеть гипермаркетов «Корона», «Простор», «Бигс». Весь мир идет по пути сетевых продаж. Дистрибьюторы не стремятся к специализации на отдельных товарных категориях и производителях, а поддерживают товарную линейку. С одной стороны, нам, монополистам, это создает проблему, но с другой – это дополнительные возможности входа на новые рынки – пусть и не в качестве локомотива, но быть одним вагоном в этом составе – уже успех.

(Продолжение на стр. 2)

НОВЫЙ ВКУС

Компания «Красный пищевик» знает, как поднять настроение и пробудить от зимней спячки, причем сделать это быстро, вкусно, а главное – полезно! Предприятие не перестает баловать своих поклонников новинками, попробовав которые однажды, будет сложно устоять.

В начале 2015 года известный бренд запускает в производство еще одну новую линейку мармеладов с добавлением натуральных концентрированных соков. На сладком подиуме для начала появятся сразу 8 наименований мармеладов. На народный суд будут представлены самые популярные вкусы: апельсиновый, лимонный, клубничный, вишневый, мультифруктовый, ананасовый, яблочный и малиновый.

(Продолжение на стр. 2)

Сдаться сладостям



АКТУАЛЬНО

(Продолжение. Начало на стр. 1)

Главный критерий – качество продукта, как ни странно, отходит на второй план. Тенденция временная. В основе востребованности два критерия: цена и известность бренда. Как думаете: и над чем нам работать? Разумеется, над качеством! Будем заботиться о нашем потребителе. Будем работать для него.

Но игнорировать такие категории, как бренд, упаковка, новые вкусы, было бы большой ошибкой. «Красный пищевик» работает по каждому из этих направлений. Падает рынок весового товара. Мы приобретаем новое фасовочное оборудование. В начале года запустим линии по производству казинак и мармелада. В планах на 2016 год установ-

ка новой глазированной шоколадной линии. И халва будет в шоколаде!

Продолжим ремонтные работы производственных корпусов, подсобных помещений. Сегодня каждое производство имеет свой склад. Машины иногда до суток стоят под погрузкой. С 4-5 точек грузятся. Это влияет на условия и сроки хранения продукта, скорость его доставки потребителю. В 2015 году «Красный пищевик» введет новый современный логистический центр, что значительно приблизит нас к покупателю.

Наши будущие успехи рождаются в лабораториях технологов. Недавно дегустировали казинаки – они на все вкусы! Новый мармелад с высоким

содержанием сока – тоже новинка. Мы – уникальное предприятие: работаем с яблочным пюре собственного производства. Для любого производителя не проблема установить линию по изготовлению, например, мармелада. Но позволить себе до 40% содержания яблочного пюре в рецептуре лакомства может только «Красный пищевик».

Исходя из маркетинговых исследований разработана новинка – «Чайная коллекция мармелада». Это настоящий фитнес-продукт! Коллекция будет включать в себя несколько вкусов, таких как зеленый чай с мятой, зеленый чай с лимоном, и другие, которые станут приятным сюрпризом для наших потребителей. Готовим к выпуску низкокалорийный зефир, снизив содержа-

ние сахара до 30%. И вкусное станет еще полезней!

В год 145-летия, думая о чествовании ветеранов труда, мы открыли, что среди них много долгожителей – людей глубоко преклонного возраста. Все они любят зефир! Это ли не лучшая реклама нашей продукции! Они во главе больших трудовых династий. И уже четвертое поколение – их правнуки пришли на производство. Такому коллективу, такой продукции можно доверять. Мы следуем традициям, которым исполняется 145 лет! И будем держать марку любимых всеми лакомств и традиционных вкусов, знакомых старшему поколению с детства, и радовать их новыми.

Теперь вопрос о цене. О доступности нашей продукции, наших лакомств потребителю. Глава государства А.Г. Лукашенко, требуя эффективности работы предприятий кондитерской отрасли Беларуси, осенью прошлого года напутствовал: «Вы должны получать сырье по минимальной цене, сокращать себестоимость продукции и больше получать от продаж. Другой схемы в мире не придумали. Именно с этих позиций мы будем смотреть на вашу работу».

С таким настроем трудовой коллектив одного из старейших предприятий страны и вступает в свой юбилейный 145-й год.

Сергей Анюховский,
директор ОАО «Красный пищевик»

НОВЫЙ ВКУС

(Продолжение. Начало на стр. 1)

В состав мармеладов входит натуральный концентрированный сок из фруктов. В пересчете на натуральный – от 2 до 3 процентов фруктового сока. Все виды мармеладов, фасованные по 300 грамм, будут выпускаться глянцево-натуральными, т.е. не обсыпанными сахаром.

В рецептуре продукции содержится пектин – эффективное средство для повышения сопротивляемости организма к неблагоприятным экологическим факторам. Он также выводит токсичные вещества, ионы тяжелых металлов и радионуклиды. Учитывая,

что экологическая обстановка во всем мире продолжает ухудшаться, мы должны обязательно включить в свой рацион питания продукты, содержащие пектин. Рекомендуемое суточное потребление пектиновых веществ в рационе взрослого человека составляет 5-6 грамм.

«Сочная» упаковка нового мармелада выглядит аппетитно. Так что детские ручки к нему потянутся уже совсем скоро. Да и у каждого из нас в жизни хватает моментов, которые не мешало бы «подсластить».

Лакомство королей и епископов

У самого древнего варенья не было названия. Греки окрестили его melimelon – «медовое яблоко». В португальском языке это дало слово marmelo, отсюда и «мармелад». Изначально его варили только из айвы. После открытия Америки португальские и испанские моряки стали поставлять в Европу тростниковый сахар. И тот перестал быть дорогим удовольствием, которое подавали исключительно на королевские и епископские столы, да и то в виде украшений – сахарных фигур. Дешевый мармелад пошел гулять по всей Европе. И постепенно происхождение слова позабылось. Ведь со временем кроме айвы начали консервировать и другие фрукты, растения и даже цветы.

Английская легенда ошибочно уверяет, что это название идет от madame est malade, то есть «госпожа больна». Якобы личный врач лечил мармеладом из айвы королеву Марию Стюарт, которая, возвращаясь из Франции, страдала морской болезнью. Хотя по директиве Европейского сообщества 1979 года мармеладом и вовсе имел право называться только десерт из... цитрусовых.

После того как португальцы однажды подарили апельсиновый мармелад одному из Тюдоров, это варенье влюбило в себя всю Великобританию. Вскоре там родился национальный вид варенья – джем. Вот как объясняет происхождение

апельсинового джема английская легенда: некий Джеймс Кейлер и его жена Джанет, которые в шотландском Данди держали лавку, в 1797 году купили целое судно дешевых и горьких севильских апельсинов. Бережливая и сообразительная хозяйка миссис Джанет не растерялась и сварила из них изумительное варенье.

Также существует версия, что первый мармелад в Европе появился в XIV веке, и пришел он с востока. Считается, что его древнейший предок – рахат-лукум, который еще с библейских времен варили из меда, крахмала, фруктов и розовой воды.

Кладовая витаминов

Новый мармелад с соком от «Красного пищевода» – это не только сладкое удовольствие, но и заряд витаминов на каждый день!

Апельсиновый сок содержит витамины А, С, В, Д, а также кальций, калий, железо, медь и другие полезные микроэлементы. Он улучшает работу кишечника, эффективен против авитаминоза, атеросклероза и заболеваний печени.

Лимонный сок славится своими антиоксидантными качествами. Он помогает пищеварению, борется с онкологией, заживляет раны, предотвращает сердечную недостаточность, способствует усвоению кальция.



Употребление **клубничного сока** приводит в норму пищеварение и обмен веществ, снижает нагрузку на печень и желчный пузырь, стимулирует деятельность щитовидной железы, питает нервные и мозговые клетки, способствует формированию состава крови и костей, поддерживает половую функцию.



По уровню антиоксидантов малина превосходит большинство плодовых культур, включая чернику, бруснику и голубику. В **малиновом соке** достаточно много витамина А, который предохраняет от сердечно-сосудистых заболеваний, старения и рака; витамина РР, избавляющего от усталости, бессонницы; витамина Е – главного компонента омолаживающих кремов для лица.



Вишневый сок обладает множеством целебных свойств: развивает память, улучшает аппетит, понижает уровень холестерина в крови, полезен при лихорадочных состояниях, атеросклерозе, заболеваниях нервной системы.



Ананасовый сок содержит практически все витамины и микроэлементы. В нем много ценного бета-каротина, витамина А, С, группы В и РР. Польза соков из ананаса кроется в наличии бромелайна – особого ферментного комплекса, который улучшает пищеварение и сжигает жиры.



Яблочный сок полезен при болезнях печени, мочевого пузыря, почек, мочекаменной болезни и атеросклерозе. Яблочный сок с мякотью содержит пектин, который нормализует работу кишечника.



Популярность **мультифруктового сока** связана не только с его экзотическим вкусом, но и с многочисленными полезными свойствами. Он собрал в себе всю пользу фруктов.



Новинки от «Красного Пищевика»

Мармелад с натуральным соком

- «Апельсиновый»
- «Лимонный»
- «Вишневый»
- «Клубничный»
- «Мультифруктовый»
- «Ананасовый»
- «Яблочный»
- «Малиновый»



300 г



100 г

Жевательный мармелад

МАРМЕЛАД

feel fruit

100 г

Ассорти

Bonmelade

Мармелад Bonmelade

- «Апельсиновые и лимонные дольки»
- «Яблочные дольки»
- «Виноградные дольки»
- «Улиточка»
- «Юность»
- «Трехслойный»



205 г

265 г

260 г

240 г



250 г

125 г



Зефир Lefirelle

- Lefirelle бело-розовый
- Lefirelle ванильный
- Lefirelle со вкусом сливок
- Lefirelle со вкусом орехового крема
- Lefirelle со вкусом капучино
- Lefirelle со вкусом амаретто
- Lefirelle со вкусом пломбира

Confemillio



290 г

160 г

240 г

330 г

Конфеты Confemillio

- «Нежное ванильное суфле»
- «Нежное банановое суфле»
- «Нежное двухслойное желе»
- «Нежное летнее желе»


СЛАДКОЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ

Best sellers «Красного пищевика»



250 г

Зефир «Ванильный»



250 г

Зефир «Бело-розовый»



210 г

Мармелад «Железный формовой»



60 г

Халва «Сахарная»
Халва «С миндалем»
Халва «С кешью»

60 г

Халва «В шоколаде»



60 г

Халва «С кокосом»
Халва «Орешек»
Халва «Ванильный аромат»

240 г

Халва «Орешек»
Халва «Сахарная»
Халва «Ванильный аромат»

Конфеты «Молочные забавы»



Конфеты «Молочные забавы» вареная сгущенка
Конфеты «Молочные забавы» крем-брюле
Конфеты «Молочные забавы» сливочные
Конфеты «Молочные забавы» со вкусом апельсина
Конфеты «Молочные забавы» со вкусом винограда
Конфеты «Молочные забавы» со вкусом дыни
Конфеты «Молочные забавы» со вкусом черной смородины



Конфеты «Фруктовые забавы»

Конфеты «Фруктовые забавы» ледяное яблоко
Конфеты «Фруктовые забавы» теплая вишня

506 г

Набор зефира «Бобруйский талисман»



500 г

Набор зефира «Красный пищевик»



365 г

Набор зефира «Благодарю»



650 г

Набор зефира «Бобруйский сувенир»



250 г

Зефир «Ванильный в шоколаде»



250 г

Зефир «Грибы зефирные»

Представительство компании в России:

ООО «Красный Пищевик»

192241, РФ, г. Санкт-Петербург, пр-т Александровской фермы, д. 29, лит АЛ
Тел./факс: + 7 (812) 717 07 67, e-mail: zefirkp@mail.ru

ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ

Маркетинг гарантирует успех!



Елена Курмаз, начальник отдела маркетинга:

Каждый гуру дает свое определение маркетинга. Все по-своему правы. Мое мнение, что маркетинг – это сплав наук: психологии, экономики и дизайна.

Профессиональный маркетолог никогда не сможет сидеть на месте без дела. Он – как акула в клетке, которая без движения, без промывки жабр, умирает.

Маркетинг – любовь, а в состоянии любви можно достичь невероятных успехов, ведь это энергия, которая позволяет двигаться вперед.

Тел.: + 375 (33) 361 46 95



Яна Демидова, специалист по брендингу:

«Красный пищевик» – это бренд не только известной белорусской продукции, но и в определенной степени бренд кондитерской отрасли страны!

Денис Белянцев, заместитель начальника отдела маркетинга:

Маркетолог – мотор любого предприятия. Ты всегда в движении: поиске новых идей, новых контактов, новых рынков.

**Тел.: +375 (44) 712 34 66,
+375 (29) 862 89 61**



**Контакты отдела маркетинга
ОАО «Красный пищевик»:
Тел.: +375 (225) 48 27 34,
+375 (225) 48 22 66
E-mail: market@zefir.by**

Ирина Баталова, специалист по рекламе отдела маркетинга:

Маркетинг – это образ жизни! Ты любишь дело, которому служишь, любишь продукцию предприятия, постоянно живешь идеями ее усовершенствования, любишь тех, для кого работает коллектив «Красного пищевода» – нашего потребителя! Именно доверие покупателей и собственная убежденность в пользе продукта обеспечивают высокий результат любой рекламной кампании!



Анна Гацко, начальник бюро франчайзинга:

Франчайзинг – комбинация большого и малого бизнеса, союз энергии, обязательств отдельного предпринимателя, с одной стороны, и ресурсов, коммерческой мощи, огромного опыта большой компании – с другой. Это надежный способ распространения бизнеса! Благодаря успешной отработанной модели можно с нуля организовать свое дело и быстро преуспеть: мы поможем настроить и нажать кнопку «пуск» вашего успеха с продукцией «Красного пищевода»!

Тел.: +375 (29) 747 16 07



Александр Манько, ведущий специалист по франчайзингу:

Мы берем на себя обязательство обеспечить успех Вашего бизнеса! Наши гарантии – полувековой опыт компании-лидера пищевой промышленности, широкие ресурсы и высокое качество продукта, который давно всеми любим.

Zefir NEWS

Ценности, основанные на верности

К юбилейному году флагман кондитерской отрасли страны провел подготовку по всем фронтам. Модернизация оборудования, расширение ассортимента, ввод новых торговых марок, разработка современной упаковки и ребрендинг фирменного стиля – основные этапы маркетинговой стратегии, направленной на усиление бренда компании. В основе новой философии ОАО «Красный пищевик» – позиции лидерства, золотые «советские» стандарты качества, натуральное и полезное для здоровья сырье, доступность продукции для каждого покупателя.

ЛОГОТИПЫ: ДО И ПОСЛЕ



С начала 2015 года вся ассортиментная линейка продукции «Красного пищевода» выпускается под новым логотипом. Все новое – хорошо забытое старое! Советские реминисценции в фирменном стиле и логотипе являются выражением верности традициям и золотым стандартам качества того времени.

100% выпускаемой продукции сертифицированы в национальной системе сертификации Республики Беларусь и 98% – в системе сертификации Госстандарта России. Продукция «Красного пищевода» изготавливается по классическим технологиям с использованием натурального сырья и является безопасной и полезной для здоровья. Ручная выкладка позволяет исключить из партии сладости ненадлежащего вида, а тщательный контроль – мгновенно и чутко реагировать на любые изменения и вносить необходимые корректировки.

«Красный пищевик» остается верным рецептурам советского времени и продолжает делать натуральные сладости, обладающие уникальными вкусовыми качествами, пищевой и биологической ценностью, в том числе на основе компонентов, повышающих сопротивляе-

мость организма неблагоприятным экологическим факторам.

«Новое позиционирование компании основано на лидерстве», – подчеркнула начальник отдела маркетинга ОАО «Красный пищевик» Елена Курмаз. – «Мы – лидеры, так как занимаем главную позицию по производству пастило-мармеладных изделий в Беларуси. Мы – эксперты, так как благодаря 145-летней истории и огромному накопленному практическому опыту предприятие является экспертом № 1 в производстве кондитерских изделий на рынке. За нами – вековые традиции производства, ведь история старейшего предприятия кондитерской промышленности Республики Беларусь берет начало с 1870 года».

В 145-й год своей истории «Красный пищевик» выходит на новый уровень коммуникации с потребителем. Под пристальным вниманием – доступность продукции. Сохраняя высокое качество, учитывая вкусовые предпочтения потребителей всех возрастов, «Красный пищевик» стремится выпускать продукцию, максимально доступную по цене, чтобы каждый мог покупать полезные и натуральные сладости.

ИСТОРИЯ В 145 ЛЕТ

От ручного труда к машинному

История «Красного пищевода» начинается свой отсчет с 1870 года. Именно в этом году, согласно данным Бобруйского государственного архива, в городе был основан дрожжевой завод, которым владел купец Х. Гайцин.

Здание завода было деревянным, а труд – ручным. Первоначально на нем работало 10 человек, получая зарплату 8-10 руб. в месяц. Рабочий день длился от 18 до 20 часов в сутки. Основной трудовой состав проживал здесь же, в общей казарме на территории завода.

В год завод производил 100 пудов дрожжевого затора (25% ржи, 10% гречихи, 25% сухого солода, 10% овса, 30% кукурузы). С одного пуда сухих припасов, употребляемых на варку заторов, получали от 3,5 до 4 фунтов чистых дрожжей, учитывая, что в то

время к чистым дрожжам прибавляли 100% крахмала. Сырье поставляли местные помещики.

В 1886 году завод продан купцу Зусману Мовшевичу Рабиновичу за 11 тыс. рублей. При нем предприятие стало одним из самых прибыльных в Минской губернии. Основными направлениями производства были дрожжевое, винокурное, солодовое и крупяное. В год вырабатывалось сухих дрожжей, спирта и солода на сумму более 50 тыс. рублей. В 1893 году завод был переоборудован, в результате выпуск сухих дрожжей увеличился до 9 фунтов. Штат рабочих составил 50 человек.

В 1895 году завод переходит во владение помещиков Незабитовского и Паклевского. Они построили новое кирпичное здание, куда в 1897 году переместилось производство, установили новые паровые котлы и машины. Ручной труд заменил машинный. Количество рабочих увеличилось до 60 человек. Увеличилась и производительность: в сутки на заводе варили два затора по 110 пудов с выходом от 9 до 11 фунтов дрожжей. Средняя заработная плата рабочего составляла от 10 до 15 руб., рабочий день длился от 12 до 14 часов в сутки. Продукция завода отправлялась в Москву, Петербург и Украину.



В 1870 году в Бобруйске было построено только 3 кирпичных дома, из них только 3 кирпичных. В 1873 году через город прошла Либаво-Роменская железная дорога, активно работала пристань на Березине – это содействовало увеличению торговли и строительству фабрик.

 ЭТО ЗДОРОВО!

Сладко жить не запретишь

Одной из самых полезных диет в мире считается средиземноморская. Если представить ее в виде пирамиды, то на самом ее вершине находятся так всеми любимые сладости. Они, конечно, не столь важны в рационе, как, допустим, продукты, которые являются основными источниками белка. Однако глюкоза – единственный источник питания для клеток мозга в силу биохимических процессов, происходящих в человеческом организме. Другое дело, что во всем нужно знать меру. Ничего страшного не случится, если следить за количеством потребляемого сахара. Чем полезны зефир и мармелад, рассказала главный внештатный диетолог Министерства здравоохранения Беларуси Марина Попова.



– Есть ли польза от зефира, мармелада, пастилы?

– Зефир, мармелад полезны, потому что содержащийся в них пектин – это природный натуральный компонент.

Он получается в результате обработки жмыха – продукции, которая осталась после выжимания сока из фруктов или при приготовлении определенных овощных консервов. Пектин представлен в природе в овощах и фруктах в виде двух компонентов: растворимого и нерастворимого. Он является основой для приготовления многих кондитерских изделий. Пектин сам по себе сложный углевод, который в организме способствует правильной перистальтике кишечника. Он не усваивается организмом, а так и выводится в неиспользованном виде. Но в то же время служит источником и основой для роста полезных микроорганизмов, которые находятся в кишечнике. Поэтому употребление таких продуктов в разумных дозах приносит только пользу. Две штуки зефира или мармелада уж точно не навредят.

– Но в них ведь тоже содержится сахар...

– В них, конечно же, есть сахар. Но сегодня все производители заинтересованы в том, чтобы выпускать качественный продукт. И количество сахара в этих кондитерских изделиях – согласно рецептуре. Все дело в общем

количестве зефира, который съедает человек. Хочу сказать, что белорусская продукция достигла высокого уровня качества. Так, компания «Красный пищевик», можно сказать, «монополист» в хорошем смысле этого слова, по качеству и ассортименту. Предприятие работает только на натуральном пектине. Продукция очень достойная!

На заметку

В зависимости от возраста, ритма жизни количество потребляемых углеводов может колебаться от 30 до 50 граммов в сутки – это порядка 5 чайных ложек сахара.



То, что Айболит прописал

Не проходит и дня, чтобы дети не попросили у родителей что-нибудь сладкое. Всякий раз они смотрят с надеждой и ждут, когда из волшебного кармана мамы или папы появится большая «конфета» в блестящей обертке. И хотя взрослые понимают, что это прямая дорога к стоматологу, не перестают меньше баловать свое чадо. А вот чем можно порадовать ребенка, чтобы это было вкусно и полезно, поделилась врач-кардиолог, научный сотрудник лаборатории хирургии сердца, кандидат медицинских наук Инга Маркова.

Родителям следует взять на вооружение зефир. Его умеренное употребление поддерживает в норме пищеварение у детей. Наслаждаться воздушным лакомством стоит в первой половине дня, когда обмен веществ наиболее активен.

Институт питания особенно рекомендует включить зефир в рацион питания школьников. Это позволит ребятам легче справляться с интенсивными ум-

ственными нагрузками. К тому же белок, входящий в состав зефира, очень быстро усваивается и помогает мгновенно утолить чувство голода.

Также зефир содержит кальций, фосфор, железо. Эти микроэлементы необходимы как растущему, так и стареющему организму для поддержания здоровья. При регулярном употреблении зефира повышается иммунитет. Сладость способствует обновлению клеток и поднятию общего тонуса.

На заметку

Из-за наличия пектина пастило-мармеладные изделия являются одними из немногих сладостей, которые разрешены в диете кормящих мам. Только стоит отдавать предпочтение продукции с высоким содержанием яблочного пектина, поскольку она наиболее натуральная и гипоаллергенная. Железо, входящее в состав яблочка, благотворно влияет на состав крови и повышает гемоглобин.



Газета «Zefir.by»

Учредитель: ОАО «Красный пищевик». Адрес: 213805, г. Бобруйск, ул. Бахарова, 145. Тел. + 375 (225) 48 27 34, e-mail: market@zefir.by
Издатель: ОДО «Беловагрупп». Адрес: 220034, г. Минск, ул. Чапаева, 3, каб. 229. Тел. +375 29 758 06 17, e-mail: belovagroup@yandex.ru

 ГУРМАН

Творожный мусс с зефиром

Ингредиенты:

Творог – 250 г
Сметана – 150 г
Зефир «Ванильный» – 3 шт.
Драже «Популярное» – для украшения

Приготовление:

1. Взбить сметану и добавить к ней раскрошенный творог и порезанный на кусочки зефир. Перемешать.
2. Измельчить блендером все ингредиенты в однородную массу, а затем взбить венчиком миксера. Желательно взбивать в 3 захода, каждый раз охлаждая десерт в холодильнике около 30 минут.
3. Разложить мусс в креманки. Украсить шоколадным драже «Популярное».



Мусс – отличное самостоятельное блюдо, который также может быть использован в составе фруктовых салатов, тортов и пирожных.