





## Виїзний прийом громадян у Сутисківській та Тиврівській територіальних громадах

Виїзні прийоми громадян керівниками районних військових адміністрацій спрямовані на допомогу людям на місцях. Такі зустрічі стали обов'язковими.

21 червня, на виконання доручень начальника Вінницької ОВА **Сергія Борзова**, **Віталій Урдзік** начальник Вінницької районної військової адміністрації, разом із своєю заступницею **Оленою Футуймас** провели виїзний прийом громадян у Тиврівській, Сутисківській територіальних громадах та с.Шершні.

Участь у виїзному прийомі взяли голови територіальних громад, старости населених пунктів, головні лікарі центрів ПМСД, представники центру зайнятості, пенсійного фонду, безоплатної правової допомоги, соціального захисту та служби у справах дітей. Тому більшість питань, які порушувались під час виїзних прийомів громадян, вирішувались безпосередньо на місцях, а решту - взято під особистий контроль начальником районної військової адміністрації.

ВПО надано змістовні роз'яснення по порушених питаннях зокрема: працевлаштування, відшкодування коштів за комунальні послуги та заготівля дров для опалення та ін. Одна з про-



## Чужої біди не буває

В умовах війни з росією чимало українців вимушено залишили домівки у пошуках безпечного місця проживання в інших областях та державах. Чимало внутрішньо переміщених осіб нині мешкає й на теренах Вороновицької ТГ, зокрема й в створеному 3 травня за ініціативи селищної ради на базі колишнього терапевтичного відділення №2 Вінницької ЦРКЛ Відділенні тимчасового проживання осіб і сімей які знаходяться в важкому стані.

Як розповів очільник новоутворення, ветеран медичної галузі із 46-річним стажем роботи, справду народний лікар, знана й авторитетна у краї людина, депутата Вороновицької селищної ради кількох скликань Ігор Андренко, у відділенні розрахованому на 35 осіб нині проживає 13 переселенців із Авдіївки та Запоріжжя, серед них 5 дітей. Силами працівників, за сприяння селищної ради та приватного підприємця Віктора Базалицького, в кімнатах зроблено ремонти, оновлено електротропроводку, придбано сучасну пральну машину, люди самостійно готують їсти на кухні. За потреби їм надається первинна медична допомога. Благодійну допомогу продуктами харчування надає селищна рада, трудівники відділення, небайдужі громадяни, зокрема депутат Вороновицької селищної ради, настоятель храму с.Михайлівка отець Анатолій Кузнецов.

Силами працівників зроблено благоустрій прилеглої території. На часі прибутия 50 нових ліжок, а в найближчих планах капітальний ремонт приміщення із заміною вікон та інженерних комунікацій.

Робота новоутворення у колі постійної уваги очільника громади Олександра Ковінка, який тут буває не лише в будні, але й не забув привітати людей із професійним святом - Днем медичного працівника.

- Ми із родиною приїхали на Вінниччину з Авдіївки, - го-



ворить переселенка Тетяна Матіяж, - повертається назад, нам нікуди, наш будинок, як і все місто, завод на якому працювали, довколишні поселення, розбомблено окупантами. Ми, а че четверо дорослих та троє дітей, дуже вдячні вороновичанам за наданий прихисток, співчуття й допомогу яку вони надають, створено затишну обстановку, що допомагає огортатись від пережитого. Я потребувала операції й завдяки сприянню завідувача відділенням Ігоря Андренка було знайдено відповідну лікарню й її було успішно зроблено. Вдячна працівницям відділення за догляд та одужання після неї.

**Федір БЕЖНАР.**

## Здоровий спосіб життя - запорука здорової нації!

У Лука-Мелешківській громаді започатковано турніри з міні-футболу! На базі сіл створено футбольні команди,

які щотижня будуть проводити зустрічі та вдосконалювати свою майстерність: «Шалені Леви» - збірна ветеранів, «Дніпро» - с. Сокиринці, «Хижинці», «Південний Буг» - с. Прибузьке, с. Тютюки, «Лука», «Яришівка», «Майдан-Чапельський» та «Колос» - с. Іванівка.

Перші ігри завершилися з такими результатами:

ФК «Дніпро» Сокиринці - ФК «Хижинці» - 2:5

ФК «Південний Буг» Прибузьке

- ФК «Лука» - 0:7

ФК «Яришівка» - ФК «Майдан-Чапельський» - 2:3

ФК «Шалені Леви» - ФК «Колос» - 9:2

Дякуємо Фонду громади «Подільська громада» за приемні подарунки для наших спортсменів!

Наступні зустрічі відбудуться 25-26 червня. Долучайся, адже з нами цікаво, весело та пізнавально!

Здорова нація розпочинається з тебе - це важливо!



**Депутат інформує...**

**Олександр МАСЛЕННИКОВ,**  
**Вінницька обласна рада**

Давно співпрацюю із виданням «Подільська зоря» та традиційно допомагаю з передплатою.

На наступні півріччя профінансував оформлення передплати на друковане видання «Подільська зоря» для активістів поважного віку, котрі мешкають в Агрономічній територіальній громаді, жителям Бохоніків, Медвежого Вушка, Горбанівки, Ільківки, Рівця та Агрономічного.

Це дуже важлива справа для людей поважного віку, адже вони звичайно щотижня тримати у руках часопис та дізнатаватись з його сторінок новини краю. Це сучасна молодь усе може знайти в мережі Інтернет, а люди поважного віку залишаються прихильниками друкованих видань.

Нині, під час військового стану та у період повномасштабної війни вкрай важливо тримати інформаційний фронт, аби люди вчасно отримували перевірену та правдиву інформацію з надійних джерел, одним із яких, на мою думку, є наше райональне видання «Подільська зоря».

## Вручили Подяку курсанту



21 червня у Вінниці нагородили курсанта Харківського національного університету внутрішніх справ, який самотужки затримав грабіжника. Подяку рядовому Євгенію Лашченко вручив начальник поліції Вінниччини Іван Іщенко.

Нагадаємо, 16 червня у Вінниці курсант Харківського національного університету внутрішніх справ затримав чоловіка, який на вулиці пограбував пенсіонера. Згодом на місці події приїхали поліцейські, які доставили грабіжника до відділу поліції.

Сам Євгеній Лашченко уродженець Луки-Мелешківської Вінницького району. Він з дитинства мріяв стати поліцейським. Свій вчинок геройським не вважає.

«Помітив правопорушення і відреагував. Так вчинив би кожен поліцейський», - каже майбутній офіцер Євгеній.

**Відділ комунікації Нацполіції у Вінницькій області.**

## Висловлюємо вдячність



Дякуємо за надану гуманітарну допомогу для вимушених переселенців, які перебувають на території нашої громади Internationales Bildungshaus Nürnberg (директор Раїса Трофименко) та депутату Вінницької обласної Ради Тетяni Каменщук. Візочки, дитячий одяг віком від 0 до 5 років, взуття, ванночки, іграшки, дитячі засоби гігієни, ліжечка - всі ці необхідні речі невдовзі будуть передані внутрішньо переміщеним особам.

Висловлюємо вдячність та сподіваємося на подальшу плідну співпрацю в рамках підтримки нашої громади.

## Справжнє свято



20 червня в Горбанівській філії ЦКіД для дітей та дорослих відбулося справжнє свято, в якому взяли участь жителі сіл Горбанівка, Ільківка, серед яких були внутрішньо переміщені особи.

Захід відбувся за підтримки Агрономічного сільського голо-ви Сергія Старського та депутата обласної ради Олександра Масленікова представниками ГО Академія Національних Традицій Різен "АНТ Поруч" за підтримки БДФ "Юнісіф".

Розпочали свято весело руханко разом з хореографами Артемом Мовчаном та Оленою Лановенко.

Далі відпочивали та займалися в різних лока-ціях: музичні виставання: Антоніна Романенко з дітьми розвивали музичний слух. Кожен учасник мав змогу обрати для себе музичний інструмент, так і прозвучала "Ой у лузі червона калина"; Генадій Чепурний разом з батьками, вчителями, вихователями провів заняття зі мнемотехніки, ознайомив з методикою всіх бажаючих. Також провів змагання "Хто краще запам'ятає"; кулінарія: Разом з Іриною Стінянською учасники випікали вафельки у вигляді сердечка і коштува-



ли їх; художнє мистецтво: Наталія Гандзій та Марія Мінкіна малювали патріотичні малюнки з дітьми середнього віку; декоративно-прикладне мистецтво: Людмила Зедник і Любов Боробець навчили всіх бажаючих виготовляти обереги від поганих слів "Ловець снів".

Для наймолодших був облаштований куточок за методикою Монтессорі разом з Марією Бощок. Жанна Шинкарьова провела психологічний тренінг з використанням різних методик. Арт терапією займалися дошкільнятами. Разом з Оленою Лановенко будували замки для принцес та грали в настільні дидактичні ігри.

Дякуємо за свято засновникам проекту: Людмилі Пілманіц та Тетяni Стінянській.

Всі присутні були задоволені весело та активно проведеним часом. Дякуємо всім за гарний та позитивний настрій, усмішки, поради. Бажаємо всім мирного неба!



## Кохання кольору хакі

Вони не могли жити разом і один без одного не могли. Спершу це була дитяча закоханість. Василь сидів на задній парті, бо був найвищим у класі, і захоплено споглядав на Катю - тендентну бляшку з синіми очима та ямочками на щічках. Дівчина й не здогадувалася про однокласника-залицяльника.

У старших класах писав Каті записи. Клав їх, аби ніхто не бачив. Дівчина не здогадувалася від кого ці любовні послання, бо були без підпису.

«Засвітився», коли Каті у «друзі» нав'язувався Вадим із паралельного класу. Вадим був самозакоханий та хамовитий. Дівчина його намагалася уникати. Але Вадим був нав'язливий. Згодом, розуміючи, що Катю він не цікавить, почав її ображати. Ось тоді Василь надавав стусанів нахабі й пригрозив:

ще раз зачепити однокласницю, піде додому з розбитим носом.

Катя подякувала Василему за допомогу. Той почервонів. І... вона здогадалася.

- Це ж ти пишеш мені записи.

Хлопець опустив очі, пробував виправдовуватися. Але Катя так приязнило й симпатично усміхалася, що набрався мужності й випалив:

- Ти завжди мені подобалась.

Відтоді їй все почалося...

Вони були різними. Катя - відмінниця, улюблена батьків та вчителів. Її ставили за приклад. А ще - красуня.

Василь - міцний здоровань, для якого найцікавішим предметом була фізкультура. Хоча, вчився не найгірше. У Василя була лише мама. Тато їх залишив, щойно малому минув рік. Василь для матері був світом і Всесвітом. І гарним сином. Навчився готувати деякі страви, допомагав на дачі.

- Якби ти краще вчився, вступив би на факультет фізичного виховання, - казала матір.

- Я кухарем буду.

- Жартуєш?

- Ні.

Катя з Василем то зустрічалися, то розлучалися. Він інших дівчат не шукав. А в ней були короткочасні романі.

- Я перечекаю всіх її короткотермінових залицяльників, - жартував Василь.

Так воно й було.

Після школи Катя вступила у виш навчатися на фармацевту. А Василь здійснив свою мрію - опанував майстерність кухаря.

- Це - не чоловіча професія, - мовила Катя.

- У найзаможніших та найвідоміших людей планети - кухарі - чоловіки, - захищався Василь.

- Ти, наче, зібрався на роботу до мільйонера чи кінозірки.

- Я буду готувати для тебе.

...Катині батьки знали про Василя і не були в захопленні від доньчиниї закоханості. Щоправда, не вірили, то з тієї любові витанцюється щось серйозне.

Василева матір також у це не вірила. Бачила, як страждає син після чергового скандалу з Катею і тихо ненавіділа дівчину.

...Василя взяли до армії, а Катя закрутила лямур з розлученим чоловіком. У нього був син. Хлопець жив з матір'ю, але на вихідні батько забирав його до себе. Гучного весілля не було - лише скромна вечірка. Так захотів наречений. Тепер Катині батьки ладні були терпіти Василя замість нелюбого зятя.

Василеві світ був немилій від такої новини. Зате раділа матір.

- Бачиш, яка вона. Певно, на добро свого обранця поласлася.

- Мамо, Катя не бідна. І не осуджуй її.

Невдовзі виявiloся: Катин шлюб - помилка. Чоловік ревнував її до всіх і всього. Навіть до модних одяганок. Його син поводився виклично, хамив. Петретворював вихідні на пекло. Чоловік своєму чадові в усьому потакав і звинувачував Катю, що не може знайти ключика до серця семирічної дитини.

• • • • •

**Повідомлення**

про оприлюднення заяви про визначення обсягу стратегічної екологічної оцінки

З метою проведення громадського обговорення на офіційному сайті Лука-Мелешківської сільської ради (<http://lukamelser.i.ua/>) оприлюднена заява про визначення обсягу стратегічної екологічної оцінки Детального плану території для будівництва внутрішньогосподарських об'єктів сільськогосподарського призначення на території Лука-Мелешківської сільської ради, Вінницького району, Вінницької області (біля вулиці Хутір Лісний с. Іванівка), розробленого на підставі завдання на розроблення та рішення 15 сесії Лука-Мелешківської сільської ради 8

### ЗАЯВА ПРО НАМІРІ

Відділ освіти, сім'ї, молоді, спорту, культури та туризму Стрижавської селищної ради має намір провести:

1. Реконструкцію системи тепlopостачання КЗ "ЗДО (яєла-садочок) "Казка" Стрижавської селищної ради, що знаходитьться за адресою: Вінницька область, Вінницький район, смт Стрижавка, вул. Алєї, 58. Загальна площа земельної ділянки відведена під плановану діяльність 0,0220 га. Площа забудови - 36,3 м<sup>2</sup>.

2. Реконструкцію системи тепlopостачання КЗ "Ліцей №1", що знаходитьться за адресою: Вінницька область, Вінницький район, смт Стрижавка, вул. 40-річчя Перемоги, 3. Загальна площа земельної ділянки відведена під плановану діяльність - 0,009 га. Площа забудови - 40,7 м<sup>2</sup>.

Джерелом можливого негативного впливу на навколошне природне середовище є викиди забруднюючих речовин від модульного теплогенератора ТМ-Т-200. В приміщенні якого встановлюються два сталеві водогрійні твердолапіані котли марки ARS 100 KT-E, теплововою потужністю 80 кВт кожен. В якості палива використовуються дрова. В процесі спалювання палива в котлах в атмосферне повітря надходять такі забруднюючі речовини: оксид вуглецю; діоксид азоту; діазоту оксид; метан, діоксид вуглецю;

• • • • •

НМЛОС; речовини у вигляді твердих суспендованих частинок (зола сланцева).

Загальний валовий викид забруднюючих речовин в результаті функціонування котельні для виробничого майданчика №1 становить 23,97 т/рік (без урахування діоксиду вуглецю).

Загальний валовий викид забруднюючих речовин в результаті функціонування котельні для виробничого майданчика №2 становить 26,287 т/рік (без урахування діоксиду вуглецю).

Негативний вплив на водне середовище, ґрунти, рослинний, тваринний світ та геологічне середовище відсутній.

Для ознайомлення з матеріалами ОВНС звертатися за адресою проведення реконструкції:

- Виробничий майданчик №1: Вінницька область, Вінницький район, смт Стрижавка, вул. Алєї, 58.

- Виробничий майданчик №2: Вінницька область, Вінницький район, смт Стрижавка, вул. 40-річчя Перемоги, 3.

Зауваження просимо надсилати протягом 30 днів з дати опублікування інформації в газеті у Стрижавської селищній раді за адресою: 23210, Вінницька обл., Вінницький р-н, смт Стрижавка, вул. 40-річчя Перемоги, буд. 7, тел. (0432) 58-52-96.

• • • • •

НМЛОС; речовини у вигляді твердих суспендованих частинок (зола сланцева).

Загальний валовий викид забруднюючих речовин в результаті функціонування котельні для виробничого майданчика №1 становить 23,97 т/рік (без урахування діоксиду вуглецю).

Загальний валовий викид забруднюючих речовин в результаті функціонування котельні для виробничого майданчика №2 становить 26,287 т/рік (без урахування діоксиду вуглецю).

Негативний вплив на водне середовище, ґрунти, рослинний, тваринний світ та геологічне середовище відсутній.

Для ознайомлення з матеріалами ОВНС звертатися за адресою проведення реконструкції:

- Виробничий майданчик №1: Вінницька область, Вінницький район, смт Стрижавка, вул. Алєї, 58.

- Виробничий майданчик №2: Вінницька область, Вінницький район, смт Стрижавка, вул. 40-річчя Перемоги, 3.

Зауваження просимо надсилати протягом 30 днів з дати опублікування інформації в газеті у Стрижавської селищній раді за адресою: 23210, Вінницька обл., Вінницький р-н, смт Стрижавка, вул. 40-річчя Перемоги, буд. 7, тел. (0432) 58-52-96.

• • • • •

НМЛОС; речовини у вигляді твердих суспендованих частинок (зола сланцева).

Загальний валовий викид забруднюючих речовин в результаті функціонування котельні для виробничого майданчика №1 становить 23,97 т/рік (без урахування діоксиду вуглецю).

Загальний валовий викид забруднюючих речовин в результаті функціонування котельні для виробничого майданчика №2 становить 26,287 т/рік (без урахування діоксиду вуглецю).

Негативний вплив на водне середовище, ґрунти, рослинний, тваринний світ та геологічне середовище відсутній.

Для ознайомлення з матеріалами ОВНС звертатися за адресою проведення реконструкції:

- Виробничий майданчик №1: Вінницька область, Вінницький район, смт Стрижавка, вул. Алєї, 58.

- Виробничий майданчик №2: Вінницька область, Вінницький район, смт Стрижавка, вул. 40-річчя Перемоги, 3.

Зауваження просимо надсилати протягом 30 днів з дати опублікування інформації в газеті у Стрижавської селищній раді за адресою: 23210, Вінницька обл., Вінницький р-н, смт Стрижавка, вул. 40-річчя Перемоги, буд. 7, тел. (0432) 58-52-96.

• • • • •

НМЛОС; речовини у вигляді твердих суспендованих частинок (зола сланцева).

Загальний валовий викид забруднюючих речовин в результаті функціонування котельні для виробничого майданчика №1 становить 23,97 т/рік (без урахування діоксиду вуглецю).

Загальний валовий викид забруднюючих речовин в результаті функціонування котельні для виробничого майданчика №2 становить 26,287 т/рік (без урахування діоксиду вуглецю).

Негативний вплив на водне середовище, ґрунти, рослинний, тваринний світ та геологічне середовище відсутній.

Для ознайомлення з матеріалами ОВНС звертатися за адресою проведення реконструкції:

- Виробничий майданчик №1: Вінницька область, Вінницький район, смт Стрижавка, вул. Алєї, 58.

- Виробничий майданчик №2: Вінницька область, Вінницький район, смт Стрижавка, вул. 40-річчя Перемоги, 3.

Зауваження просимо надсилати протягом 30 днів з дати опублікування інформації в газеті у Стрижавської селищній раді за адресою: 23210, Вінницька обл., Вінницький р-н, смт Стрижавка, вул. 40-річчя Перемоги, буд. 7, тел. (0432) 58-52-96.

• • • • •

НМЛОС; речовини у вигляді твердих суспендованих частинок (зола сланцева).

Загальний валовий викид забруднюючих речовин в результаті функціонування котельні для виробничого майданчика №1 становить 23,97 т/рік (без урахування діоксиду вуглецю).

Загальний валовий викид забруднюючих речовин в результаті функціонування котельні для виробничого майданчика №2 становить 26,287 т/рік (без урахування діоксиду вуглецю).

## Цього тижня вітаємо!

Із ювілем: директорку Комунального закладу «Великокрушинецький ліцей Вінницького району Вінницької області» - Світлану Володимирівну ГРОМОВУ (25 червня).

Із днями народження: депутата Вінницької районної ради - Олександра Юрійовича БІЛЕЦЬКОГО, головного спеціаліста відділу цифрового розвитку, інформаційної діяльності та комунікацій з громадськістю апарату Вінницької районної державної адміністрації - Людмилу Володимирівну ПІВТОРАК (25 червня).

Вітаючи наших шановних країн зі святами, подільськозорянин зичать їм міцного здоров'я, достатку й затишку в родинах, здійснення всіх мрій та бажань, ще багато літ на творчої праці на благо жителів Вінницького району.



## Вітаємо ветеранів війни та праці

Цього тижня свої ювілеї відзначатимуть ветерани війни і праці.

95-річчя: жителька Мізяківських Хуторів - Ганна Гаврилівна ДУБОВА (24 червня).

90-ліття: тростянчанка - Лідія Семенівна ЛЕЧЕНКО (23 червня), мешканець Пеньковки - Григорій Євтухович ГОЛОВЧУК (26 червня), жителька Вінницьких Хуторів - Надія Григорівна ТКАЧ (28 червня).

28 червня 75-річний ювілей святкуватиме очільник первинної ветеранської організації с.Мізяківських Хуторів - Федір Григорович ЛИСУН.

Від імені активу Вінницької районної та місцевих ветеранських організацій щиро зичимо сивочолим іменинникам міцного здоров'я, достатку й злагоди в родинах, гідно пошани від суспільства та держави, довгих літ щасливого життя під мирним українським небом.

Із повагою,

Петро ВАСИЛИНИЧ,  
голова Вінницької  
районної організації  
ветеранів.



**23 червня** - хмарно, без опадів, т вдень +22...+26°C, вночі +10...+12°C. **24 червня** - хмарно, дощ, т вдень +24...+28°C, вночі +15...+18°C. **25 червня** - ясно, без опадів, т вдень +20...+25°C, вночі +10...+13°C. **26 червня** - ясно, без опадів, т вдень +24...+28°C, вночі +15...+19°C. **27 червня** - ясно, без опадів, т вдень +26...+29°C, вночі +15...+17°C. **28 червня** - ясно, без опадів, т вдень +27...+29°C, вночі +17...+19°C. **29 червня** - хмарно, без опадів, т вдень +24...+26°C, вночі +18...+20°C.



**ОВЕН (21.03-20.04).** Ваші бажання та задуми виконуватимуться тією мірою, в якій вони ширі є не суперечать інтересам інших людей. Не варто заперечувати свої промахи, постараїтесь вчасно виправляти допущені помилки. Не дратуйтеся з дрібниць. Змініть свій гнів на милість, і більш конструктивно підійдіть до вирішення проблем. Бажано не слухати пліток і пересудів. Зменште свою спрітність у вихідні. Вам більше підійде пасивний відпочинок. Сприятливий день - середа, несприятливий - вівторок.

**ТЕЛЕЦЬ (21.04-20.05).** Будьте зібраними, і в зимові вітальні зробите багато що, практично не відчуваючи втоми. Може надійти важлива ділова пропозиція, не відмовляйтесь від неї, вона відкриє перед вами цікаві перспективи і вплине на хід подій. Знайдіть час для спілкування з приемними людьми. У вихідні сходіть в гості до батьків, організуйте пікнік з друзями. Сприятливий день - п'ятниця, несприятливий - середа.

**БЛІЗНІОКИ (21.05-21.06).** Може підвищитися соціальна активність, у вас з'явиться можливість управляти ситуацією, впливати на прийдешні події. Постараїтесь слухати навколишніх і розуміти їхні потреби. У вихідні бажано перебувати з найближчими, займайтесь родиною, приділіть увагу дітям. Сприятливий день - понеділок, несприятливий - субота.

**РАК (22.06-22.07).** Намагайтесь побороти гостре бажання вплутатися в авантюру, якщо таке виникне. При слухайтесь до порад близьких людей, вони допоможуть вам вирішити навіть тупикові, на перший погляд, питання. Сміливо будьте та реалізуйте плани. Не упускайте свій шанс, використовуйте сприятливий для вас час. Не плануйте зустрічей на вихідні, буде набагато корисніше вислідити та відпочити. Сприятливий день - п'ятниця, несприятливий - вівторок.

**ЛЕВ (23.07-23.08).** Не відмовляйтесь від допомоги

### "ПОДІЛЬСЬКА ЗОРЯ"

Вінницька регіональна газета.  
редактор  
Ф.І.БЕКНАР

ПЕРЕДПЛАТНИЙ ІНДЕКС  
ПЕРІОДИЧНОГО ВИДАННЯ:  
ДЛЯ ОРГАНІЗАЦІЙ - 40699;  
ДЛЯ НАСЕЛЕННЯ - 61487

Газета зареєстрована  
Головним територіальним  
управлінням юстиції у  
Вінницькій області  
15.03.2019 р.  
Реєстраційне свідоцтво  
ВЦ № 1051-409 ПР.  
Засновник: Трудовий  
колектив Товариства з  
обмеженою  
відповідальністю "Редакція  
Вінницької регіональної  
газети "Подільська зоря".



## Кулінарні цікавинки

### Рулетики з курячого філе з грибами

**Нам потрібно:** олія, чорний перець, морквина, сіль, 200 г печериць, 500 г курячого філе, цибулина.



**Приготування:** Підгответіть начинку. Цибулю наріжте дрібними кубиками, а моркву подрібніть за допомогою великої тертки. Гриби почисті і наріжте кубиками товщиною близько 5-7 мм або тонкими скибочками. На олії обсмажте цибулю і моркву протягом 5-7 хвилин. Додайте печериці та продовжуйте обсмажувати. Готуйте начинку на слабкому вогні до тих пір, поки вся рідинна не випарується. Кожне куряче філе розріжте горизонтально на дві половини приблизно однакової товщини. У вас вийде чотири заготовки. Кожну з них потрібно відбити, щоб вийшли тонкі (але без розривів) пластини. На відбите філе викладіть начинку з овочів і печериць. По краях залишайте трохи вільного місця. Так начинка не буде випадати при згортанні. Попросите курятину сіллю і перцем не обов'язково, вони вже є в начинці. Щільно загорніть рулетики, не залишаючи повітря всередині. По краях заверніть філе всередину. Тонкою ниткою обмотайте рулетики. Країчки ниток залишайте у верхній частині рулетів, щоб їх потім не довелося довго шукати. Підготовлені таким чином рулетики викладіть на деко. Запікайте їх 35 хвилин при 190 градусах. Ступінь запеченості регулюйте самостійно. Якщо хочете, щоб рулетики були більш рум'яними, спочатку обсмажте їх на вершковому маслі або олії, а потім продовжуйте готовувати в духовці. З готових рулетів акуратно зніміть нитку, намагаючись не пошкодити курятину.

### Крученики з грибами і сиром

**Нам потрібно:** цибулина, сіль - за смаком, 150 г сиру, 500 г печериць, 700 г свинини, перець - за смаком.

**Приготування:** Наріжте невеликими кубиками печериці та додайте дрібно покришіт цибулю. Розігрійте сковорідку з невеликою кількістю олії та обсмажте спершу цибулю до золотистого кольору. Тепер додаємо до цибулі кубики печериць і смажимо їх ще приблизно 10 хвилин, не забуваючи регулярно помішувати до тих пір поки не випарується сік. Візьміть зручну мисочку, перекладіть у неї гарячі гриби з цибулею. Відваріть яйця, порубайте їх ножем і додайте до печериць. Туди ж відправте крупно натертій сир. Гарненько вимісіть начинку, а сіль і перець покладіть на свій смак. Наріжте свинину як для відбивних. Товщина кожного шматка - приблизно один сантиметр. Потроху присипте кожен майбутній рулетик сіллю. Відбивати м'ясо потрібно досить сильно, але обережно, адже нам ще потрібно завернути у нього м'яку начинку. Повну столову ложку начинки (з гіркою) покладіть на один кінець відбивної, загинаючи і загортаючи рулетик. Зафіксувати м'ясний рол можна ниткою або ж за допомогою зубочистки, як вам зручніше. Знову розігріваемо на вогні чисту сковорідку з олією, щоб обсмажити кожен рулет з усіх боків. Першим обсмажувати необхідно той бік, на якому розташовані «шов» крученика. Зубочистки після обсмажування можна сміливо витягнути. Переекладаємо крученики зі сковорідки у жароміцну посудину, у якій будемо запікати. Заливамо вершками - якщо м'ясо не закрите рідинкою вище, ніж до половини, доведеться додати відповідну кількість води. У гарячу (180 градусів) духовку кладемо форму зі свинячими руле-

тиками на півгодину. Точно зорієнтуватися з часом запікання вам допоможе рум'яна скоринка на м'ясі.

### Десерт Тірамісу «Підніми настрій»

**Нам потрібно:** 2 яйця, 4 ст.л. цукрової пудри, 250 г сиру, 100 г печериць, 200 мл чорної кави, 2 ст.л. какао-порошку, 1 ст.л. лікеру, сир «Маскарпоне».

**Приготування:** Спочатку приготувати кавовий напій. В 200 мл води додайте 2 чайні ложки кави і додайте до кипіння. Охолідіть напій. Потім відкресмите білки від жовтків так, щоб не було домішок. Тепер збіти міксером. Масу, яка вже загуслася, з'єднати з двома столовими ложками цукрової пудри. Тепер білки перетворилися на густу піну. До жовтків додати залишки цукрової пудри, збити суміш до однорідної маси. Потім акуратно додати сир «Маскарпоне», затім додати в суміш збиті білки і ніжно перемішати до однорідної консистенції, в результаті вийде повітряний крем. Лікер додати до кімнатної температури кави. Для тих, хто не любить алкоголь, замініть його ванільною есенцією. Печиво опустити в ароматизовану каву, надлишки рідини акуратно струсити. Печиво покласти шарами в креманки. Якщо потрібно, поламайте печиво на невеликі шматочки. Десерт іноді готується в одній ємності у вигляді торта. Не забудьте, що із-за легкості десерту, різати Тірамісу поцінними шматочками важко. Кожен шар печива приховати під шаром ніжного крему і так повторити шар за шаром. Зверху останній шар присипати какао-порошком через ситечко, потім десерт прикрити харчовою піл'юкою і відправити на дві години в холодильник, щоб насолодитися повним смаком залиште ласощі на ніч.

### Ніжні сирні кульки в хрусткій скоринці

**Нам потрібно:** 500 г твердого сиру, 3 ст.л. пармезану, 1 дрібка орегано, яйце, 100 г борошна, 500 мл олії, 100 г сухарів панірувальних.

**Приготування:** Взяти глибоку миску. На самій маленькій терці натерти ввесь сир і перемістити в ємність. Додати яйце, дрібку орегано для пікантності. Додати в суміш борошно і перемішати до однорідної маси. Із замішаного тіста зробити невеликі кульки. Паралельно в невеликій каструлі підігріти олію. Обробити кожну сирну кульку панірувальними сухарями. Опустити кожну кульку в розігріту олію до появи коричневої скоринки. Викласти на серветку, щоб кульки вівбрали залишки олії.

### Сирні пампушки

**Нам потрібно:** 650 г борошна, 20 г дріжджів, 1 скл. сметани, 200 г вершкового масла, 2 яйца, 150 г твердого сиру, сіль.

**Приготування:** Твердий сир натерти на дрібні терці. Замішати з ним тісто з дріжджів, борошна, сметани. Додати сіль за смаком. Тісто добре вимісити, розкочати, скласти і залишити в спокії приблизно на 40-45 хвилин. Після того, як тісто трохи відпочило, його потрібно знову розкочати, скласти і залишити в спокії приблизно на 40-45 хвилин. Після того, як тісто трохи відпочило, його потрібно знову розкочати, скласти і залишити в спокії приблизно на 40-45 хвилин. Після того, як тісто трохи відпочило, його потрібно знову розкочати, скласти і залишити в спокії приблизно на 40-45 хвилин. Сприятливий день - четвер.

**СТРІЛЕЦЬ (23.11-21.12).** Початок тижня може викликати розчарування. Однак ви будете повільно, але вірно просуваєтися до намічених цілей. На вас чекають премії, сюрпризи. Сприятливий час для обговорення справ з колегами, початку нових проектів. Можете стати генератором нових ідей, але не варто хвалитися своїми успіхами, цим ви можете викликати заздрість навколоїшніх. Сприятливий день - четвер, несприятливий - середа.

**КОЗЕРІГ (22.12-20.01).** Постараїтесь створити для себе оптимально зручний режим роботи, що дозволяє щоденно використовувати час і сили. Краще не розпочинати нових справ, їх подумати не тільки про роботу, але й про особисте життя. Тримайте свої емоції під контролем. Вихідні добре провести за містом на природі. Сприятливий день - вівторок, несприятливий - понеділок.

**ВОДОЛІЙ (21.01-20.02).** Вам дуже придадуться ініціатива і рішучість. З'явиться можливість виходу на більш високий проф