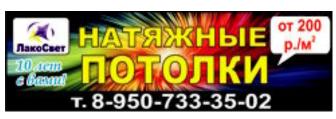
суббота



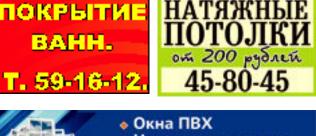




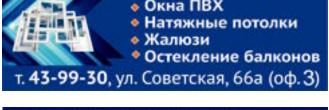
























Сергея Дмитриевича БАБУШКИНА, Виктора Андреевича ГОРБУНОВА, Нину Михайловну ГУМЕРОВУ, Галину Алексеевну ДЕМИНУ, Светлану Николаевну ДЕНИСОВУ, Надежду Алексеевну ДЕРЕШЕВУ, Галину Александровну ЗИНОВЬЕВУ, Татьяну Ивановну ИВАНОВУ, Виктора Семёновича КЛИМОНТОВА, Нину Николаевну КОЗЛО-ВУ, Тамару Александровну КОТОК, Нину Михайловну КОРОЛЬКОВУ, Галину Ивановну КОСТИНУ, Наталью Александровну МАТВЕЕВУ, Эмилию Александровну МАТКОВСКУЮ, Эмилию Николаевну НАЗАРЕНКО, Рамилю Ахметовну НУТРИХИНУ, Нину Даниловну ПРО-КОФЬЕВУ, Татьяну Константиновну РУЛЕВУ, Валентину Петровну ТУЕВУ, Александру Дмитриевну ТАРАСЕНКО, Василия Ивановича ШАЛАЕВА, Алевтину Константиновну ШУВАТОВУ -

Желаем крепкого здоровья, счастья и благополучия.

Администрация, профком и совет ветеранов

пр. К. Маркса, 194, тел. 44-08-90 СРЕДСТВА ПРОФИЛАКТИКИ ГРИППА

шиповник **БРУСНИКА** МАЛИНА

Полезные свойства: Богат эфирными маслами, содержит витамины С и В, железо, калий, кальций, магний, марганец, фтор,

РЕПЧАТЫЙ ЛУК

свойствами. фосфор, серу, природный Используется при нехватке антибиотик витамина С в организме

Полезные свойства: Обладает мощным бактерицидным действием, а также противовоспалительными

Полезные свойства: Оказывает тонизирующее, жаропонижающее, антибактериальное, антисептическое действие. Богата сахарами органическими кислотами витаминами А, С, Е, В

Полезные свойства: Оказывает антисептическое, потогонное, жаропонижающее, противовоспалительное

и противорвотное действие. Применяется при простудных забопеваниях

с днём рождения! цеха эксплуатации УЖДТ ОАО «ММК»



ЧЕСНОК



HEKOTOP

Поименяют при простудных заболеваниях, как укрепляющее средство. Клюкву используют как бактерицидное, жаропонижающее и жаждоутоляющее средство

Полезные свойства:

Содержит витамины В, Р,

провитамин А (каротин),

вещества, соли фосфора

и железа. Используется

сахара, фосфорную

кислоту, эфирное

масло, дубильные

для лечения кашля

простуды

Полезные свойства:

КЛЮКВА

ЧЕРНАЯ СМОРОДИНА

Сайму Исхаковну ГИРФАНОВУ, Раису Яковлевну ПУШКАРЕВУ, Валентину Михайловну ГРИЩЕНКО, Любовь Сергеевну ПИЧУГИНУ, Люсю Николаевну КУНИЦЫНУ, Наталью Васильевну ТАНГАЕВУ, Рустама Мансуровича НАСЫРОВА, Любовь Михайловну РОЖНОВУ, Валентину Николаевну ОРЕНБУРКИНУ, Анастасию Ефимовну ФИЛИППОВУ, Людмилу Викторовну АКСЕНОВУ, Веру Владимировну ПЕРМЯКОВУ, Надежду Семеновну ГЕРМАН, Ольгу Петровну ГРОМОВУ, Юрия Михайловича ЮРКИНА, Ольгу Петровну ДЬЯКОНОВУ, Вячеслава Ивановича ЧИКОТУ, Клавдию Максимовну МУСАТОВУ, Наталью Юрьевну АСАБИНУ, Валентину Петровну ЦЕЛИНСКУЮ, Дамегуль КУНЖИТАЕВУ, Голчерю Мухлисовну МИННИХАНОВУ, Марию Ильиничну МЕЛЬЧАКОВУ - с юбилеем!

Желаем крепкого здоровья, благополучия, оптимизма, семейного тепла и уюта, долгих лет жизни.

Администрация, профком и совет ветеранов управления ОАО «ММК»

УКРОП

Полезные свойства. Укроп содержит витамины группы В, соли железа, калия, кальция, фосфора, сахар. Отхаркивающее средство. Обладает антисептическим свойством. Лечебными свойствами обладают как зелень, так и семена

КУРКУМА, ИМБИРЬ

Полезные свойства:

Куркума стимулирует иммунную систему человека, способствует повышению сопротивляемости организма

Имбирь оказывает противовоспалительное, обезболивающее действие, повышает иммунитет

ПЕТРУШКА

Полезные свойства:

Обладает дезинфицирующими и антисептическими свойствами. Оказывает потогонное действие

жимолость

Полезные свойства: Богата витаминами А, В1, В2, С, содержит калий, магний, фосфор, кальций, железо. Используется при ангине, укрепляет иммунитет

ЦИТРУСОВЫЕ

Полезные свойства: Плоды цитрусовых, особенно лимона и апельсина, богаты витамином С, Р, D, В, провитамин А (каротин). укрепляют иммунитет

Источник: http://www.mossanepid.ru/, БСЭ

