

ЭКСПЕРТИЗА «ПК»
Санкт-Петербургская общественная организация потребителей «Общественный контроль» проверила 10 образцов фасованных торфогрунтов. В 40% из них выявлены различные нарушения.

СТР. 6–7

ХУДАЯ ЗЕМЛЯ – ПУСТАЯ МОШНА!

В НОМЕРЕ: РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПИТАНИЮ В ПОСТ СТР. 3 | ДОСТУПНЫ ЛИ БУДУТ ЭКОПРОДУКТЫ? СТР. 3 | МЕНЮ ДЛЯ ВАШЕГО УРОЖАЯ СТР. 12

РОСПОТРЕБНАДЗОР

**ЖЕЛТАЯ КАРТОЧКА
ДЛЯ ОЛИВЬЕ
ТМ «АЗБУКА
ВКУСА»**

СТР. 2

ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ

**КАКИЕ ПРОДУКТЫ
ЭКСПЕРТЫ
НАЗВАЛИ
ВРЕДНЫМИ?**

СТР. 4–5

ОБЩЕСТВЕННЫЙ КОНТРОЛЬ

**НА УПАКОВКАХ
КОСМЕТИКИ
СЕТИ «Л' ЭТУАЛЬ»
НЕ ПРИВЕДЕН СОСТАВ
НА РУССКОМ ЯЗЫКЕ**

СТР. 5

ЭКСПЕРТИЗА «ПК»

**НЕ ВСЁ МАСЛО,
ЧТО МАЖЕТСЯ!**

СТР. 10–11

Санкт-Петербургская общественная организация потребителей

«ОБЩЕСТВЕННЫЙ КОНТРОЛЬ»

Защита прав потребителей в Санкт-Петербурге

www.spbkontrol.ru

Мы поможем вернуть или обменять товар, вернуть деньги за некачественный товар или услугу, взыскать неустойку за невыполнение сроков передачи или ремонта товара, взыскать моральный вред.

БЕСПЛАТНЫЕ КОНСУЛЬТАЦИИ – ВСЕМ!

Бесплатная юридическая помощь в полном объеме – всем пенсионерам и малоимущим до 31 мая 2015 года! Расходы на бесплатную юридическую помощь предусмотрены федеральным грантом для НКО.

324-25-80
324-27-98
987-56-43

ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НАДЗОР



В партии салата оливье с ветчиной, изготовленного ООО «Городской супермаркет» для сети продовольственных магазинов «АЗБУКА ВКУСА» 23.01.2015, обнаружены бактерии группы кишечных палочек (коллиформы, презумптивная E. coli в 0,01 г).

Также на упаковке указанного салата отсутствовал единый знак обращения продукции на рынке государств-членов Таможенного союза (ЕАС). Об этом в адрес СПб ООП «Общественный контроль» сообщил Территориальный отдел Управления Роспотребнадзора по Ленинградской области во Всеволожском районе, в зоне ответственности которого и находится изготовитель салатов (пос. Кузьмолковский).

За выявленные нарушения юридическое лицо ООО «Городской супермаркет» привлечено к административной ответственности по ст. 14.43 ч. 1 КоАП РФ на сумму 100 000 рублей, а должностное лицо организации, ответственное за выпуск опасных салатов, оштрафовано по ст. 14.46 КоАП РФ на 10 000 рублей.

Основанием для проведения Роспотребнадзором внеплановой проверки изготовителей ку-

ЖЕЛТАЯ КАРТОЧКА ДЛЯ САЛАТА ОЛИВЬЕ ТМ «АЗБУКА ВКУСА»

Управление Роспотребнадзора по Ленинградской области оштрафовало на 100 000 рублей изготовителя салата с кишечной палочкой

линарной продукции стали результаты независимой экспертизы качества и безопасности мясных салатов, проведенные СПб ООП «Общественный контроль» на базе ФБУ «Тест-С.-Петербург» в ноябре 2014 года. Тогда по показателям безопасности были признаны не соответствующими микробиологическим нормам девять образцов мясных салатов из десяти. Все они приобретались в крупных магазинах Санкт-Петербурга.

В образце салата оливье с ветчиной под торговой маркой «АЗБУКА ВКУСА» (дата изг. 06.11.2014) сотрудниками испытательной лаборатории был выявлен целый букет нарушений санитарных норм и правил: бактерии группы кишечных палочек, КМАФАнМ (количество мезофильных аэробных и факультативно-анаэробных микроорганизмов) и плесени. Кроме того, специалисты ФБУ «Тест-С.-Петербург» не обнаружили в салате зелень, которая была заявлена в составе, и указали также, что «запах кинзы не ощущается». К слову, этот салат с кишечной палочкой и набором других микробов оказался самым дорогим из всех приобретенных для экспертизы – 390 рублей за килограмм.

Территориальный отдел Управления Роспотребнадзора по Ленинградской области во Всеволожском районе также предпринял попытку провести административное расследование в

отношении другого изготовителя – ООО «Аппетитпром», чей образец мясного салата (дата изг. 03.11.2014), приобретенный сотрудниками СПб ООП «Общественный контроль» под торговой маркой «Иней» в гипермаркете «Лента» на наб. Обводного канала, д. 118, тоже имел в своем составе бактерии группы кишечных палочек, КМАФАнМ и не содержал заявленные на этикетке говядину «Боярская» и зелень. Однако сотрудники надзорного ведомства не смогли отыскать ООО «Аппетитпром» в г. Всеволожске по указанному на упаковке адресу. В настоящее время территориальное подразделение Федеральной налоговой службы через Арбитражный суд решает вопрос о ликвидации указанного предприятия.

Отметим, что Управление Роспотребнадзора по г. Санкт-Петербургу также отреагировало на сигнал «Общественного контроля» и привлекло к административной ответственности за несоблюдение санитарных норм при производстве и реализации мясного салата должностное лицо ООО «О'Кей» (Московский пр., д. 137, лит. А). Образец кулинарии от «О'Кей», изготовленный 06.11.2014, не соответствовал СанПиНу по показателю «Дрожжи».

По мнению Всеволода Вишневецкого, председателя СПб ООП «Общественный контроль», Территориальный отдел Управления Роспотреб-

надзора по Ленинградской области во Всеволожском районе оперативно и эффективно провел внеплановую проверку изготовителя кулинарной продукции, приняв меры не только в отношении должностного, но и юридического лица. 100 000 рублей штрафа – это уже ощутимое наказание, после которого волей-неволей задумаешься, стоит ли нарушать санитарные нормы. Тем более что, согласно ст. 40 закона «О защите прав потребителей», Роспотребнадзор может обратиться в суд в защиту неопределенного круга потребителей о ликвидации изготовителя в случае неоднократного (два и более раза в течение одного календарного года) нарушения им прав потребителей. Год только начался, а ООО «Городской супермаркет» уже получил от Роспотребнадзора «желтую» карточку.

– В этом году мы проведем еще одну проверку качества и безопасности кулинарной продукции, обязательно заглянем в крупные магазины города, – говорит **Валентина Орлова, ведущий специалист СПб ООП «Общественный контроль»**. – Надеемся, что на этот раз изготовители и магазины наконец обратят самое серьезное внимание на безопасность выпускаемой и реализуемой кулинарной продукции и салаты на городских прилавках будут соответствовать требованиям нормативных документов.

Кирилл ОРЛОВ

НАЗНАЧЕНИЕ

Им стал Ростислав Шипицын. Родился в 1986 году в Ленинграде в семье врачей. Окончил Санкт-Петербургский государственный архитектурно-строительный университет, учится на юридическом факультете Санкт-Петербургского государственного университета. Входил в рабочую группу по подготовке и проведению Петербургского международного экономического форума. Возглавлял отдел по работе с органами государственной власти и некоммерческими организациями ОАО «ТГК-1».

В 2013 году назначен на должность директора СПб ГБУ «Центр развития и поддержки предпринимательства», где инициировал ряд важных проектов улучшения условий ведения бизнеса в Петербурге. Так, создан и эффективно функционирует Инфраструктурный комплекс поддержки предпринимательства, расширен спектр услуг городского бизнес-сообществу, разработан проект Единого центра предпринимательства, который начнет работу в текущем году.

В «Центре контроля качества товаров (продукции), работ и услуг» – новый руководитель

Центр контроля качества осуществляет свою деятельность сразу по нескольким направлениям: работа по обращениям потребителей; экспертиза качества и оценки признаков контрафактности продукции; лабораторные испытания продукции; услуги по сертификации товаров и услуг.

Так, в 2014 году в отдел контроля качества продукции и услуг по обращениям потребителей поступило 4262 жалобы потребителей на неудовлетворительное качество продукции и услуг, а по результатам работы за 2014 год аккредитованная испытательная лаборатория «ПЕТЭКС» («Петербург-Экспертиза») провела испытания по 38 группам продукции, включая пищевую продукцию, пищевое сырье, косметическую продукцию и товары бытовой химии.

Специалисты отдела осуществляют постоянные консультации для граждан по телефонам горячей линии 274-12-37, 274-12-41, дают информацию по вопросам применения норм закона «О защите прав потребителей», оказывают потребителям помощь в решении конфликтных ситуаций. Эти услуги финансируются из бюджета города и предоставляются людям бесплатно. Заявления и жалобы принимаются по адресу: Суворовский пр., д. 65, лит. Б, 3-й этаж, каб. 1, и в электронном виде на сайте www.quality.sbp.ru.

**Пресс-служба
Комитета по развитию
предпринимательства и потребительского
рынка Санкт-Петербурга**



ВОПРОС-ОТВЕТ

НАЛОГОВЫЙ ВЫЧЕТ СБЕРЕЖЕТ СЕМЕЙНЫЙ БЮДЖЕТ

Я знаю, что имею право на возврат подоходного налога от суммы, потраченной на лечение, образование и покупку недвижимости. Подскажите, каким образом можно получить этот налоговый вычет?

Татьяна Павловна, пенсионерка

ИТАК, ЕСЛИ ЗА ПОСЛЕДНИЕ ТРИ ГОДА ВЫ:

- оплачивали свое лечение или лечение членов своей семьи,
- оплачивали обучение в государственном или коммерческом вузе,
- приобретали недвижимость или брали кредит на покупку жилья,
- заключали договора добровольного страхования, в том числе пенсионного, и у

вас сохранились подтверждающие это документы, **вы имеете право на возврат 13% от этих сумм!**

Для этого необходимо подать в налоговую инспекцию декларацию по форме 3-НДФЛ. Чтобы ее правильно заполнить, обратитесь к профессионалам, и тогда вам не придется посещать налоговую инспекцию вновь и вновь, исправляя очередные ошибки. Помните: копейка рубль бережет, а налоговый вычет бережет семейный бюджет!

Санкт-Петербургская общественная организация потребителей «Общественный контроль» подготовит для вас декларацию по форме 3-НДФЛ для подачи ее в налоговую инспекцию. Мы поможем вернуть ваш подоходный налог!

Справки по тел. 8-911-121-00-66

ПЕТЕРБУРГСКОЕ
КАЧЕСТВО

Учредитель и главный редактор – Всеволод Вишневецкий
Корреспонденты – Алла Чердынченко, Алиса Савельева
Дизайн и верстка – Ирина Серова
Фотограф – Алексей Актюев
Отдел рекламы: Людмила Боярницава, Валентина Орлова, Леонид Пудов
Издатель – ООО «ИКЦ «Тест-Принт»

Свидетельство о регистрации СМИ № ТУ 78-00674 от 27.08.2010 г., выдано Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Санкт-Петербургу и Ленинградской обл.

Адрес редакции и издателя: 190103, Санкт-Петербург, Рижский пр., 26, до востребования.
РАСПРОСТРАНЯЕТСЯ БЕСПЛАТНО
Тел./факс редакции: (812) 324-25-88
Тел./факс отдела рекламы: (812) 324-25-88, 251-88-83
E-mail: okk@petkach.spb.ru
WWW.PETKACH.SPB.RU

Схема распространения:
– подписка: индекс – 38531;
– универсамы, универмаги и магазины города;
– торговые сети



Отдел распространения:

Тел./факс (812) 251-04-46

Мнения авторов статей не обязательно совпадают с мнением редакции. Ответственность за содержание рекламы несет рекламодатель.

Материалы, помеченные знаком ♦, являются рекламными.

Все рекламируемые товары, подлежащие обязательной сертификации, имеют сертификаты, а услуги – лицензии.

Передача материалов допускается только с письменного разрешения редакции.

Номер подписан к печати 11.03.2015 г.

Газета отпечатана в ООО «Типографский комплекс «Девиз» 199178, Санкт-Петербург, 17-я линия В.О., д. 60, лит. А, пом. 4 Н.

Номер заказа ТД-7826/2

Тираж номера 50 000 экз.

СОВЕТЫ СПЕЦИАЛИСТОВ

Правильное и здоровое питание создает предпосылки для полного развития функциональных возможностей организма, обеспечивает оптимальную трудоспособность, повышает производительность труда и увеличивает продолжительность жизни. Есть у людей периоды, связанные не только с ограничением потребления пищевых продуктов, но и с полным запретом на употребление пищи. Одним из таких периодов является Великий пост.

Великий пост – самый длинный и самый строгий. Поэтому встает вопрос о том, как же правильно питаться во время поста. Он приходится на наиболее тяжелый для организма период – переход от зимы к весне, когда происходит перестройка всех жизненных процессов и организм испытывает потребность в витаминах. Поэтому, чтобы не нанести организму вреда и использовать пост для улучшения здоровья, необходимо с большим вниманием отнестись к питанию.

Основным ограничением во время поста является запрет на употребление продуктов животного происхождения (мясо, молоко, сливочное масло, сыр, творог, яйца, рыба и др.). Таким образом, человек недостаточно получает с пищей усвояемое железо, цинк, витамины B12, D, кальций. Кроме того, лишается практически всех источников триптофана, а это может привести к обострению весенней депрессии, снижению иммунитета, активности, плохому настроению, вялости и апатии.

Альтернативой продуктам животного происхождения могут служить множество других продуктов, причем доступных каждому.

Заменить мясо можно грибами, которые богаты витаминами D, PP и, конечно же, белком; бобовыми – фасолью, чечевицей, горохом, – которые являются незаменимым источником необходимого для нашего организма растительного белка. Полезная и необходимая пища для каждого человека во время поста – крупы. Высокое содержание витаминов, минералов, микроэлементов и биологически активных веществ – вот то, что дает все основания пополнить ими ваш

ЗДОРОВОЕ И ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ ВО ВРЕМЯ ВЕЛИКОГО ПОСТА



рацион во время поста. Уникальность круп для постного меню заключается также в том, что они способны удовлетворить практически любой вкус, ведь блюда, которые из них готовят, могут быть и острыми, и солеными, и кислыми, и сладкими. Самые распространенные из круп – рисовая, гречневая, перловая, пшеничная, пшенная, кукурузная, овсяная, манная, ржаная, ячменная (ячневая), а также просо.

Овощи помогут компенсировать нехватку витаминов, микро- и макроэлементов во время поста. Готовить овощи можно в любом виде – варить, запекать в духовке, тушить, готовить на пару, – и, конечно же, употреблять в сыром виде. Стоит отметить: чем меньше используется тепловая обработка, тем больше полезных веществ сохраняется в готовом блюде. Самыми полезными овощами во время соблюдения поста являются картофель,

баклажаны, капуста белокочанная, пекинская, цветная, брюссельская, брокколи и кольраби.

Орехи – фундук, арахис – это хороший источник белка, кальция, фосфора, цинка, меди, селена, фолиевой кислоты, витаминов E, A. Кроме того, орехи обладают низким гликемическим индексом, по этой причине

их рекомендуют людям, больным сахарным диабетом.

Кондитерские изделия можно заменить сухофруктами. Они относятся к категории сладких концентрированных продуктов, в которых содержится не обычный сахар, а фруктоза и глюкоза. Во время поста можно употреблять сухофрукты в промежутках между основными приемами пищи, а также добавлять их в различные блюда и варить из них компоты. Также в своем составе содержит фруктозу, глюкозу, целый ряд полезных минералов и витаминов мёд. Он обладает антибактериальными и антибактериальными свойствами.



Фрукты являются натуральными продуктами, которые содержат в себе фруктозу. Все они имеют низкий индекс гликемичности, и употреблять их можно практически без ограничений. Кроме того, фруктами можно дополнить салаты, добавить их во вторые блюда и даже сделать главными ингредиентами постных десертов.

Также постящимся следует придерживаться общих рекомендаций:

– пищу нужно принимать 6–7 раз в сутки небольшими порциями, свежеприготовленную, с минимальной термической обработкой;

– во время поста необходимо выпивать воды больше, чем обычно, – это позволит поддержать водный баланс в организме;

– людям, которые ведут активный образ жизни, надо употреблять больше продуктов, являющихся источником энергии, – таких как орехи, картофель и крупы.

Не рекомендуется поститься детям, беременным и кормящим женщинам, пожилым людям, учащимся и студентам.

Кроме того, необходимо правильно выходить из поста. Продукты животного происхождения по окончании поста нужно вводить в рацион постепенно. Начните с вареных куриных яиц и небольшого количества молочных продуктов – это поможет возобновить активность системы пищеварения после долгого воздержания, – и только потом переходите на мясо.

Управление Роспотребнадзора по г. Санкт-Петербургу

ORGANIC FOOD

Биопродукты в Ленинградской области: УТОПИЯ ИЛИ РЕАЛЬНОСТЬ?

В 1980-е годы Международная федерация движений экологического сельского хозяйства (IFOAM) сформулировала «Базовые стандарты относительно производства биопродуктов и их переработки». С тех пор это направление за рубежом начало активно развиваться.

ЧТО ТАКОЕ БИОПРОДУКТЫ?

– Суть органической продукции в том, что она производится без использования синтетических удобрений, гербицидов и пестицидов, – объясняет **руководитель компании «Зеленый хутор» Мария Гиршберг**. – Фермерские угодья, на которых выращиваются такие продукты, располагаются не ближе чем за 6 километров от крупных трасс и промышленных предприятий. Если речь идет о животноводстве, то оно должно быть гуманным. Животные должны находиться в естественных условиях обитания, подразумевая свободный выгул, использование натуральных кормов. Не допускается профилактическое использование антибиотиков и прочих лекарств (за исключением обязательного вакцинирования и антипаразитарной обработки).

«ОРГАНИК» ПО-РУССКИ

Мода на биопродукты появилась в России примерно пятнадцать лет назад. Проанализировав спрос, отечественные производители разделились на два лагеря: одни с энтузиазмом начали развивать экологическое направление, другие безо всяких оснований стали маркировать свои товары привлекательными значками «био», «органик» и прочими синонимами, вызывающими у потребителей ассоциации со здоровым питанием.

– Проблема в том, что в России до сих пор отсутствуют законы о серти-

фикации органической продукции, – объясняет **Мария Гиршберг**. – Сегодня любой производитель может представить свою продукцию как «органическую» или «био» только в качестве маркетингового хода. Причем не факт, что в производстве этих товаров не были использованы те ли иные химические удобрения или гормоны роста при откорме животных. А поскольку закон отсутствует, проверить (и тем более наказать) таких нечестных производителей псевдобиопродукции практически невозможно.

Редкое исключение составляют производители, которые прошли процедуру международной органической сертификации, благодаря чему имеют законное право называть свою продукцию «био». Некоторые фермеры принимают частные российские экомаркировки. Этот процесс схож с европейской сертификацией, но сама система стандартов не имеет международного признания. Большинство российских фермеров вообще не сертифицируются по причине дороговизны данного процесса.

ЦЕНА ВОПРОСА

– Наши покупатели – люди среднего класса и выше. В основном это семьи с детьми. Заказ формируется на неделю, – рассказывает **директор по развитию экофермы «Алеховщина» Евгения Жучева**. – Стандартный набор потребительской корзины вклю-



чает курицу, борщевой набор, десяток яиц и литр молока, творог, сыр. Средний чек такого заказа составляет 3000 рублей. Конечно, цены на нашу продукцию, как и на всё сегодня, поднимаются. Подорожали (на 20%) яйца и молочная продукция. А вот на овощи мы удерживаем цены прошлого года. При этом цена зависит от места реализации продукта. Самая большая наценка (более 30%) на наши продукты в магазинах премиум-класса («Ленд», «Азбука вкуса» и др.). Такую же продук-

цию, но дешевле можно приобрести в специализированных интернет-магазинах, которые осуществляют доставку заказов на сумму от 1500 рублей. Бюджетный вариант – сотрудничество с непосредственным производителем (интернет-магазин и склад, откуда самовывозом можно забрать хоть один кочан капусты).

ДАЧНЫЙ ОРГАНИК

Многие петербуржцы, которые по тем или иным причинам не могут

себе позволить покупать десяток яиц за 200 рублей, курицу за 500 рублей или картофель за 100 рублей за килограмм, пытаются реализовать собственные биопроекты на своих дачных участках.

– Уверена, что результаты таких дачных экспериментов можно считать органическими продуктами, которые не нуждаются в сертификации и проверке, – отмечает **Евгения Жучева**. – Другое дело, что не на всех дачных участках можно обеспечить обязательный в биоземледелии севооборот (смену культур, выращиваемых на участке), не каждый дачник обладает необходимыми знаниями для выращивания и производства органической продукции.

Алла ЧЕРЕДНИЧЕНКО

МНЕНИЕ ЭКСПЕРТА

Елена Завьялова, заведующая испытательной лабораторией филиала ФГБУ «Россельхозцентр» по Ленинградской области, кандидат сельскохозяйственных наук, эксперт в области подтверждения ответственности минеральных и органических удобрений:

– Биопродукция, выращенная в условиях нашего региона, – это экзотика, получение которой в промышленных объемах невозможно. В Ленинградской области три типа основных почв: дерново-подзолистые, дерново-карбонатные и торфяно-болотные (незначительный процент).

Дерново-подзолистые почвы (все районы северо-запада и северо-востока Ленинградской области) отличаются дефицитом элементов питания и большой кислотностью. Более-менее значительного урожая достойного качества без известкования на таких почвах добиться практически невозможно. Известкование считается средством химизации, и если оно применяется, то это уже не органическое земледелие. Однако если на таких почвах даже и удастся что-то вырастить без дополнительной стимуляции, потребительские свойства полученных культур будут сомнительными с точки зрения баланса между элементами питания, что негативно скажется на качестве продукции и ее способности к длительному хранению.

Дерново-карбонатные почвы (Волосово, Кингисепп, отчасти Гатчина и в какой-то степени Сланцы) более плодородны, чем дерново-подзолистые. Они накапливают больше органических веществ, не кислые и, соответственно, не требуют известкования. Но всё равно для того, чтобы получить на этих почвах высокий урожай, их необходимо обогащать как органическими, так и минеральными удобрениями.

Таким образом, почвы Ленинградской области не отличаются плодородием и для ведения сельского хозяйства требуют дополнительных усилий, в том числе и химической подкормки.

15 МАРТА – ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ

НЕ ВСЁ ПОЛЕЗНО,



ВСЕ БОЛЕЗНИ ИЗ ДЕТСТВА

– На сегодняшний день из всех российских школьников здоровыми можно считать менее 3%, – приводит неутешительные данные **врач-педиатр, гастроэнтеролог, диетолог Алена Чубарова**. – Каждый второй ребенок школьного возраста имеет проблемы с состоянием желудочно-кишечного тракта. Резко помолодели кариес и сахарный диабет. В геометрической прогрессии увеличивается число детей, страдающих теми или иными формами аллергозов, а также детей с избыточным или недостаточным весом. 98% школьников в той или иной степени испытывают микронутриентную недостаточность и дефицит витаминов. Все эти проблемы так или иначе связаны с неправильным питанием. Ведь если за рационом дошкольников мамы еще более-менее следят, то школьники и особенно старшеклассники питаются без какого-либо контроля. Ассортимент школьных буфетов и столовых оставляет желать лучшего. Имея карманные деньги, дети с удовольствием тратят их на фастфуд, газированные напитки и сладости.

Все вредные гастрономические привычки, которые имеют дети, им прививают их родители, с раннего возраста пичкая сладкими йогуртами и творожками с красителями и усилителями вкуса, колбасой, сосисками, пакетированными соками, перенасыщенными сахаром, и разными полуфабрикатами. Дети, привыкшие к таким продуктам, вряд ли сознательно выберут обычный кефир, творог или овощи. Но скорректировать ситуацию никогда не поздно.

– Уберите из детского рациона все полуфабрикаты и сладкие йогурты, – советует **Алена Чубарова**. – Вместо обычного бутерброда с колбасой приготовьте полезный бутерброд из цельнозернового хлеба, кусочка вареной курицы, говядины или говяжьего языка, а вместо мясного паштета, содержащего избыток соли, специй, усилителей вкуса и консервантов, намажьте на хлеб мясное пюре, предназначенное для питания детей первого года жизни. Хороший вариант – бутерброд из зерновых хлебцев с сыром и свежим огурцом. Не поддавайтесь на провокационные рекламные ролики йогуртов, творожков, шоколадных батончиков и киндер-сюрпризов. Лучше дайте своему ребенку сухофрукты, банан или яблоко, орехи (только не соленые).

ОСНОВНЫЕ ОШИБКИ ПИТАНИЯ

Проблемы со здоровьем, которые человек получил в детстве, сопровождают его всю последующую жизнь. Более того, с возрастом они только усугубляются.

– Большинство людей игнорируют завтрак, компенсируя его перекусами в течение дня и обильным ужином, – отмечает **врач-диетолог, кандидат медицинских наук Марина Когай**. – Это неправильно. Полноценный завтрак дает долгое ощущение сытости, предотвращая перепады уровня инсулина в крови, которые ведут к избыточному синтезу жира. Нерегулярный режим питания (1–2 раза в день) приводит к застою в желчевыводящих путях, к камням в желчном пузыре, а в худшем случае и вовсе к удалению этого важного органа. Еще одна проблема питания современных россиян –

дефицит в их рационе продуктов, содержащих пищевые волокна – фрукты и овощи, нешлифованные крупы, хлеб грубого помола, макаронизированные твердые сорта пшеницы. Имеет смысл включать в рацион запеченные яблоки, так как они богаты пектинами (растворимые пищевые волокна. – *Ред.*), которые очень полезны для микрофлоры. А вот с экзотическими заморскими продуктами экспериментировать не стоит, так как наша ферментативная система может не иметь тех или иных ферментов для их переработки. Сезонные фрукты и овощи принесут пользу именно в период сбора урожая.

– Жителям Северо-Западного региона, испытывающим дефицит йода, необходима рыба, морепродукты, морская капуста, – дополняет список полезных продуктов **Алена Чубарова**. – Их желательно употреблять не меньше 3–4 раз в неделю. К сожалению, в реальности эта цифра сокращается до одного раза в месяц. Отдельного внимания заслуживают так называемые продукты-антиоксиданты – черника, черная смородина, изюм, шпинат, брокколи. Они обогащают организм витаминами, замедляют скорость образования свободных радикалов, тем самым препятствуя преждевременному старению. Очень полезны цитрусовые (отличный источник витамина С). Не стоит забывать и про чеснок – источник селена, который особенно актуален в период эпидемий ОРВИ. Для детей можно делать полезный чесночно-сметанный соус с добавлением петрушки и укропа.

Говоря о вредных для здоровья продуктах, все диетологи в первую очередь обращают внимание на колбасу.

– Бич питания россиян – избыточное потребление жиров, источником которых в том числе является колбаса – ее бы я посоветовал вообще исключить из повседневного рациона, – говорит **профессор кафедры гигиены питания Северо-Западного государственного медицинского университета им. И.И. Мечникова доктор медицинских наук Виктор Закревский**.

– Практически все колбасные изделия содержат сою (в большинстве случаев генномодифицированную), – добавляет **Марина Когай**. – А соя является нежелательным продуктом для мужчин, так как содержит фитоэстрогены, негативно влияющие на гормональный фон. Кроме того, в колбасе содержится много соли, усилителей вкуса и прочих пищевых добавок, которые стимулируют потребление еды, увеличивают риск возникновения аллергии.

Еще один продукт из черного списка диетологов – пальмовое масло.

– Я категорически не рекомендую употреблять в пищу продукты, в состав которых входит пальмовое масло, особенно это касается беременных женщин и детей, – подчеркивает **доцент кафедры сестринского дела и социальной работы, преподаватель курса «Диетология» СЗГМУ им. И.И. Мечникова Лариса Лавут**. – Попадая в организм человека, пальмовое масло образует нерастворимые комплексы, которые не всасываются и практически не выводятся, значительно повышая уровень холестерина в крови. Это приводит к возникновению и развитию таких заболеваний, как тромбоз сосу-

В этом году Всемирный день прав потребителей (ежегодно отмечается 15 марта) пройдет под девизом «Сфокусируем внимание потребителей на здоровом питании».

Актуальность данной проблемы обусловлена увеличением числа людей, страдающих от ожирения, несбалансированного веса, высоким кровяным давлением, повышенным уровнем глюкозы в крови и холестерина. По информации Всемирной организации здравоохранения, причинами этих и многих других заболеваний на 50% являются нездоровое питание и пассивный образ жизни. Какие же основные ошибки допускают люди при формировании своего рациона и как их избежать? Ответить на этот вопрос корреспондент «ПК» попросил ведущих экспертов Санкт-Петербурга.



дов, атеросклероз, и прочих нарушений сердечно-сосудистой системы. Кроме того, пальмовое масло обладает сильнейшим канцерогенным действием. Наиболее часто это пищевое сырье используется при производстве майонеза, маргарина, хлебобулочных, кондитерских изделий, а также при фальсификации молочных продуктов (сливочного масла, творога и сметаны).

В последнее время возникает много споров о пользе молока. С одной стороны, это действительно полезный продукт, содержащий легко усвояемый кальций и белок. Но с другой стороны – существует немало людей, которые молоко не переносят.

– Молоко было задумано природой для вскармливания детенышей, – объясняет **Алена Чубарова**. – Но с возрастом у многих людей активность ферментов лактозы, расщепляющих молочный сахар (лактозу), снижается – отсюда часто плохая переносимость молока у детей

старшего возраста и взрослых. В кисломолочных продуктах лактоза частично расщепляется молочнокислыми бактериями, поэтому такие продукты легче переносятся.

ПРАВИЛЬНЫМ СЛАДОСТЯМ – ЗЕЛЕНЬ СВЕТА

– Что касается сладостей, то отказываться от них не стоит, – ругает **Лариса Лавут**. – Одну конфетку могут позволить себе даже те, кто пытается похудеть. Другое дело, что надо выбирать самые простые сладости, сделанные на натуральной основе (зефир, мармелад, пастила, сухофрукты).

Детям и пожилым людям не рекомендуется много есть шоколада, так как он содержит кофеин, который вызывает возбуждение центральной нервной системы. Не забывайте, что в молочном шоколаде калорий больше, чем в горьком. Не надо увлекаться леденца-

ПОЛЕЗНЫЕ ПРОДУКТЫ

Цельнозерновой хлеб



Способствует удалению из организма вредных веществ. Ежедневное употребление цельнозернового хлеба полностью удовлетворяет потребность организма в клетчатке и пищевых волокнах.

Морская капуста



Источник йода. Незаменима в лечении и профилактике заболеваний щитовидной железы. Проявляет полезные свойства при ишемической болезни сердца. Рекомендована медиками и народными целителями при повышенном давлении и атеросклерозе сосудов.

Кефир, ацидобиофин, ряженка



Обогащают организм кальцием, фосфором. Положительно влияют на пищеварение. В том числе рекомендуются тем, кто не переносит молочные продукты.

Фрукты, овощи, зелень



Обладают низкой калорийностью, но при этом остаются достаточно сытными благодаря имеющейся в них клетчатке. Овощи и фрукты содержат большое количество витаминов, минералов и антиоксидантов, необходимых для функционирования организма.

Черника, черная смородина, изюм, шпинат, брокколи



Продукты-антиоксиданты. Обогащают организм витаминами, способствуют накоплению в нем свободных радикалов и препятствуют преждевременному старению.

ЧТО В РОТ ПОЛЕЗЛО

ми, потому что они механически разрушают зубную эмаль, что провоцирует кариес.

В последнее время многие зарубежные производители стали изготавливать конфеты на основе фруктозы, которая, по мнению ряда диетологов, воздействует на организм не так агрессивно, как сахароза. Впрочем, есть мнение, что лучше все-таки фруктозу не употреблять, поскольку она очень калорийная и усиливает отложение жира в печени.

– На сегодняшний день самая безопасная альтернатива сахару – уникальный растительный подсластитель, который пришел к нам из стран Южной Америки, – стевия, – говорит **Марина Когай**. – Сладость стевии имеет неуглеводную природу, поэтому практически не обладает калорийностью. В стевии содержится много антиоксидантов, минеральных веществ и витаминов. Сегодня она используется при производстве кондитерских изделий. Информация о наличии стевии выносятся на упаковку.

ИСКУССТВО НЕ ТОЛСТЕТЬ

Одна из важнейших проблем сегодняшнего дня, связанная с питанием, – лишний вес.

– Безусловно, предрасположенность к полноте существует, но действительно серьезные эндокринные проблемы имеют единицы, – добавляет **Алена Чубарова**. – Утверждение, что «полнеют не от котлет, а от лет», – неверное.

В период возрастных гормональных перестроек организма человек к своему весу (который он имел в 25 лет) может прибавить не более 5–6 кг. Значительное увеличение веса говорит о нерациональном питании.

Существует много мифов-отговорок, которые в свое оправдание используют люди. Это и «широкая кость», и «я же кормящая мама»... Но даже самые широкие кости дают прибавку

к весу максимум в 2–2,5 кг. Списывать полноту на материнство тоже нельзя. Лактация – процесс гормонозависимый, детей выкармливали и рабыни Древнего Египта, и женщины в блокадном Ленинграде. Лактация в первую очередь определяется настроением мамы на кормление, осознанием важности и необходимости этого процесса для малыша, а не в орехах, сгущенке и обильном ужине.

– Многие люди уверены: чтобы похудеть, надо до минимума сократить потребление пищи. Но худеть – не значит голодать, – предупреждает **Лариса Лавут**. – Организм – мстительная система: если на биохимическом уровне он недополучает необходи-

мой для работы клеточек энергии, то начинает запасать ее в виде жировых отложений. Поэтому нужно не голодать, а соблюдать сбалансированный режим питания. В последнее время очень многие отказались от супов. Но именно супы могут сыграть важную роль в процессе похудения. Суп – это жидкость, дающая объем, за счет

которого желудок наполняется и посылает сигнал головному мозгу о том, что сыт. Не надо бояться каш, однако лучше не добавлять в них масло и сахар. И еще один совет: если вы хотите открыть холодильник, лучше откройте книжку. Найдите в себе силы прервать чтение романа на самом интересном месте, и когда вам вновь захочется перекусить, просто продолжите чтение – это поможет отвлечься от мыслей о еде. Вместо того чтобы идти в продуктовый магазин, сходите в музей, филармонию или театр, там не только нет «провокационных» продуктов, но можно получить удовольствие и поднять настроение, что благотворно повлияет на общее состояние вашего организма.

Алла ЧЕРЕДНИЧЕНКО



ВРЕДНЫЕ ПРОДУКТЫ

Вафли



Практически все вафли, которые присутствуют на российском рынке, приготовлены на основе пальмового масла. Попадая в организм человека, оно образует нерастворимые комплексы, которые практически не выводятся, значительно повышая уровень холестерина в крови. Это способствует возникновению и развитию таких заболеваний, как тромбоз сосудов, атеросклероз, и прочих нарушений сердечно-сосудистой системы.

Леденцы



Механически разрушают зубную эмаль, что приводит к кариесу.

Колбаса



Содержит вредные добавки (пищевые консерванты, стабилизаторы, загустители, ароматизаторы и т.д.), которые стимулируют потребление еды, увеличивают риск возникновения аллергии. Кроме того, в колбасах, сосисках и сардельках содержится соя, негативно влияющая на гормональный фон мужчин.

Пакетированный сок



Вместо полезных веществ и витаминов в этих напитках содержится огромное количество сахара. Они возбуждают аппетит, что приводит к перееданию. Также в таких напитках присутствует фруктовая кислота, которая выводит из организма кальций и разъедает зубную эмаль.

Йогурты с длительными сроками хранения



Такие йогурты богаты стабилизаторами, загустителями, антиоксидантами и другими добавками. Их частое употребление способствует развитию аллергии, заболеваний поджелудочной железы.

ОБЩЕСТВЕННЫЙ КОНТРОЛЬ

Санкт-Петербургская общественная организация потребителей «Общественный контроль» отмечает, что весной традиционно увеличивается потребительский спрос на импортную косметику. Однако далеко не вся она соответствует требованиям российского законодательства.

О ЧЕМ МОЛЧИТ ИМПОРТНАЯ КОСМЕТИКА?

Продавцы импортной косметики не предоставляют потребителям информацию о ее составе на русском языке

В конце февраля в СПб ООП «Общественный контроль» стали поступать жалобы от потребителей Санкт-Петербурга на отсутствие информации на русском языке о составе импортных косметических средств, реализуемых через известные торговые сети – в частности, магазины «Л'Этуаль».

Согласно российскому законодательству, информация о составе косметических средств должна быть размещена на русском языке на упаковке или листе-вкладыше. Однако на многих образцах импортной косметики она отсутствует. Кроме того, потребители заявляют, что после использования импортных косметических средств, информация о составе которых им не была предоставлена в магазине «Л'Этуаль», у них возникают аллергические реакции на коже в местах нанесения.

В ходе визуального осмотра по жалобе потребителя импортных косметических средств торговой марки «ESTÉE LAUDER» («Крем для борьбы с морщинами», «Сыворотка против морщин», «Крем для рук и ногтей»), приобретенных в магазине «Л'Этуаль» (продавец – ООО «Алькор и Ко», ИНН 007729265128) по адресу: СПб, пр. Стачек, д. 9 (Кировский универмаг), было зафиксировано отсутствие информации о составе указанных косметических средств на русском языке – как на картонной упаковке, так и на листе-вкладыше, который находился внутри упаковки.

На внешней стороне картонной упаковки был приведен состав косметических средств только на иностранном языке, что является нарушением ст. 10 закона «О защите прав потребителей» и «Правил продажи отдельных видов товаров», утвержденных Постановлением Правительства РФ от 19.01.1998 № 55.

Как прокомментировал **Всеволод Ануфриев, юрист СПб ООП «Общественный контроль»**,

в п. 11 «Правил продажи отдельных видов товаров» содержится норма, указывающая, что продавец обязан **своевременно в наглядной и доступной форме** довести до сведения покупателя необходимую и достоверную информацию о товарах и их изготовителях, обеспечивающую возможность правильного выбора товаров.

Согласно п. 15 Правил, информация о продавце, товарах и их изготовителях доводится до сведения покупателей на русском языке.

Пункт 53 тех же Правил устанавливает, что информация о парфюмерно-косметических товарах должна содержать с учетом особенностей конкретного товара сведения о его назначении, **входящих в состав изделия ингредиентах**, действии и оказываемом эффекте, **ограничениях (противопоказаниях) для применения**, способах и условиях применения.

Исходя из положений ст. 12 закона «О защите прав потребителей», если потребитель не предоставлена возможность незамедлительно получить при заключении договора информацию о товаре, он вправе (если договор заключен) в разумный срок **отказаться от его исполнения** и потребовать возврата уплаченной за товар суммы.

В связи с тем, что отсутствие информации о составе импортных косметических средств на русском языке нарушает российское законодательство и создает угрозу для здоровья граждан, «Общественный контроль» обратился в Управление Роспотребнадзора по г. Санкт-Петербургу с предложением незамедлительно провести внеплановую проверку магазинов города, специализирующихся на реализации импортной косметической продукции, на предмет ее соответствия требованиям российского законодательства.

Кирилл ОРЛОВ

ЛИДЕРЫ ТОРГОВЛИ

Популярность натуральных и свежих продуктов в последнее время стабильно растет. Яркий пример – прилавки универсама «Пулковский», который значительно расширил в последнее время свой ассортимент вкусными и полезными продуктами от фермерских хозяйств.

Универсам «ПУЛКОВСКИЙ» всегда на шаг впереди

Особенно привлекательным сегодня выглядит молочный отдел, на прилавках которого наряду с коровьим молоком значительное место занимают козье молоко и продукты, приготовленные на его основе. Покупатели универсама по достоинству оценили диетический козий кефир и ряженку, творог, сыр. Пользуется спросом оригинальный десерт на французский манер – парфе из коровьего молока. Еще одна интересная новинка молочного отдела – закваски для приготовления кисломолочных продуктов в домашних условиях.

Атмосфера здорового питания ощущается и в отделе мяса и птицы. Фермерские куры и цыплята, утки, индейки, перепелки выглядят настолько идеально с гастрономической точки зрения, что даже самые взыскательные хозяйки, не раздумывая, разбирают свежих птичек с прилавков.

Кроме свежих куриных и перепелиных яиц, «Пулковский» предлагает своим покупателям такие экзотические яичные варианты, как высококалорийные яйца утки, популярные в лечебно-профилактическом питании яйца индейки и даже яйца цесарок, которые имеют низкий уровень холестерина и обладают гипоаллергенными свойствами.

В дни Великого поста на полках универсама представлен большой выбор постных продуктов. В их числе соевый сыр тофу, который по количеству белка превосходит рыбу, яйца и говядину и именно поэтому считается идеальным продуктом для постящихся, вегетарианцев и приверженцев здорового питания.



Петербуржцы, соблюдающие ограничения в пище, наверняка оценят колбасу, не содержащую животных компонентов, постный майонез, постное печенье, а также широкую линейку растительных масел. Кроме подсолнечного и оливкового, покупатели универсама могут приобрести кукурузное, кунжутное, тыквенное, горчичное, масло грецкого ореха и из виноградных косточек... Все эти масла можно использовать не только для жарки тех или иных блюд, они также являются идеальными заправками для овощных салатов.

Для тех покупателей, у кого нет времени готовить самостоятельно, творческая команда поваров кулинарного отдела универсама разработала специальное постное меню, блюда которого приготовлены по рецептам православной кухни. А к Пасхе «Пулковский» традиционно предложит своим покупателям пышные и ароматные куличи, пироги и торты, сделанные из натуральных и качественных ингредиентов.

Алина ВЛАДИМИРОВА

ЭКСПЕРТИЗА «ПК»

Садоводы и огородники уже приступили к выращиванию рассады в надежде получить богатый урожай собственных овощей и фруктов и хоть немного скрасить последствия экономического кризиса. Однако успех им будет гарантирован только в том случае, если приобретенный ими грунт, в который уже посажены семена, не окажется подделкой. Увы, такие неприятные торфяные «сюрпризы» могут подстергать сегодня дачников даже в уважаемых специализированных магазинах, таких как «Метрика» и «Касторама».



Чтобы помочь садоводам и цветоводам выбрать правильный грунт для рассады, Санкт-Петербургская общественная организация потребителей «Общественный контроль» ежегодно исследует качество этой продукции. И каждый год общественная проверка выявляет фальсифицированные образцы. Так, в прошлом году нестандартными было признано больше половины грунтов из числа проверенных. В этом году с помощью лабораторного контроля выявлено всего два фальсификата и еще два грунта получили незначительные

ХУДАЯ ЗЕМЛЯ

Санкт-Петербургская общественная организация потребителей «Общественный контроль» проверила 10 образцов фасованных торфогрунтов. В 40% из них выявлены различные нарушения



замечания по кислотности. В целом подделок стало меньше, и это радует.

В ПОИСКАХ ПИТАТЕЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

В феврале этого года в магазинах города была произведена контрольная закупка десяти образцов грунтов разных производителей и направлена в авторитетную испытательную лабораторию филиала ФГБУ «Россельхозцентр» по Ленинградской области.

– Мы определяли объем заполнения потребительских упаковок грунтов и соответствие их основным агрохимическим показателям, заявленным на маркировке, – говорит **Елена Завьялова, заведующая испытательной лабораторией, кандидат сельскохозяйственных наук, эксперт в области подтверждения соответствия минеральных и органических удобрений.**

К перечню агрохимических показателей относятся массовая доля влаги, кислотность и массовая доля основных подвижных форм элементов питания (азота, фосфора и калия). Эти данные характеризуют основные потребительские свойства почвогрунтов – их пригод-

ность для выращивания рассады, а также овощных и декоративных культур.

В ТОРФ НЕ ДОКЛАДЫВАЮТ ИЗВЕЩЬ

Два образца грунтов имели повышенную кислотность. Образец грунта «Morris Green: грунт для выращивания томатов» (торфопредприятие «Пельгорское-М», Ленинградская область) имел величину pH солевой суспензии 5,2 вместо заявленной на упаковке 5,8. Аналогичное несоответствие выявлено при анализе образца «Универсальный грунт ЭКЗО» (ЗАО «Селигер-Холдинг», г. Тверь): 4,7 вместо нормированного значения pH 5–6.

Известно, что повышенная кислотность ухудшает рост и ветвление корней. В результате снижается поступление питательных веществ. Наиболее чувствительны к повышенной кислотности огурцы, лук, салат.

– Низкая величина pH связана прежде всего с недостаточным известкованием торфа, – комментирует **Елена Завьялова.** – Дело в том, что чаще всего торф, особенно в Ленинградской области, изначально является кислой средой, которую выдерживают далеко не все растения. В связи

с этим один из важных этапов производства грунтов – известкование торфа. Для известкования одной тонны торфа иногда бывает достаточно всего 30 килограммов извести, но вот достичь однородности распределения этих компонентов в грунте очень сложно. Соответственно, причины нарушений, выявленных в образцах «Morris Green: грунт для выращивания томатов» и «Универсальный грунт ЭКЗО», либо в том, что производители изначально неадекватно оценили кислотность торфа, либо в сбое технологического процесса: грунт поступил на фасовку до того момента, как был выдержан срок реакции (нейтрализации). Однако нельзя исключать, что изготовители решили просто сэкономить на технологическом процессе.

ОСТОРОЖНО, ПОДДЕЛКИ!

Образцы торфогрунта «7 грядок»: готовая к применению садовая земля для томатов и перцев» (ООО «Гатчинский торфяной ресурс», г. Гатчина, приобретен в магазине «Метрика») и грунта «Биопоток»: биогрунт для садовых растений» (ООО «Биопоток», г. Москва, приобретен в магазине «Касторама») по результатам испытаний были признаны самыми некачественными.

– Эти образцы ни по одному из показателей не соответствовали нормативным значениям, заявленным на упаковке, – с сожалением констатирует **Елена Завьялова.** – Данные грунты имеют повышенную влажность, кислотность и крайне низкое содержание элементов питания, а если точнее, их количество меньше предела обнаружения прибора – ощущение такое, что это чистый пустой торф. Естественно, что при подобных показателях семена не взойдут и ни перца, ни томата, ни баклажанов не будет.

Кроме практически отсутствующих калия, фосфора и азота образец грунта «Биопоток» не имел также на потребительской упаковке информации о дате изготовления и номер партии, в связи с чем невозможно установить соответствие фактического срока годности заявлен-

РЕЗУЛЬТАТЫ ЭКСПЕРТИЗЫ САДОВОЙ ЗЕМЛИ



Наименование товара	Универсальный натуральный торфогрунт для всех видов овощных, зеленных, цветочных культур и рассады	WELL TOPF: торфогрунт для рассады	Микропарник «Зеленая грядка»: готовый нейтральный грунт для выращивания рассады овощных, а также зеленных культур (укропа, петрушки, лука на перо, салата) в домашних условиях и в открытом грунте	Грунт плодородный «Богатырь» для рассады универсальный	Terra Nova: грунт универсальный	PETER PEAT: грунт для томатов и перцев
Производитель	ООО «Торфозавод «Агроторф», Ленинградская обл.	ООО «Велторф», Псковская обл.,	ООО «РусБалТорф», Ленинградская обл., г. Гатчина	ООО «Лама Торф», Московская область	ЗАО «МНПП «Фарт», г. Санкт-Петербург	ООО «Питэр Пит», Рязанская обл.
Дата изготовления	16.01.2015	07.11.2014	декабрь 2014	07.09.2014	26.08.2014	19.12.2014
Масса/количество образцов	2 x 5 л	2 x 10 л	2 x 6 л	2 x 10 л	2 x 5 л	2 x 5 л
Цена за уп., руб.	24-76	49-90	37-00	70-00	87-00	29-00
Место закупки	ООО «О'Кей», Пулковское шоссе, д. 17, корп. 2	ЗАО «Тандер», магазин «Магнит-Бурбон», Алтайская ул., д. 16	Магазин «Садовод» ИП Алексеева И.В., ул. Ленсовета, 91	ИП Мелихов В.Ю., магазин «Семена», г. Тосно, Вокзальная ул., 92	Магазин «Садовод» ИП Алексеева И.В., ул. Ленсовета, 91	ООО ТД «Перекресток», гипермаркет «Карусель», ул. Савушкина, 116, лит. А
Влага, % Норма/результат	не более 65 / 62,1 ± 0,7	не более 65 / 55,0 ± 0,7	не указана / 65,3 ± 0,7	не указана / 44,3 ± 0,7	не более 65 / 56,0 ± 0,7	не более 65 / 51,8 ± 0,7
pH (кислотность) Норма/результат	5,0-6,5 / 6,5 ± 0,1	5,5 - 7,0 / 6,4 ± 0,1	не менее 5,5 / 6,1 ± 0,1	5,5-6,5 / 6,6 ± 0,1	6,0-6,5 / 6,0 ± 0,1	не менее 5,0 / 4,9 ± 0,1
Минеральный азот (NH ₄ +NO ₃), мг/л Норма/результат	300±100 / 255 ± 73	не менее 180 / 127 ± 69	не менее 200 / 283 ± 75	150-350 / 115 ± 88	не менее 150 / 101 ± 72	не менее 150 / 379 ± 105
P ₂ O ₅ (фосфор, подвижная форма), мг/л Норма/результат	200±100 / 433 ± 127	не менее 165 / 175 ± 72	не менее 200 / 339 ± 104	250 - 400 / 176 ± 93	не менее 300 / 356 ± 76	не менее 170 / 215 ± 88
K ₂ O (калий, подвижная форма), мг/л Норма/результат	350±130 / 513 ± 153	не менее 310 / 261 ± 96	не менее 300 / 364 ± 125	250 - 400 / 163 ± 123	не менее 350 / 396 ± 151	не менее 290 / 392 ± 118
Соответствие качества товара информации на упаковке	соответствует	соответствует	соответствует	соответствует	соответствует	соответствует

Результаты экспертизы касаются исключительно тех отдельных образцов, которые были подвергнуты лабораторным испытаниям, а не всей продукции указанных в таблице предприятий-изготовителей.

ПУСТАЯ МОШНА!



Елена Завьялова

нуму. Таким образом, необходимо признать: те, кто посадил семена в грунты «7 грядок» или «Биопоток», выбросили деньги на ветер!

Информацию о фальсифицированных торфогрунтах СПб ООП «Общественный контроль» уже направила в Управление Роспотребнадзора по г. Санкт-Петербургу.

КАК ВЫБРАТЬ САДОВУЮ ЗЕМЛЮ?

Торговые стеллажи садовых магазинов пестрят яркими упаковками почвогрунтов с многообещающими рекламными картинками образцового урожая. На самом деле, приобретая грунт в мешке, дачники смогут оценить его только в процессе использования. Внешне определить качество продукта практически нереально.

– При выборе грунта стоит отдать предпочтение продукции известных брендов и желательно, чтобы она была в более-менее аккуратной упаковке, – рекомендует Елена Завьялова. – А дальше внимательно наблюдайте за процессом выращивания урожая. Чаще всего у дачников возникают проблемы из-за грунтов с повышенной кислотностью и недостатком азота, что негативно сказыва-

ется на всхожести семян. Если вы видите угнетенное состояние растений, они имеют ненормальный цвет, надо делать выводы и применять соответствующие меры в виде специализированных водорастворимых удобрений. Неестественный изумрудный цвет растений говорит о том, что им не хватает фосфора. Желтоватые кончики листьев сигнализируют о недостатке калия.

МОЖНО ПОКУПАТЬ!

Согласно протоколам испытаний, шесть из десяти образцов грунтов соответствовали информации для потребителя, заявленной на упаковке. Это «Грунт плодородный «Богатырь» для рассады универсальный» (ООО «Лама Торф», Московская область), «Terra Nova: грунт универсальный» (ЗАО «МНПП «Фарт», Санкт-Петербург), «Грунт для томатов и перцев ТМ «PETER PEAT» (ООО «Питэр Пит», Рязанская область), «Универсальный натуральный торфогрунт» (ООО «Торфозавод «Агроторф», Ленинградская область) и «Торфогрунт для рассады» ТМ «WELL TOPF» (ООО «Велторф», Псковская область).

СПб ООП «Общественный контроль» надеется, что результаты независимой экспертизы помогут садоводам найти на прилавках магазинов торфогрунты высокого качества, что позволит им этим летом получить отличный урожай на своем приусадебном участке.

Алла ЧЕРЕДНИЧЕНКО

При реализации проекта «Скажи фальсификату «НЕТ!» используются средства государственной поддержки, выделенные в качестве гранта в соответствии с распоряжением Президента Российской Федерации от 17 января 2014 года № 11-рп и на основании конкурса, проведенного ООД «Гражданское достоинство».



Универсальный грунт ЭК30	Morris Green: грунт для выращивания томатов	«Биопоток». Биогрунт для садовых растений	«7 грядок»: готовая к применению садовая земля для томатов и перцев
ЗАО «Селигер-Холдинг», г. Тверь	Торфопредприятие «Пельгорское-М», Ленинградская обл.	ООО «Биопоток», г. Москва	ООО «Гатчинский торфяной ресурс», Ленинградская обл.
15.12.2014	20.01.2015	не указана	28.01.2015
2 x 10 л	2 x 6,5 л	2 x 5 л	2 x 20 л
49-00	39-00	29-00	128-00
ООО «Касторама Рус», Пулковское шоссе, д. 17, корп. 1.	ООО «Сделай своими руками Северо-Запад», ОБИ, Пулковское шоссе, д. 21, корп. 1	ООО «Касторама Рус», Пулковское шоссе, д. 17, корп. 1.	ООО «Стройформат», магазин «Метрика», Пулковское шоссе, д. 53
не указана / 57,8 ± 0,7	не более 65 / 54,4 ± 0,7	не более 65 / 68,0 ± 0,7	не более 65 / 66,7 ± 0,7
5-6 / 4,7 ± 0,1	не менее 5,8 / 5,2 ± 0,1	6,0-7,0 / 3,2 ± 0,1	не менее 5,5 / 4,5 ± 0,1
100-180 / 125 ± 71	не менее 140 / 138 ± 52	не менее 350 / менее 82	не менее 200 / менее 59
135-255 / 96 ± 75	не менее 130 / 148 ± 55	не менее 450 / менее 86	не менее 350 / менее 62
115-215 / 110 ± 100	не менее 200 / 164 ± 73	не менее 450 / менее 115	не менее 300 / менее 83
не соответствует по pH	не соответствует по pH	не соответствует по влаге, pH, калию, фосфору, азоту, нет даты изготовления	не соответствует по влаге, pH, азоту, калию и фосфору

СОВЕТЫ СПЕЦИАЛИСТОВ

Питание является основой физиологических процессов, протекающих в организме человека, его здоровья, долголетия и работоспособности. Пища служит единственным источником энергии, белков, жиров, углеводов, витаминов, минеральных солей и микроэлементов. Когда речь идет о здоровом питании, следует помнить о пяти его основных законах.



Здоровое питание – ОСНОВА ДОЛГОЛЕТИЯ

Закон первый: обеспечение безопасности питания здорового человека качественными пищевыми продуктами.

Закон второй: соответствие энергетической ценности (калорийности) рациона энерготратам человека.

Энергия в организме образуется в результате окисления углеводов, жиров и в меньшей степени белков, содержащихся в пище. При окислении 1 г белка и углеводов выделяется около 4 ккал, жиров – 9 ккал. В сбалансированном рационе белки должны составлять 10–15% по калорийности, жиры – не более 30%, углеводы – 50–55%. Для обеспечения энергетического равновесия потребление энергии с пищей должно соответствовать энерготратам, которые складываются из расхода энергии на основной обмен (энерготраты, необходимые для поддержания сердечной деятельности, дыхания, температуры тела и т.п. в состоянии относительного покоя), пищевой термогенез (переваривание, всасывание и усвоение пищевых веществ – примерно 5–10% от общих энерготрат) и физическую активность.

Закон третий: соответствие химического состава рациона человека его физиологическим потребностям в пищевых веществах.

Основными пищевыми веществами в рационе питания являются белки, жиры, углеводы, витамины, минеральные вещества, вода. Белки, жиры и углеводы (макронутриенты) – это вещества, которые определяют пищевую ценность и калорийность рациона. К микронутриентам относятся витамины, минеральные вещества.

Закон четвертый: оптимальный режим питания.

Существуют биологические законы переваривания, усвоения, насыщения, приедаемости, скорости продвижения пищи по желудочно-кишечному тракту и другие закономерности, которые необходимо учитывать при приеме блюд и кулинарных изделий, разрывах между приемами пищи, объеме пищи, последовательности приема отдельных продуктов, блюд и напитков.

Пятый закон: регенерация патогенетических блоков болезни.

ПРАВИЛА ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ

На основании многолетних научных исследований были разработаны практические рекомендации, следуя которым можно снабдить организм всеми необходимыми веществами, сохранить здоровье и вести активный образ жизни до глубокой старости.

В настоящее время к общепринятым относятся 11 правил рационального питания. Считается, что соблюдение этих правил будет способствовать профилактике алиментарно-зависимых заболеваний:

1. Потребляйте разнообразную пищу, в основе которой лежат продукты как животного, так и растительного происхождения.
2. Потребляйте несколько раз в день хлеб и хлебобулочные изделия, зерновые продукты, рис, картофель, макаронные изделия, бобовые.
3. Несколько раз в день употребляйте в пищу разнообразные овощи и фрукты, причем предпочтительно в свежем виде (не менее 400 г в день).
4. Контролируйте потребление жиров (не более 30% суточной энергии) и заменяйте большую часть насыщенных жиров ненасыщенными растительными маслами или мягкими маргаринами.
5. Заменяйте жирные мясо и мясные продукты фасолью, бобами, чечевицей, рыбой, птицей или нежирным мясом.
6. Ежедневно потребляйте молоко, сыр, кисломолочные продукты (творог, кефир, простоквашу, ацидофилин, йогурт) с низким содержанием жира и соли.
7. Выбирайте такие продукты, в которых мало сахара, ограничивайте частоту употребления рафинированного сахара, сладких напитков и сладостей.
8. Выбирайте пищу с низким содержанием соли. Ее суммарное потребление должно быть не более одной чайной ложки (5–6 г) в день, включая соль, находящуюся в хлебе и обработанных, вяленых, копченых или консервированных продуктах.
9. Соблюдайте правильный водный режим.
10. Поддерживайте массу тела в рекомендуемых пределах (индекс массы тела от 20 до 25) путем получения умеренных, предпочтительно ежедневных физических нагрузок и правильного питания.
11. Соблюдайте правильный режим питания. Готовьте пищу безопасным и гигиеничным способом. Уменьшить количество добавляемых жиров помогают приготовление пищи на пару, выпечка, варка или обработка в микроволновой печи.

При подготовке статьи использованы материалы из печатного издания «Домашний справочник здорового питания», утвержденный советом по диетическому и лечебному питанию при Комитете по здравоохранению Правительства Санкт-Петербурга.

Управление Роспотребнадзора по г. Санкт-Петербургу

ДЛЯ ТЕХ, КТО ЛЮБИТ РЫБУ

Деликатесная рыба, называемая красной не только за свой цвет, но благодаря ценным питательным свойствам и удивительным вкусовым качествам, может по праву занимать центральное место на вашем праздничном столе.

**КРАСНАЯ -
значит полезная**

Красная рыба – это дальневосточный лосось, но есть и другие виды красных рыб, блюда из которых были любимы на Руси издавна, когда Дальний Восток еще не был открыт. Самые известные из них – семга и форель.

Семгу чаще всего употребляют в пищу в слабосоленом и копченом виде. Считается, что именно в слабосоленой семге сохраняются почти в неизменном виде все полезные вещества, микроэлементы и витамины: Омега-3, пиридоксин, витамины А, D, РР, В12 и другие. Форель, как и семга, является ценным продуктом питания, поскольку очень богата независимыми аминокислотами, витаминами и жирными кислотами.

Когда в нашей пище достаточно жирных кислот Омега-3, то уровень холестерина в крови будет нормальным, сосуды – крепкими и эластичными, а нервная система и мозг станут работать прекрасно. По результатам многочисленных исследований, люди, часто включающие красную рыбу в свое питание, почти в три раза реже страдают онкологическими заболеваниями, гипертонией, у них хорошая память, а депрессии практически не бывает.

Красную рыбу, как и другие соленые рыбные продукты, продают в вакуумной упаковке. Она

должна быть полностью герметичной, без пузырьков воздуха, в ней не должно быть сока, а пленка должна быть плотно прижата к рыбе.

Несмотря на герметичность упаковки, срок хранения рыбных продуктов обязательно указывается на упаковке. Хранить рыбу нужно на верхней полке холодильника. Открытую упаковку нельзя держать больше двух дней. Если рыба неправильно хранилась или у нее истек срок годности, она может вызвать тяжелое отравление.

Покупая в магазине расфасованную тонкими ломтиками рыбу или колбасу, вы наверняка удивлялись: как удается достичь такой идеальной ровности кусочков? Мастерски нарезанный продукт – результат работы слайсера, специальной машины. Слайсер позволяет не только нарезать рыбу красиво и тонко, но и снижает долю ручной работы, что обеспечивает более надежное соблюдение норм санитарной безопасности при производстве продукта.

ЗАО «БАЛТИЙСКИЙ БЕРЕГ» гарантирует петербуржцам высокое качество и безопасность красной рыбы в вакуумной упаковке. Побалуйте себя вкусной рыбкой в будни и в праздники!

Анна ШЕВЕЛЕВА



**ПОСТНАЯ ПРОДУКЦИЯ,
которая поможет укрепить силы
в период Великого поста**



Пельмени с грибами и луком



Перец болгарский с овощами



Котлеты морковные



Котлеты капустные



Котлеты картофельные



Компания-производитель:
ООО «ПЕТРОХОЛОД – пищевые технологии»



Картина с маслом



www.ecomilk.ru

**Неизменно высокое качество
в совершенно новой упаковке**



МОЖНО ПОКУПАТЬ

Вот уже два десятилетия сливочное масло петербургской компании «РОСЭКСПОПРОМ» в узнаваемой упаковке с красным логотипом радует потребителей своим отменным вкусом и непревзойденным качеством.



- правильное масло по отличной цене!



И даже сегодня вопреки кризису любимый многими продукт держит высокую марку качества. Это обеспечивается за счет использования только натурального сырья и строгого технологического контроля на всех этапах производства.

Наиболее популярные позиции компании – это «Масло сливочное сладко-сливочное, 82,5%, ГОСТ Р 52253–2004», «Масло сливочное натуральное, 82,5%, ГОСТ Р 52253–2004» и «Масло сливочное Крестьянское, 72,5%, ГОСТ Р 52969–2008». Поклонники масла «РЭП» кладут его в свои корзинки, не задумываясь, потому что оно уже давно стало «своим» и в какой-то степени незаменимым продуктом на кухне.

Кроме традиционных наименований компания недавно запустила в производство и ряд новинок. Например, «Масло сливочное «Артель маслоделов», 82,5%, ГОСТ Р 52253–2004».



Такое название масло получило не случайно. При его разработке использовался дореволюционный рецепт. Еще в 1907 году в Сибири были созданы первые артели маслоделов, которые уже в 1914 году вывели Россию на второе место в мире по экспорту сливочного масла. Именно по тем знаменитым старинным рецептам выработано это масло с уникальным сливочно-ореховым вкусом в стилизованной под старинный пергамент упаковке.

Еще одну стильную новинку ТМ «РЭП» по достоинству оценили болельщики петербургских спортивных клубов – «Масло сладко-сливочное, 82,5%, ГОСТ Р 52253–2004» под девизом «Сделано в городе чемпионов!», которое оформлено в соответствующем стиле. Вкус и качество «чемпионского» масла соответствует заявленному статусу.

Высокая ответственность компании перед потребителем не раз подтверждалась результатами независимых экспертиз Санкт-Петербургской общественной организации потребителей «Общественный контроль», а в 2012 году масло «РЭП» стало лауреатом Общественного конкурса по качеству продовольственных товаров «МОЖНО ПОКУПАТЬ!».

Традиционно поддерживая высокий уровень качества выпускаемой продукции, сегодня в непростой кризисный период «РОСЭКСПОПРОМ» внимательно подходит к вопросу ценообразования, стараясь делать минимальную наценку на весь ассортимент сливочного масла. Поэтому наш совет: выбирайте «РЭП» – правильное масло по отличной цене!

Алина ВЛАДИМИРОВА

ВЕСНА ЗОВЕТ!

БЛЮДА ОТ ВЛЮБЛЕННЫХ МУЖЧИН

Наступление весны – самое лучшее время для добровольной передачи власти в кухонном государстве представителям сильного пола. Ведь мечта любой женщины – «освобождение» от плиты и авторский праздничный ужин от любимого. В этом благородном деле на помощь мужчинам всегда готов прийти известный производитель мясной и овощной консервации – петербургская производственная компания «Русь», известная своими торговыми марками «Честный продукт» и «Консерватория вкуса».

МУЖЧИНА НА КУХНЕ – ЗВУЧИТ ГОРДО

Чтобы воплотить мечты многих домохозяек в жизнь, мужчинам необходимо преодолеть комплексы и вспомнить, что кулинарными экспериментами не брезговали даже известные представители сильного пола. К примеру, автор «Трех мушкетеров» Александр Дюма прославился не только приключенческими романами, но и тем, что со знанием дела написал первый в мире «Большой кулинарный словарь», который до XX века был самым солидным трудом в этой области.

Итак, поборов страхи и предрассудки, можно браться за дело. Тем более что в качестве основных продуктов можно взять самые простые и доступные, которые есть в каждом доме или в ближайшем магазине. Знатоки рекомендуют воспользоваться надежными мясными консервами ТМ «Честный продукт», а также овощной консервацией ТМ «Консерватория вкуса».

Плов из тушенки

В качестве основного блюда можно приготовить необычный «Плов из тушенки», главный секрет которого – настоящая «Говядина тушеная» или «Баранина тушеная» высшего сорта ТМ «Честный продукт».

Ингредиенты: «Говядина тушеная высшего сорта» или «Баранина тушеная высшего сорта» – 1 банка; рис – 500–700 г; морковь – 1 шт.; лук репчатый – 1 шт.; чеснок – 1 шт.; соль, перец – по вкусу.

Способ приготовления:

Тушенку обжарить в разогретой сковороде. Лук измельчить, а морковь натереть на терке – всё выложить в сковороду с тушенкой. Добавить специи, хорошенько перемешать и накрыть крышкой. Тушить до полуготовности лука и моркови. Рис промыть и выложить ровным слоем сверху на тушенку. Посолить и залить теплой водой выше уровня риса. Накрыть крышкой и довести до кипения. Воткнуть очищенные зубчики чеснока по краям сковороды. Снова накрыть крышкой и тушить на среднем огне до полуготовности. После этого всё перемешать и тушить до готовности риса.

Яблочный салат из мяса птицы

В дополнение к основному блюду можно приготовить, например, «Яблочный салат из мяса птицы», суть которого в том, что он объединяет простоту приготовления с нестандартным ингредиентным сочетанием, что по достоинству оценит любая дама.

Ингредиенты: «Мясо индеек в собственном соку» или «Мясо цыпленка в собственном соку» – 1 банка; картофель (сваренный в мундире) – 3 клубня; помидоры – 2 шт.; яблоки – 2 шт.; корень сельдерея – 1 шт.; яйца вареные – 2 шт.; салат – 4 листа; сметана – 4 ст. ложки; лимонный сок – 3 ст. ложки; соль.

Способ приготовления:

Мясо нарезать. Картофель и яйца очистить и нарезать ломтиками. Помидоры нарезать кубиками. Мякоть яблок и сельдерея натереть на терке. Смешать яблочную массу с натертым корнем сельдерея и сбрызнуть лимонным соком. Мясо смешать с картофелем, яйцами и помидорами и посолить. Добавить яблочно-сельдерею массу и сметану. Всё перемешать. Готовый салат красиво выложить на листья салата.

Бутерброды «Горячие»

Оригинальное дополнение праздничного стола – горячие бутерброды. Но готовить их нужно в последний момент перед началом торжества и подавать в качестве закуски к хорошему вину.

Ингредиенты: хлеб, сыр, «Паштет печеночный из гусиной печени» / «Паштет печеночный из утиной печени» / «Паштет печеночный из индюшиной печени».

Способ приготовления:

Нарезать хлеб ломтиками, положить на них кусочки сыра, сверху намазать паштетом. Поместить всё в микроволновую печь и готовить на максимальной мощности до полного расплавления сыра. Украсить веточкой зелени, помидором черри, оливкой. Подавать на стол в горячем виде.

На закуску

Идеально разнообразят стол готовые блюда от ТМ «Консерватория вкуса»: «Баклажаны обжаренные в аджике по-графски», «Баклажаны по-болгарски», «Баклажаны по-гречески», «Лечо любительское». Единственное, что потребует от повара в данном случае, мужская сила, чтобы открыть крышки этих консервов, и фантазия, чтобы выложить их содержимое в красивые вазочки.

Подготовила Алла ЧЕРЕДНИЧЕНКО



ЭКСПЕРТИЗА «ПК»

Если верить статистике, то сливочного масла на российском рынке продается примерно в два раза больше, чем его способны произвести отечественные предприятия из всего получаемого молока. Проще говоря, покупая сливочное масло, каждый второй потребитель рискует принести домой некачественный продукт, а то и вовсе фальсификат. Эту печальную тенденцию подтверждают неутешительные результаты регулярных проверок сливочного масла, которые ежегодно проводит Санкт-Петербургская общественная организация потребителей «Общественный контроль».



НЕ ВСЁ МАСЛО, ЧТО МАЖЕТСЯ...

По данным органов государственного надзора и общественных объединений потребителей, сливочное масло – едва ли не самый подделываемый молочный продукт. Увы, очередная независимая экспертиза «Общественного контроля» лишь подтвердила этот факт: четыре из десяти образцов сливочного масла оказались фальсификатами, так как содержали в составе не предусмотренные рецептурой ГОСТа растительные жиры – от 15% до 95%. Еще два образца не соответствовали требованиям нормативных документов по микробиологическим и физико-химическим показателям. И только четыре образца из десяти полностью соответствовали требованиям ГОСТа и Технического регламента на молоко и молочную продукцию. Исследования проводились в аккредитованной испытательной лаборатории «ПЕТЭКС», подразделении СПб ГБУ «Центр контроля качества товаров (продукции), работ и услуг».

ОСТОРОЖНО – ПОДДЕЛКИ!

На этикетках всех продуктов, выбранных для контрольной закупки, в составе был заявлен всего лишь один

компонент – пастеризованные сливки. Но результаты экспертизы показали, что образец «Масло сладко-сливочное несоленое с м.д.ж. 82,5% «Hansdorf» (ООО «Митра+», Санкт-Петербург) в своем составе содержало не менее 15% жиров немолочного происхождения. Маслом сливочным такой продукт уже называться не может.

В остальных трех фальсификатах доля молочного жира в жировой фазе оказалась еще меньше. Так, в образце сливочного масла под торговой маркой «Великолукский продукт» (ООО «Молочный Молл», Санкт-Петербург) растительных жиров было не менее 40%, в образце от ООО «Велес» (Санкт-Петербург) – уже 84%, а в подделке от ООО «Воронежсагро» (г. Воронеж) – вообще 95%! Неужели на юге России, в Воронеже, нет молока? Или отдельные производители испытывают дефицит совести?

– Согласно нормативам, сливочным маслом может называться пищевой продукт, произведенный только из коровьего молока, – объясняет **начальник испытательной**

лаборатории «ПЕТЭКС» Людмила Гамова. – Это означает, что производитель сливочного масла не имеет права использовать любые другие жиры, кроме тех, которые получены из коровьего молока. Находящиеся в составе сливочного масла посторонние ингредиенты автоматически переводят его в разряд продуктов, не соответствующих требованиям нормативных документов.

Но что бы ни придумывали недобросовестные производители, ценность настоящего сливочного масла именно в том, что оно содержит особыми питательными и полезными свойствами. Любая подмена этой важной составляющей уменьшает пищевую ценность продукта, снижает его потребительские свойства, является введением в заблуждение потребителей.

МАСЛО С МИКРОБАМИ

Если фальсифицированный продукт под видом сливочного масла, «разбавленный» растительными жирами, разочарует потребителей совсем не сливочным вкусом и не при-

несет организму никакой пользы, то масло, нестандартное по микробиологическим показателям, может нанести уже и вред здоровью. А что еще ждать от продукта, в котором содержатся БГКП (колиформы) – бактерии группы кишечных палочек, КМАФАнМ – общее микробное число, характеризующее степень обсемененности продукта микрофлорой, дрожжи или плесневые грибы?

Согласно результатам лабораторных исследований, в этом списке оказалась половина исследованных образцов. Так, БГКП были обнаружены в масле под торговой маркой «Hansdorf» (ООО «Митра+», Санкт-Петербург), масле под торговой маркой «Сударыня» (ООО «Митра+», Санкт-Петербург), масле от ООО «Велес» (Санкт-Петербург) и масле под торговой маркой «Ладон» от ОАО «Бологовский молочный завод» (Тверская область). В фальсификате под торговой маркой «Великолукский продукт» были обнаружены КМАФАнМ (общее микробное число, характеризующее степень обсемененности продукта микро-

**РЕЗУЛЬТАТЫ
ЭКСПЕРТИЗЫ
ОБРАЗЦОВ
СЛИВОЧНОГО
МАСЛА, ГОСТ Р**


Наименование продукта	Масло сливочное несоленое «Экомилк». Высший сорт. Массовая доля жира 82,5%	Масло сладко-сливочное крестьянское несоленое «Экомилк» с массовой долей жира 72,5%. Высший сорт	Масло сливочное сладко-сливочное классическое Forsa TM «Haarlan». Массовая доля жира 82%	Масло сладко-сливочное классическое «Баба Валя». Массовая доля жира 82%	Масло сливочное традиционное несоленое. Сорт высший. Массовая доля жира 82,5%. ТМ «Ладон»	Масло «Любительское сладко-сливочное несоленое «Сударыня», 80%. Сорт высший
Производитель	ЗАО «Озерский молочный комбинат», Московская обл.	ЗАО «Озерский молочный комбинат», Московская обл.	ООО «Производственный комбинат «Волотовский», Новгородская обл.	ООО «Производственный комбинат «Волотовский», Новгородская обл.	Изготовитель: ОАО «Бологовский молочный завод», Тверская обл.	Заказчик: ООО «Галактика», Ленинградская обл. Изготовитель: ООО УК «Просто молоко», г. Набережные Челны. Фасовщик: ООО «Митра+», г. Санкт-Петербург
Дата изготовления	22.11.2014	01.12.2014	03.12.2014	03.12.2014	02.12.2014	28.10.2014
Изготовлено по НД	ГОСТ Р 52253-2004	ГОСТ Р 52969-2008	ГОСТ Р 52253-2004	ГОСТ Р 52253-2004	ГОСТ Р 52969-2008	ГОСТ 32261-2013
Срок годности и условия хранения	Срок годности при температуре минус (16±2)°С и относительной влажности воздуха не более 90% - 120 суток, в том числе при температуре (3±2)°С и относительной влажности воздуха не более 90% - 35 суток	Срок годности при температуре минус (16±2)°С и относительной влажности воздуха от 80% до 90% - 120 суток, в том числе при температуре (3±2)°С и относительной влажности воздуха не более 90% - 35 суток.	Годеи при температуре минус (16±2)°С - 120 суток, в том числе при температуре (3±2)°С - 35 суток и относительной влажности воздуха не более 90%.	Годеи при температуре минус (16±2)°С - 120 суток, в том числе при температуре (3±2)°С - 35 суток и относительной влажности воздуха не более 90%.	Годеи при температуре: минус (16±2)°С и относительной влажности воздуха от 80% до 90% - 120 суток, в том числе при температуре (3±2)°С и относительной влажности воздуха не более 90% - 35 суток.	Срок годности: при температуре минус 16±2°С - 120 суток; при температуре 6±3°С - 60 суток; при температуре 3±2°С - 35 суток и относительной влажности воздуха не более 90%.
Масса, количество образцов	4 x 180 г = 720 г	4 x 180 г = 720 г	4 x 180 г = 720 г	4 x 180 г = 720 г	4 x 180 г = 720 г	4 x 180 г = 720 г
Цена за шт., руб.	79-95	71-00	95-90	82-95	64-90	67-90
Место закупки	ООО «Агроторг» («Пятерочка») Краснопутиловская ул., д. 55	ЗАО «Торговый дом «Перекресток», ул. Марата, д. 86	ООО «Любавушка Ритейл групп» (универсам «Полушка»), ул. Зенитчиков, д. 3	ООО «Агроторг» («Пятерочка»), Краснопутиловская ул., д. 55	ООО «Кеско Фуд Рус» (универсам «К-Руока»), Урхов пер., д. 7, лит. А	ООО «Кеско Фуд Рус» (универсам «К-Руока»), Урхов пер., д. 7, лит. А
Органолептика	соответствует	соответствует	соответствует	соответствует	соответствует	соответствует
Требование к маркировке (ФЗ-№88ФЗ)	соответствует	соответствует	соответствует	соответствует	соответствует	соответствует
Идентификация по составу жировой фазы образца	Соответствует составу молочного жира коровьего молока	Соответствует составу молочного жира коровьего молока	Соответствует составу молочного жира коровьего молока	Соответствует составу молочного жира коровьего молока	Соответствует составу молочного жира коровьего молока	Соответствует составу молочного жира коровьего молока
КМАФАнМ, КОЕ/г (не более 1-105)	7,7x10 ⁴	3,1x10 ⁴	5,9x10 ⁴	6,8x10 ³	1,3x10 ⁵	2,7 x10 ⁷
БГКП (колиформы) в 0,01 г продукта (не допускаются)	Не обнаружено	Не обнаружено	Не обнаружено	Не обнаружено	ОБНАРУЖЕНО	ОБНАРУЖЕНО
Патогенные, в т.ч. сальмонеллы в 25,0 г продукта (не допускаются)	Не обнаружено	Не обнаружено	Не обнаружено	Не обнаружено	Не обнаружено	Не обнаружено
S. aureus в 0,1 г продукта (не допускаются)	Не обнаружено	Не обнаружено	Не обнаружено	Не обнаружено	Не обнаружено	Не обнаружено
L. monocytogenes в 25,0 г продукта (не допускаются)	Не обнаружено	Не обнаружено	Не обнаружено	Не обнаружено	Не обнаружено	Не обнаружено
Дрожжи и плесени, КОЕ/г (не более 100)	24	22	Менее 10	12	46	Менее 10
Соответствие ГОСТ Р	СООТВЕТСТВУЕТ	СООТВЕТСТВУЕТ	СООТВЕТСТВУЕТ	СООТВЕТСТВУЕТ	НЕ СООТВЕТСТВУЕТ, обнаружены БГКП (колиформы)	НЕ СООТВЕТСТВУЕТ, обнаружены БГКП (колиформы), КМАФАнМ

Результаты экспертизы касаются исключительно тех отдельных образцов, которые были подвергнуты лабораторным испытаниям, а не всей продукции указанных в таблице предприятий-изготовителей.



флорой) и дрожжи (220 при норме «не более 100 КОЕ/г»).

– Молочная продукция является благоприятной средой для развития и размножения микроорганизмов, в том числе условно-патогенных и патогенных, – подчеркивает Людмила Гамова. – Развитие подобной микрофлоры может возникнуть на любой стадии производства, хранения, транспортировки и реализации продукта, если установленные требования, в том числе и температурные режимы, не соблюдены. Причем произойти это может достаточно быстро.

Самое неприятное, что признаки микробиологической порчи не всегда явно выражены. Зачастую визуально, а также по цвету и запаху определить неблагоприятное по микробиологическим показателям масло не всегда возможно. Поэтому очень важно обращать внимание на условия реализации, учитывать сроки годности продукта. Масло, которое вызывает какие-то сомнения, в пищу употреблять не рекомендуется. Некоторые экономные хозяйки пытаются спасти положение,

используя подозрительное масло для выпечки. С одной стороны – это решение верное, потому что термическая обработка, характерная для приготовления выпечных изделий, инактивирует микрофлору. С другой стороны, масло, которое подверглось окислительной порче, может придать готовому выпечному изделию неприятный привкус. Лучше все-таки не рисковать.

РАБОТА НАД ОШИБКАМИ

Обо всех несоответствиях, выявленных в проверенных образцах сливочного масла, «Общественный контроль» сообщил непосредственным производителям продукции с предложением принять меры по прекращению выпуска некачественной продукции. Нарушители, кроме ООО «Велес», отреагировали на сигнал «Общественного контроля».

– На участке выработки сливочного масла усилен санитарный контроль, – сообщил технолог ОАО «Бологовский молочный завод» Ольга Каратаева. – Проведен инструктаж с маслоделами и работниками аппаратного цеха по технологическому процессу. Также был проведен дополнительный лабораторный контроль.

По словам Игоря Ковшова, руководителя ООО «Молочный Молл», проводилось служебное расследование и приняты меры по усилению входного контроля сырья, соблюдению личной гигиены и санитарии на производстве, усилению лабораторного контроля по микробиологическим и физико-химическим показателям готового продукта. Кроме того, как указано в сообщении, был заменен поставщик сырья.

А вот ООО «УК «Просто молоко» (г. Набережные Челны) заявило,

КАК ВЫБРАТЬ МАСЛО?

1. ГОСТом определены следующие виды масла: **традиционное** (массовая доля жира не менее 82,5%), **любительское** (массовая доля жира не менее 80%), **крестьянское** (массовая доля жира не менее 72,5%), **бутербродное** (массовая доля жира не менее 61,5%) и **чайное** (массовая доля жира не менее 50%).
2. Присутствие в названии масла определения «сладко-сливочное» означает, что масло вырабатывается из свежих (сладких) пастеризованных сливок. Для всех пяти наименований бывает еще и «кисло-сливочное масло», которое получают также из пастеризованных сливок, но с использованием молочнокислых культур. Традиционное, любительское, крестьянское виды масла могут быть солеными и несолеными.
3. В зависимости от органолептических показателей масло может быть высшего и первого сорта. Для высшего сорта сладко-сливочное масло должно иметь выраженные сливочный вкус и привкус пастеризации без посторонних привкусов и запахов. Кисло-сливочное масло высшего сорта имеет выраженные сливочный и кисломолочный вкусы. Для сладко-сливочного и кисло-сливочного масла первого сорта допускается слабощелочной привкус, который иногда смущает покупателей.
4. Сливочное масло высшего сорта должно быть с плотной, пластичной, однородной, блестящей (слабоблестящей) или слегка матовой поверхностью на срезе. Масло не должно сильно крошиться.
5. Неравномерный цвет на срезе может свидетельствовать о нарушении технологического процесса производства, а также об использовании сырья, подвергнутого окислительной порче.
6. Под воздействием кислорода на поверхности масла образуется штафф (темно-желтый налет). Пораженная штаффом часть масла считается непригодной к употреблению. Поэтому лучше выбирать масло, упакованное в фольгу или непрозрачный плотный пергамент. Такая упаковка предохраняет продукт не только от прямого контакта с кислородом, но и от света, который ускоряет процессы окисления.
7. Один из главных показателей качественного масла – цена. Сегодня пачка 180 г настоящего сливочного масла не может стоить меньше 80 рублей.

что ответственность за наличие в масле «Сударыня» (изготовлено по заказу ООО «Галактика», г. Гатчина, приобретено в магазине «К-Руока») бактерий группы кишечных палочек лежит на фасовщике ООО «Митра+» (Санкт-Петербург).

– Отгрузка в адрес ООО «Галактика» (Ленинградская область), которое является заказчиком продукции и владельцем торговой марки «Сударыня», была осуществлена по товарной накладной, – комментирует Сергей Журавлев, первый заместитель генерального директора ООО «УК «Просто молоко». – К отгрузочным документам были приложены сертификаты соответствия и качественные

удостоверения, выписанные аккредитованной лабораторией предприятия, где указано, что продукт соответствует требованиям ФЗ РФ № 88-ФЗ «Технический регламент на молоко и молочную продукцию» и его микробиологические показатели в норме. Вполне возможно, что выявленные несоответствия по микробиологическим показателям возникли в процессе фасовки масла в ООО «Митра+», когда запечатанные коробки с весовым маслом монолит вскрывались и загружались в фасовочный автомат. Данные операции проводятся ручным способом и по виду несоответствия определено с нарушениями в технологическом процессе (вторичное обсеменение).

Согласно действующему законодательству, когда сырье поставляют на предприятия для дальнейшей переработки и реализации потребителям, изготовителями продукции считаются конечные фасовщики, которые несут ответственность за соблюдение требований к качеству и безопасности продуктов.

– Микробиологические показатели в указанном сливочном фасованном масле при выпуске с предприятия не превышали допустимые уровни, – объясняет генеральный директор ООО «Митра+» Алиса Лынькова. – Сбой в показаниях по микробиологии мог произойти при нарушении режимов хранения сливочного масла. К сожалению, не ясно, в каких условиях продукция хранилась до момента отбора проб. Со своей стороны мы усилили контроль за критическими точками, которые могут повлиять на микробиологические показатели при производстве фасованного масла. На данный момент проведены мероприятия по соблюдению личной гигиены и санитарии на производстве, произведена дезинфекция

всех производственных и складских помещений, технологического оборудования, усилен лабораторный контроль по микробиологическим показателям готового продукта и входного сырья.

Что же касается лидера фальсификации масла из Воронежа, в котором молочного жира оказалось менее 5%, то генеральный директор ООО «Воронежросагро» Владимир Пилугин объяснил это недоразумение «нарушением последовательности выработки продукции на производстве (при переходе с одного продукта на другой), так как наряду с маслом производится большое количество спредов».

– Несответствие жирно-кислотного состава масла возникло из-за недостаточного контроля со стороны оператора, – подтверждает ведущий специалист по претензиям ООО «Воронежросагро» Анастасия Борисова. – В целях предотвращения возникновения подобной ситуации нами внесены изменения в рабочую инструкцию для операторов производства, проведен повторный инструктаж всех сотрудников этой должности, применены меры административного и материального характера к ответственным лицам, а также усилен контроль за выпуском продукции. СПб ООП «Общественный контроль» надеется, что все заявления изготовителей будут выполнены. Тем не менее материалы проверки уже направлены в Управление Роспотребнадзора по г. Санкт-Петербургу для проведения административных расследований по фактам выявленных нарушений.

Алла ЧЕРЕДНИЧЕНКО

СЛОВО – ЭКСПЕРТУ

Дмитрий Поздняков, исполнительный директор Северо-Западной Мясной Ассоциации:

– Согласно проведенной экспертизе, только четыре образца из десяти могут называться сливочным маслом, причем можно отметить, что за последние три года подобная статистика не претерпевает изменения. Сливочное масло по-прежнему является очень привлекательным продуктом для различного рода фальсификаций.

На его доброе имя претендует огромное количество похожих продуктов, так что покупателю становится всё труднее определиться с выбором. Так, например, «Вологодское масло» – хорошо известный запатентованный бренд в России еще с советских времен. Он зарекомендовал себя как продукт, производящийся исключительно из сливок высшего качества. Однако сегодня на полке можно увидеть похожий аналог под названием «Маслище Вологодское», и это уже будет настоящий фальсификат, сделанный на основе заменителей молочного жира. Это совершенно другой продукт, о чем производитель должен честно уведомить потребителя.

При частичной замене молочных жиров на растительные получаем новый продукт – спред, который вполне можно использовать для бутербродов на завтрак. Но если обманутая хозяйка во время жарки будет использовать спред, полагая, что это сливочное масло, то вместо желтой однородной жидкости, медленно испаряющейся на сковороде, она увидит некую трескучую и моментально испаряющуюся субстанцию. Блюдо и настроение будет испорчено.

Мой совет: внимательно читайте всё, что написано на упаковке, и не забывайте, что настоящий продукт не может стоить дешево. А также перед покупкой сливочного масла еще раз ознакомьтесь с результатами экспертизы «Общественного контроля».



Масло сладко-сливочное несоленое с массовой долей жира 82,5% «Hansdorf»	Масло сливочное сладко-сливочное несоленое с массовой долей жира 72,5%	Масло традиционное сладко-сливочное несоленое 82,5% «Великолукский продукт»	Сливочное масло крестьянское сладко-сливочное несоленое. Сорт первый, 72,5%
ООО «Митра+», г. Санкт-Петербург	ООО «Велес», г. Санкт-Петербург	ООО «Молочный Молл», г. Санкт-Петербург	ООО «Воронежросагро», г. Воронеж
14.11.2014	08.12.2014	03.12.2014	29.11.2014
ГОСТ Р 52253-2004	ГОСТ Р 52253-2004	ГОСТ Р 52969-2008	ГОСТ Р 52969-2008
Срок годности при температуре минус (16±2)°С и относительной влажности воздуха не более 90% - 120 суток, в том числе при температуре (3±2)°С и относительной влажности воздуха не более 90% - 35 суток	Годеи: 120 суток при температуре хранения минус (16±2)°С и относительной влажности воздуха не более 90% в том числе при температуре (3±2)°С - 35 суток.	Годеи при температуре минус (16±2)°С - 120 суток, в том числе при температуре (3±2)°С - 35 суток и относительной влажности воздуха не более 90%.	Срок годности: при температуре минус (16±2)°С и относительной влажности воздуха от 80% до 90% - 50 суток; при температуре плюс (3±2)°С и относительной влажности воздуха не более 90% - 25 суток
4 x 180 г = 720 г	4 x 180 г = 720 г	4 x 180 г = 720 г	2 x 500 г = 1000 г
78-90	47-90	61-00	85-50
ООО «Агроторг» («Пятерочка»), Краснопутиловская ул., д. 55	ООО «Союз Святого Иоанна Воина» (универсам «Верный»), Краснопутиловская ул., д. 34	ООО «Прагматика» (магазин № 118), пр. Стачек, д. 73, пом. 18Н, лит. А	ЗАО «Тандер» (универсам «Магнит»), пр. Стачек, д. 67, корп. 2
Недостаточно выраженные сливочный привкус и привкус пастеризации	Недостаточно выраженные сливочный привкус и привкус пастеризации	Недостаточно выраженные сливочный привкус и привкус пастеризации	Недостаточно выраженные сливочный привкус и привкус пастеризации
соответствует	соответствует	соответствует	соответствует
НЕ СООТВЕТСТВУЕТ. СОДЕРЖАНИЕ МОЛОЧНОГО ЖИРА НЕ ПРЕВЫШАЕТ 85% ЖИРОВОЙ ФАЗЫ	НЕ СООТВЕТСТВУЕТ. СОДЕРЖАНИЕ МОЛОЧНОГО ЖИРА НЕ ПРЕВЫШАЕТ 16% ЖИРОВОЙ ФАЗЫ	НЕ СООТВЕТСТВУЕТ. СОДЕРЖАНИЕ МОЛОЧНОГО ЖИРА НЕ ПРЕВЫШАЕТ 60% ЖИРОВОЙ ФАЗЫ	НЕ СООТВЕТСТВУЕТ. СОДЕРЖАНИЕ МОЛОЧНОГО ЖИРА МЕНЕЕ 5% ЖИРОВОЙ ФАЗЫ
9x10 ³	1,8x10 ⁴	2,2x10 ⁶	5,4x10 ³
ОБНАРУЖЕНО	ОБНАРУЖЕНО	Не обнаружено	Не обнаружено
Не обнаружено	Не обнаружено	Не обнаружено	Не обнаружено
Не обнаружено	Не обнаружено	Не обнаружено	Не обнаружено
Не обнаружено	Не обнаружено	Не обнаружено	Не обнаружено
300	96	220	Менее 10
НЕ СООТВЕТСТВУЕТ по составу жировой фазы, обнаружены БГКП (колиформы), дрожжи	ФАЛЬСИФИКАТ, обнаружены БГКП (колиформы)	ФАЛЬСИФИКАТ, обнаружены дрожжи	ФАЛЬСИФИКАТ

При реализации проекта «Скажи фальсификату «НЕТ!» используются средства государственной поддержки, выделенные в качестве гранта в соответствии с распоряжением Президента Российской Федерации от 17 января 2014 года № 11-рп и на основании конкурса, проведенного ООД «Гражданское достоинство».

ЛИДЕРЫ



TERRA VITA



Меню для вашего урожая

В этом году садоводы-огородники, обеспокоенные стремительным ростом цен, как никогда ждут дачного сезона, надеясь вырастить спасительный урожай фруктов и овощей. А чтобы этот урожай оказался действительно выгодным, к процессу его выращивания надо отнестись очень ответственно с самого начала. Особое внимание необходимо обратить на выбор почвогрунта и натуральных органических удобрений, лидером по выпуску которых сегодня на российском рынке является ЗАО «МНПП «Фарт».

ГАРАНТИЯ КАЧЕСТВА – ЧЕСТНАЯ ЦЕНА

Одним из важных показателей качества продукции является ее цена. Безусловно, стоимость продукции «Фарт» не всегда вписывается в категорию «эконом» – это связано с использованием высокосортного сырья (многие компоненты которого поставляются из стран ЕС), современного производственного оборудования и уникальных технологий. Однако те потребители, которые уже используют почвогрунт и натуральные органические удобрения «Фарт», остаются верными им навсегда. Ведь в условиях нестабильной экономической ситуации есть риск приобрести фальсификат или некачественный товар и в результате остаться без урожая.

КАЖДОМУ РАСТЕНИЮ – СВОЕ МЕНЮ

И профессионалы, и любители садово-огородной науки знают, что все растения разные, и для нормально-

го роста и развития каждому из них требуются индивидуальные условия. Поэтому специалисты «Фарт» разработали для ваших любимых растений разнообразное ассортиментное меню из грунтов и удобрений. Грунты, имеющие различную кислотность, плотность и насыщенность элементами питания, изготовлены на основе смеси качественных торфов с добавлением природных структурирующих компонентов, комплексного минерального удобрения и природных стимуляторов роста – гуминовых веществ.

В зависимости от рецептуры технических условий в разные торфосмеси добавляются доломитовая мука (раскисляющий элемент для создания оптимальной кислотности почвы), песок и агроперлит (для улучшения структуры почвы и стимуляции влаго- и воздухообмена), мраморный отсев (для повышения содержания кальция в почве), керамзитовый дренаж, комплексные

минеральные удобрения, а также прочие компоненты.

Органо-минеральные удобрения «Фарт» представлены в трех форматах: жидком, гранулированном и сыпучем. Жидкие удобрения применяются в виде корневых и внекорневых подкормок. Гранулированные – отличаются большей длительностью полезного действия, сыпучие – имеют мгновенный результат.

Основой всех удобрений являются торф и биогумус. В подкормки добавляется разное количество макро- и микроэлементов в зависимости от потребностей различных групп растений. Минеральные компоненты находятся в удобрениях в легко усвояемой форме. А присутствующие в подкормках гуминовые вещества улучшают структуру почвы, положительно влияют на иммунитет растений и стимулируют их рост, не нарушая естественных природных процессов. В некоторые удобрения («Новый идеал», «Заслон», «Синьор

Помидор») добавляются колонии полезных бактерий, улучшающих иммунитет растений и являющихся естественными стимуляторами роста.

Отдельного внимания заслуживает комплексное минеральное удобрение PEATCARE (фирма «Яра», Норвегия), название которого максимально близко передает его предназначение («peat» – торф, «care» – забота). Это удобрение содержит в себе макро- и микроэлементы в сбалансированном количестве, а его состав намного богаче, чем у аналогов. Все удобрения безопасны для окружающей среды, животных и человека. Они максимально близки по своему составу к почве.

ВСЁ ПОД КОНТРОЛЕМ

Все этапы производства продукции «Фарт», вплоть до упаковки, полностью автоматизированы. Использование импортного высокотехнологичного оборудования исключает влияние человеческого фактора,

что дает возможность с полной гарантией заявлять о качестве продукции, исключает неравномерное распределение компонентов в продуктах и гарантирует заявленный объем.

Всё сырье и добавки, необходимые для производства грунтов и удобрений, тщательно проверяются в собственной аттестованной испытательной лаборатории предприятия, на базе которой кроме контроля качества проводятся постоянные исследования торфогрунтов и удобрений, присутствующих на рынке, благодаря чему продукция «Фарт» всегда на шаг впереди конкурентов. Агротехнологический отдел компании имеет постоянную обратную связь со своими покупателями: цветоводами, садоводами и огородниками. Идеальная комбинация собственных исследований и мнений потребителей позволяет «Фарт» создавать наилучшие продукты для садоводства и цветоводства.

Алла ЧЕРЕДНИЧЕНКО



С ЗАБОТОЙ О РАСТЕНИИ, КАК О РЕБЁНКЕ

- ✓ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННАЯ СЕРИЯ СРЕДСТВ ДЛЯ ВЫРАЩИВАНИЯ И УХОДА ЗА РАССАДОЙ
- ✓ УНИКАЛЬНЫЙ СОСТАВ ДЛЯ ЗДОРОВОГО РАЗВИТИЯ РАСТЕНИЯ С ПЕРВЫХ МИНУТ РОСТА
- ✓ НЕ ИМЕЕТ АНАЛОГОВ НА РЫНКЕ*



СЕРИЯ СРЕДСТВ «КРЕПЫШ»

Узнай больше: + 7 (495) 642-642-6, www.fasko.ru, www.fasko.pdf, www.hoga.ru