



# ЦЕЛЕБНАЯ СИЛА ХЛЕБА

ОСНОВА ПИРАМИДЫ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ



*Доверяй родному хлебу!*



[www.asspb-hleb.ru](http://www.asspb-hleb.ru) E-mail: [asspb\\_hleb@inbox.ru](mailto:asspb_hleb@inbox.ru)

Хлеб – важный и наиболее доступный источник незаменимых элементов для пополнения жизненных сил организма – жиров, углеводов, минеральных веществ. Кроме того, это существенный источник витаминов группы В, которые способствуют росту, улучшают пищеварение и умственные способности. Хлеб – источник необходимых организму минеральных веществ: калия, кальция, магния, натрия, фосфора, железа.

Хлеб из ржаной муки издревле был одним из основных продуктов питания населения России. Производство ржаного хлеба было большим искусством, оно основывалось на применении специальных заквасок. Секреты приготовления ржаных заквасок держались в строжайшей тайне и передавались из поколения в поколение.

Большое значение для здоровья имеет содержащаяся в хлебе клетчатка (пищевые волокна). Клетчатка улучшает работу желудочно-кишечного тракта, стимулирует обмен веществ и обеспечивает быстрое выведение из организма токсинов и шлаков. Кроме того, клетчатка является источником «хороших» углеводов, которые необходимы для поддержания энергии.

Существует множество видов ржаного хлеба, каждый может найти хлеб по вкусу: заварной, зерновой, подовый, формовой и многие другие. Сто граммов ржаного хлеба (1 кусочек весит 20 - 25 грамм) удовлетворяют потребность детского организма в пищевых волокнах на 40 – 50%, в железе – на 25 – 30%, витамине В1 и магнии – на 11 – 16% от суточной нормы.

**Первые «Уроки хлеба» были проведены в 2013-2014 гг.  
в Калининском районе  
ГБОУ СОШ № 89, ГБОУ СОШ № 96, ГБОУ СОШ № 95**



«Целебная Сила Хлеба» - программа о роли основы пирамиды здорового питания – хлеба в обеспечении жизнедеятельности, умственном и физическом развитии учащихся городских образовательных учреждений, а также повышении культурно-образовательного уровня учащихся в области традиций российского хлебопечения.



С сентября 2015 г. «Уроки хлеба» были преобразованы из однодневного мероприятия в «Дни здорового питания», которые кроме «Уроков хлеба» включили в себя подготовительные мероприятия, в том числе экскурсии на хлебопекарные и другие предприятия и учреждения отрасли. Более подробно с содержанием «Дней здорового питания» можно ознакомиться на сайте

Ассоциации

«Хлебопёки Санкт-Петербурга»:  
[ASSPB-HLEB.RU](http://ASSPB-HLEB.RU)



## **«Дни здорового питания»:**

### **1. «Хлеб и полезные зерновые продукты» на базе ГБОУ лицея № 126 Калининского района 28 октября 2015 г.**

В рамках подготовки к мероприятию прошли: школьная научно-практическая конференция о роли диет, круглый стол для директоров всех школ и представителей муниципальных образований Калининского района по вопросам здорового питания, учебно-исследовательское посещение лицеистами (класс микробиологов) Техникума пищевой промышленности ФГБОУ ВО «Санкт-Петербургский государственный экономический университет» и посещение производственно-учебных подразделений СПб ГБПОУ «Колледж Пищевых технологий» в профориентационных целях.



# «Целебная Сила Хлеба»

## 2. «Хлеб как основа пирамиды здорового питания» на базе ГБОУ школы № 51 Петроградского района 11 мая 2016 г.

День здорового питания прошёл с привлечением районной самодеятельности к театрализованному представлению итоговой части отчётного мероприятия в сквере школы у метро Чкаловская с открытым доступом для горожан, в том числе к дегустации.



## 3. «Хлебные продукты и полезные напитки как интернациональные традиции» на базе ГБОУ школы № 259 Адмиралтейского района 20 октября 2016 г.

Представление к отчётному мероприятию программы поделок из теста. Выпечка хлебобулочных изделий учащимися школы в соответствии с их национальными традициями.



## 4. «Наш хлеб и напитки для здорового питания» на базе ГБОУ школы № 4 имени Жака-Ива Кусто Василеостровского района 23 марта 2017 г.

Особый творческий подход к проведению конкурса рисунков, костюмированным и вокальным номерам отчётного мероприятия.





## 5. «Хлеб – Земли украшение» на базе ГБОУ школы № 269 Кировского района 20 июня 2017 г.

Программа впервые объединила два образовательных учреждения из одного района. Кроме того, Ассоциация «Хлебопёки Санкт-Петербурга» впервые сотрудничала с оздоровительными лагерями. В программе мероприятий приняли участие летние лагеря «Чайка» и «Зелёная планета» при ГБОУ школе № 269 и ГБОУ лицее № 389 «ЦЭО», что, безусловно, расширило формат программы «Целебная Сила Хлеба».



## 6. «Хлеб – всему голова» на базе ГБОУ школы № 207 Центрального района 19 октября 2017 г.

«Уроки хлеба» проводили сами учащиеся школы по собственному, заранее подготовленному сценарию, что способствовало созданию благоприятной атмосферы для усвоения новых полезных знаний и обеспечило большую заинтересованность и вовлечённость со стороны одноклассников.



Завершающий День здорового питания в 2017 г. пройдёт 30 ноября на базе ГБОУ школы № 340 Невского района, расположенной на улице Ольги Берггольц, стихи которой увековечили память солдат и тружеников тыла, отстоявших блокадный Ленинград ценой собственной жизни.

Далее представлены изделия, рекомендуемые хлебопекарными предприятиями Санкт-Петербурга в рамках программы «Целебная Сила Хлеба».



## Хлеб «Столичный»

Классический сорт хлеба, уже давно известный каждому жителю нашей страны. Мы выпекаем хлеб «Столичный» по неизменной рецептуре в полном соответствии со всеми требованиями ГОСТа и подбираем только лучших поставщиков сырья. Благодаря своему простому вкусу хлеб «Столичный» отлично дополнит любой продукт, а находящаяся в его составе рожь способствует пищеварению и обеспечивает полноценной энергией на весь день.



## Хлеб «Мариинский»

Уникальный подовый хлеб, пышный и ароматный. Он украсит любой стол. Сочетание ржи, винограда, солода и кориандра совмещает в себе пикантный вкус и пользу для здоровья. Хлеб "Мариинский" от АО "Хлебный завод "Арнаут" придется по душе любителям оригинального вкуса.



## Хлеб «Рижский»

Хлеб «Рижский» – это заварной хлеб, который выпекается по сложной технологии, включающей в себя много этапов и занимающей около 24 часов от приготовления закваски до конечного продукта. Данная технология позволяет сохранить полезные свойства муки и придаёт хлебу неповторимый кисло-сладкий вкус подчеркнутый ароматом тмина.

Хлеб «Рижский» завоевал Золотую медаль на выставке Агрорусь 2016 г. в номинации «За достижение высоких результатов в улучшении качества продовольственной продукции».



## Хлеб зерновой ржаной «Энергия и сила»

Сохраняет всю полезность цельного ржаного зерна. Обладает отменным вкусом, который по достоинству оценят гурманы. Изысканный темный цвет хлебу придает солодовый экстракт, а также зерна ржи, которыми богат хлеб. Ржаное зерно - источник жизненной энергии на весь день. Заряжайтесь здоровьем и энергией с хлебом зерновым ржаным «Энергия и сила».



## Хлеб зерновой «Здоровая семья»

Мы уверены, что хлеб зерновой «Здоровая семья» непременно станет основой здорового и вкусного рациона петербуржцев. Ведь он содержит не только зерновую смесь, но и мякоть тыквы, которая делает вкус хлеба просто незабываемым. Зерно – отличный источник энергии для всех членов Вашей семьи.



## Хлеб зерновой с семенами льна «Красота и здоровье»

Зерновой хлеб "Красота и здоровье" обладает тонким ароматом ржаного солода и плотной текстурой, обогащен семенами льна и подсолнечника, добавит изысканный вкус любому блюду. Богатая рецептура обеспечивает оригинальный вкус продукта: лук, чеснок, перец красный, чили, тмин, куркума, имбирь, орегано, петрушка.



## Хлеб зерновой с отрубями «Здоровье и стройность»

Обладает изысканным вкусом, легким тминно-солодовым ароматом и совсем не содержит сахара. Отруби и яблочная клетчатка делают текстуру хлеба более нежной, чем у других зерновых хлебов. Отруби способствуют очищению организма и поддержанию необходимой массы тела. С зерновым хлебом с отрубями "Здоровье и стройность" легко сохранять стройность и красоту без диет.



## Хлеб «Чемпион»

Хлеб с высокой питательной ценностью идеально подходит для здорового питания. Содержит ржаную крупу, семена подсолнечника, семена льна, отруби пшеничные. Употребление хлеба "Чемпион" способствует улучшению работы желудочно-кишечного тракта, сердечно-сосудистой и иммунной системы. Заряжает бодростью и здоровьем каждый день.



## Хлеб «Воскресенский»

Уже давно полюбившийся петербуржцам и получивший заслуженное признание хлеб. Обладает нежным, эластичным мякишем и ярким хлебным ароматом, идеально подходит для бутербродов, сэндвичей и тостов. Отруби, находящиеся в составе хлеба, являются ценным источником клетчатки, регулируют работу кишечника, способствуют выведению холестерина, снижению веса, нормализации сахара в крови и детоксикации организма в целом.



## Хлеб «Фитнес» Овсяный

Овес содержит множество микроэлементов и витаминов, является источником полноценной энергии. Хлеб "Фитнес" овсяный был разработан с учетом его полезных свойств на основе овсяных хлопьев, ржаной и овсяной муки. Идеально подходит для людей следящих за своим весом или имеющих проблемы с пищеварением.







Для петербуржцев хлеб – это больше, чем продукт питания, это часть истории нашего города. Мы гордимся тем, что выпускаем вкусный хлеб под марками «Аладушкин» и «Дарница», используя натуральные закваски, красный и белый солод, разнообразные виды муки, цельные злаки, семена, а также сухофрукты и пряности. Мы заботимся о том, чтобы каждый покупатель мог найти хлеб, который понравится именно ему.

## Хлеб ржаной подовый

имеет уже 85-летнюю историю, изготавливается на основе четырех натуральных компонентов: живой закваски, ржаной обдирной муки, воды и соли. Кажется, все просто? Но! На его создание требуется 16 часов! Благодаря технологии длительного брожения хлеб получается вкуснее, ароматнее, долго не черствеет, а, главное, полезнее.



## Хлеб «Двинский» заварной

выпечен на каменном поду из смеси ржаной и пшеничной муки, с добавлением осолодженных ржаных хлопьев, сахара и ароматного дробленого солода. Солод – это заранее пророщенные зерна злаков. Присутствие солода в составе хлеба улучшает его витаминно-минеральный состав и вкусовые характеристики.



## Хлеб «Суворовский» заварной

из смеси ржаной и пшеничной муки, ароматного ржаного солода и душистого кориандра. В 2016 году «Суворовский» хлеб был отмечен почетным знаком «Вкус качества», который за 5 лет существования этой престижной номинации на Всероссийском конкурсе «100 лучших товаров» был впервые вручен предприятию из Санкт-Петербурга.



## Хлеб «Затея пряная»

– современное воплощение старинной рецептуры заварного хлеба на основе двух видов заквасок, из смеси пшеничной и ржаной муки и большого количества пряностей. В его состав входит красный солод, благодаря чему хлеб становится душистым, мякиш приобретает яркий, теплый цвет, а корочка — привлекательный живой блеск.



## Хлеб «Мюнхен»

на биозакваске из ржаной обдирной и цельнозерновой муки, он не оставит равнодушными всех поклонников ржаного хлеба. Подъемная сила теста здесь определяется не столько активностью дрожжей, сколько работой солода и молочнокислых бактерий. Этот ржаной хлеб с истинно немецким характером станет любимым в вашей семье.



## Хлеб «Кёльн»

придется по вкусу всем поклонникам здорового питания. В составе хлеба полезные злаки – рожь, овес, семена льна, подсолнечника, кунжута. Хлеб имеет сладко-пряный аромат и ценится за сытность, ведь в нем больше 40% цельных зерен и семян! Попробуйте богатый, насыщенный и удивительно вкусный хлеб «Кёльн».



## Хлеб «Гамбург»

для самых искушенных знатоков заварного хлеба. Он создан по уникальной технологии на основе заварок и натуральной закваски. Темный мякиш, насыщенный аромат солода и многообразие зерен, что может быть лучше?! Das ist natürlich Brot! Это, конечно, хлеб! Темный плотный настоящий немецкий хлеб!



## Хлеб «Де`Лён»

- это не просто хлеб, а ежедневный источник полезных веществ для каждого члена семьи, так как содержит в себе максимум природных ингредиентов: пшеничная мука богата белком, ржаная - микроэлементами, а льняная мука - кладёзь жизненно важных ненасыщенных жирных кислот Омега 3, Омега 6, а также витаминов.



## Хлеб «О`Грейн»

- нежный подовый хлеб из цельнозерновой пшеничной муки, которая содержит витамины, кальций, железо и минералы, а, главное, является важным источником клетчатки, благотворно влияющей на нормализацию веса человека и общее оздоровление организма. Обратите внимание, воздушный ломтик «О`Грейн» весит всего 20 г.

## Хлеб «Дю`Солей»

отличается наличием в составе белого солода, благодаря которому хлеб получается пышным, с воздушным мякишем и румяной корочкой, значительно дольше хранится. Семена подсолнечника и льна, входящие в состав «Дю`Солей», обогащают вкус и придают хлебу аппетитный внешний вид! Это природная гармония вкуса и пользы!



В конце 2017 года хлеба «Де`Лён», «О`Грейн», «Дю`Солей» были отмечены знаком «Здоровое питание». Мы надеемся, что общественно значимая награда будет способствовать привлечению внимания сторонников здорового питания к продукции под маркой «Аладушкин». А школьников мы приглашаем на детские экскурсии, которые регулярно проводятся на наших предприятиях.



*Доверяй родному хлебу!*

## Хлеб «Столовый»

Этот хлеб отличает особая корочка – крепкая, поджаристая и очень вкусная. Она помогает сохранить аромат и свежесть хлеба дольше. Появляется эта «защитная корочка» благодаря особенной технологии выпечки: как в старину на Руси, хлеб пекут в печи с кирпичной кладкой на открытом огне.



## Хлеб «Дарницкий»

«Дарницкий» подовый – один из любимых сортов Петербурга, этот хлеб с 1933 года выпускают на уникальных печах инженера Георгия Марсакова по самой традиционной технологии: ржаная жидкая закваска, длительное брожение теста и выпечка на поду – вместительном металлическом противне, отсюда и название «подовый».

Качество и отменный вкус всегда на пике «хлебной моды», а вот тенденции упаковки изменились, и «Дарницкому» важно достойно выглядеть на прилавке и в продуктовой корзине горожан. Изменилась упаковка, но состав, рецептура и технология производства «Дарницкого» неизменны, это по-прежнему ржано-пшеничный, традиционный, универсальный хлеб, который одинаково хорошо подходит к любым блюдам, надолго заряжает энергией, обогащает витаминами, микроэлементами и полезной ржаной клетчаткой.



## Хлеб «Ржаное чудо»

Необычный пикантный вкус и польза ржаной клетчатки, целебные свойства и энергия семян подсолнечника, целый комплекс витаминов, аминокислоты и антиоксиданты. Полезные продукты могут быть очень вкусными!





## Хлеб «Российский ржаной колосок»

Этот хлеб вы без труда узнаете на полке: упаковку с российским триколором ни с чем не перепутать, технологи разработали новый рецепт специально для ценителей ржаного хлеба - мягкий и пышный, с хрустящей корочкой, душистым ароматом и легкой кислинкой, по вкусу «Российский ржаной колосок» от «КАРАВАЯ» совсем как из традиционной пекарни.

Символ родной страны, народного единства, доверия отечественному производителю и опыту людей, которые десятилетиями выпекают свой хлеб на своей земле. В новом хлебе совмещены сразу две технологии производства – традиционная закваска и заварка, в составе только натуральные ингредиенты, без консервантов, улучшителей, маргарина и пальмового масла. Любимый вкус классического ржаного хлеба, все витамины и микроэлементы ржаной муки и солода, рецептура, которую одобряют даже те, кому по разным причинам противопоказана повышенная кислотность - в новом хлебе всего в меру.



## «Горбушечки» ржано-пшеничные

«Горбушечки» выпекаются из смеси ржаной и пшеничной муки 1 сорта. Ржаная мука идеальна для хлебобулочных изделий диетического и лечебного назначения: она содержит большое количество пищевых волокон, белковые вещества ржи превосходят белковые вещества пшеничной муки по количеству незаменимых для человека аминокислот, повышает жизненный тонус, поднимает настроение.



## Хлеб «Овсяник»

Лёгкий, с аппетитной хрустящей корочкой, нежным мякишем и неповторимым вкусом. Хлеб "Овсяник" - это отличный источник пищевых волокон, которые полезны для здоровья! Овёс снижает уровень холестерина, помогает работе сердца, заботится о сосудах, укрепляет нервную систему, позволяет следить за весом. Овсяный станет отличным дополнением к любимому завтраку!



## Хлеб «Лапландский»

Это вкусный и полезный хлеб, созданный по старинным рецептам северных народов Лапландии. Насыщенная рецептура обеспечивает богатый вкус хлеба. Продукт обогащён смесью злаков и семян: лён, кунжут, пшено, кукуруза и подсолнечник. Хлеб содержит в своём составе резаное ржаное зерно – источник клетчатки, минералов, аминокислот, а также жизненно важных для организма человека витаминов. Хлеб выпекают в особой металлической форме длиной 80 сантиметров, после выпечки разрезают и получают одинаково ровные по форме и размеру ломтики без горбушек – для тех, кто любит мякиш. Хлеб выпекают целых полтора часа, за это время все ингредиенты успевают равномерно распределиться и насытить хлеб особым вкусом и ароматом.



## Хлеб «Английский»

Английский хлеб – это диетический зерновой хлеб. Является источником витаминов, минеральных веществ и пищевых волокон, оказывающих благотворное влияние на организм. Этот хлеб рекомендован людям, с избыточной массой тела.

## Хлеб ржаной «Золотая Рожь»

100% ржаной хлеб «Золотая Рожь» – это инновационный продукт на рынке ржаных хлебов. Основным ингредиентом является высший сорт ржаной муки – сеяной, благодаря ей хлеб приобретает привычную темную корочку и светлый цвет мякиша. Сверху хлеб «Золотая Рожь» посыпан измельченным ржаным зерном.



# Торговые марки «Круазетт» и «Щедрые»

## Круазетт®



### Хлебцы «Щедрые» с посыпкой семенами

«Щедрые» 5 злаков с семенами льна и ржано-пшеничные с кунжутом – уникальный продукт на рынке хлебцев – семена усиливают вкус и пользу. Семена льна содержат массу полезных веществ, в т.ч. полиненасыщенные жирные кислоты в трех видах: омега – 3, 6 и 9. Правильный баланс этих кислот обеспечивает нормальное функционирование процессов жизнедеятельности организма. Уровень содержания жирных кислот Омега-3 в семенах льна превосходит все остальные растительные масла. Кунжутное семя содержит много белков, аминокислот, углеводов, витамины А, В, С, Е, оно богато калием, магнием, железом, кальцием, фосфором и другими полезными минеральными соединениями, пищевыми волокнами и лецитином.

### Хлебцы «Щедрые» тонкие

Хлебцы тонкие - полюбившийся продукт, который стал еще доступнее. Большой формат упаковки удобен дома и в поездках, а польза зерна и высокое содержание клетчатки позволяют поддерживать силы, где бы Вы ни оказались.



### Хлебцы «Круазетт»

Тонкие хлебцы «Круазетт» (ржанные, бородинские, многозерновые) для ежедневного внимания к себе – отличный легкий перекус и польза злаковых.



# Торговые марки «Круазетт» и «Щедрые»

## Хлебцы «Щедрые» ржаные

Ржаная мука, входящая в состав хлебцев «Щедрые», обладает диетическими свойствами и способствует хорошему пищеварению. В ней содержится группа витаминов «В», ферменты и незаменимые аминокислоты.



## Хлебцы «Щедрые» гречневые

Добавление гречневой муки усиливает концентрацию полезных веществ в хлебцах «Щедрые» и является источником йода.



## Хлебцы «Щедрые» бородинские

Особый вкус этим ржаным хлебцам придает солод, он содержит много микроэлементов, так необходимых организму для нормального функционирования, а патока содержит много витаминов и неочищенный сахар, который гораздо полезнее рафинированного.



## Хлебцы «Щедрые» овсяные

Овсяная мука в сочетании с ржаной мукой, используемая в производстве хлебцев «Щедрые» богата полиненасыщенными жирными кислотами, Омега – 3 и Омега – 6, которые необходимы для снижения уровня холестерина и поддержания нормальной работы сердца и сосудов.





## Квас «Хлебный» (ОАО «КАРАВАЙ»)

«Живой» квас «Хлебный» получают методом двойного брожения на основе натуральной закваски. Готовый напиток принципиально не осветляют и не пастеризуют, чтобы сохранить натуральный вкус и весь состав полезных микроэлементов. Натуральный квас без пастеризации, без красителей и консервантов очень полезен для здоровья. Витамины и микроэлементы оказывают благотворное воздействие на весь организм. Хлебный квас поднимает настроение, восстанавливает силы после физических и умственных нагрузок.



**Ягодные морсы «24 вкуса»** - изготовлены по традиционным рецептам Русской кухни с сохранением всех вкусовых и полезных свойств ягод.

Морс - витаминный, прохладительный напиток, состоящий из свежавыжатого сока и воды с добавлением сахара или меда. В России издавна употребляли морс не только для утоления жажды, но и для лечения различных заболеваний. Полезные свойства морса определяются теми ягодами, которые входят в его состав. Особенно популярны и любимы морсы с соком лесных и садовых ягод, таких как клюква, брусника, черника, черная смородина. Эти ягоды богаты витаминами и микроэлементами, органическими кислотами и пектином. Морсы из них помогают бороться с простудными заболеваниями, являются общеукрепляющим, лечебно-профилактическим и оздоровительным средством для повышения иммунитета, укрепления здоровья, освежают и улучшают самочувствие, а значит, и поднимают настроение, и повышают работоспособность.

Клюквенно-облепиховый, клюквенный, клюквенно-малиновый и брусничный морсы награждены Золотой медалью на выставке «ПРОДЭКСПО - 2014» в номинации «ЛУЧШИЙ ПРОДУКТ - 2014»

## **ПРОГРАММА РЕАЛИЗУЕТСЯ ПОД РУКОВОДСТВОМ И ПРИ УЧАСТИИ:**

1. Комитета по образованию Санкт-Петербурга и отделов образования администраций Калининского, Петроградского, Адмиралтейского, Выборгского, Василеостровского, Кировского, Центрального и Невского районов
2. Комитета по промышленной политике и инновациям Санкт-Петербурга
3. Общественной организации «Союз промышленников и предпринимателей Санкт-Петербурга»
4. Ассоциации «Хлебопёки Санкт-Петербурга»
5. Союза производственных и торговых компаний продовольственного рынка «РОСТТ» - СРО
6. АО «Хлебный завод «Арнаут» (5 - 7 стр.)
7. ООО «Группа компаний «Дарница» (8 - 10 стр.)
8. ОАО «КАРАВАЙ» (11 - 13 стр.)
9. ООО «ОРИЕНТ-ПРОДАКТС» - ТМ «Круазетт», ТМ «Щедрые» (14 - 15 стр.)
10. ЗАО «ГЛОБУС» - ТМ «24 вкуса» (16 стр.)
11. ОАО «Комбинат пищевых продуктов»
12. ООО «НЕВСКИЕ БЕРЕГА»
13. ЗАО «Карат Плюс»
14. СПб ГБУК «САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ МУЗЕЙ ХЛЕБА»
15. СПб ГБПОУ «Колледж Пищевых технологий»
16. Техникума пищевой промышленности  
ФГБОУ ВО «Санкт-Петербургский государственный  
экономический университет»
17. ФГБОУ ДПО «Санкт-Петербургский институт управления  
и пищевых технологий»
18. Санкт-Петербургского филиала ФГАНУ НИИ хлебопекарной  
промышленности
19. ООО «ИнВита-Трейд»
20. ООО «Лейпуриен Тукку»
21. ООО «АЛЬФА-ПРОВИАНТ»

## Календарь на 2018 год

| Январь |    |    |    |    |    |    | Февраль |    |    |    |    |    |    | Март |   |   |    |    |    |    |
|--------|----|----|----|----|----|----|---------|----|----|----|----|----|----|------|---|---|----|----|----|----|
| п      | в  | с  | ч  | п  | с  | в  | п       | в  | с  | ч  | п  | с  | в  | п    | в | с | ч  | п  | с  | в  |
| 1      | 2  | 3  | 4  | 5  | 6  | 7  |         |    |    | 1  | 2  | 3  | 4  |      |   |   | 1  | 2  | 3  | 4  |
| 8      | 9  | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |         | 5  | 6  | 7  | 8  | 9  | 10 | 11   |   |   | 5  | 6  | 7  | 8  |
| 15     | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |         | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18   |   |   | 12 | 13 | 14 | 15 |
| 22     | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |         | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25   |   |   | 19 | 20 | 21 | 22 |
| 29     | 30 | 31 |    |    |    |    |         | 26 | 27 | 28 |    |    |    |      |   |   | 26 | 27 | 28 | 29 |
|        |    |    |    |    |    |    |         |    |    |    |    |    |    |      |   |   | 30 | 31 |    |    |

  

| Апрель |    |    |    |    |    |    | Май |    |    |    |    |    |    | Июнь |    |    |    |    |    |    |
|--------|----|----|----|----|----|----|-----|----|----|----|----|----|----|------|----|----|----|----|----|----|
| п      | в  | с  | ч  | п  | с  | в  | п   | в  | с  | ч  | п  | с  | в  | п    | в  | с  | ч  | п  | с  | в  |
|        |    |    |    |    |    | 1  |     | 1  | 2  | 3  | 4  | 5  | 6  |      |    |    |    | 1  | 2  | 3  |
| 2      | 3  | 4  | 5  | 6  | 7  | 8  | 7   | 8  | 9  | 10 | 11 | 12 | 13 | 4    | 5  | 6  | 7  | 8  | 9  | 10 |
| 9      | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 14  | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 11   | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 16     | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 21  | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 18   | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 23     | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 28  | 29 | 30 | 31 |    |    |    | 25   | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |    |
| 30     |    |    |    |    |    |    |     |    |    |    |    |    |    |      |    |    |    |    |    |    |

  

| Июль |    |    |    |    |    |    | Август |    |    |    |    |    |    | Сентябрь |    |    |    |    |    |    |
|------|----|----|----|----|----|----|--------|----|----|----|----|----|----|----------|----|----|----|----|----|----|
| п    | в  | с  | ч  | п  | с  | в  | п      | в  | с  | ч  | п  | с  | в  | п        | в  | с  | ч  | п  | с  | в  |
|      |    |    |    |    |    | 1  |        |    | 1  | 2  | 3  | 4  | 5  |          |    |    |    |    | 1  | 2  |
| 2    | 3  | 4  | 5  | 6  | 7  | 8  | 6      | 7  | 8  | 9  | 10 | 11 | 12 | 3        | 4  | 5  | 6  | 7  | 8  | 9  |
| 9    | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 13     | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 10       | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 16   | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 20     | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 17       | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| 23   | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 27     | 28 | 29 | 30 | 31 |    |    | 24       | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| 30   | 31 |    |    |    |    |    |        |    |    |    |    |    |    |          |    |    |    |    |    |    |

  

| Октябрь |    |    |    |    |    |    | Ноябрь |    |    |    |    |    |    | Декабрь |    |    |    |    |    |    |
|---------|----|----|----|----|----|----|--------|----|----|----|----|----|----|---------|----|----|----|----|----|----|
| п       | в  | с  | ч  | п  | с  | в  | п      | в  | с  | ч  | п  | с  | в  | п       | в  | с  | ч  | п  | с  | в  |
| 1       | 2  | 3  | 4  | 5  | 6  | 7  |        |    |    | 1  | 2  | 3  | 4  |         |    |    |    |    | 1  | 2  |
| 8       | 9  | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 5      | 6  | 7  | 8  | 9  | 10 | 11 | 3       | 4  | 5  | 6  | 7  | 8  | 9  |
| 15      | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 12     | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 10      | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 22      | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 19     | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 17      | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| 29      | 30 | 31 |    |    |    |    | 26     | 27 | 28 | 29 | 30 |    |    | 24      | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
|         |    |    |    |    |    |    |        |    |    |    |    |    |    | 31      |    |    |    |    |    |    |

16 октября 2018 – Всемирный день хлеба

21 октября 2018 – День работников пищевой промышленности

## 18 ноября 2018

Ассоциации «Хлебопёки Санкт-Петербурга»

## 25 лет



ноябрь 2017 г.