

Подільська Зоря

АКТУАЛЬНО

За даними Генштабу, станом на ранок 17 травня загальні бойові втрати росіян від початку вторгнення в Україну перетнули межу у 200 тисяч осіб. Така кількість загиблих громадян російської федерації, в умовах, що вона так нічого й не досягла з оголошених цілей, для будь-якої нормальної держави було б сигналом до того, що необхідно зупинитися, проте... Люди, які мешкають в росії не можуть не бачити, скільки нових могил на цвинтарях. Але вони мовчать.

Зернова угода може припинити існування: останнє судно залишає Україну. У МЗС України раніше заявляли, що після переговорів ситуація не змінилася і є "досить суперечлива інформація про зернову угоду і можливості її продовження". Там назвали вихід Росії з угоди можливим. Країна-агресор пригрозила вийти з угоди і зажадала виконання вимог, що стосуються її власного сільськогосподарського експорту. При цьому інспекція флоту в рамках угоди зупинилася задовго до закінчення її терміну дії.

Голові Верховного Суду Всеволоду Князеву та адвокату, викритим на отриманні 2,7 млн дол. США неправомірної вигоди, повідомили про підозру. Про це інформує Національне антикорупційне бюро. Напередодні НАБУ та Спеціалізована антикорупційна прокуратура викрили підозрюваних "на гарячому". За даними слідства, у 2002 році український бізнесмен придбав 40,19% акцій гірничо-збагачувального комбінату (далі — ГЗК) у чотирьох компаній. 18 років потому колишні акціонери звернулися до господарського суду з позовом, щоб визнати договір купівлі-продажу цінних паперів недійсним та повернути собі акції ГЗК. Проте, суд відмовив у задоволенні вимог. У 2022 році апеляційний суд скасував рішення першої інстанції та визнав недійсним договір купівлі-продажу цінних паперів. Аби не допустити втрату акцій, на початку березня 2023 року бізнесмен вступив у змову з адвокатом одного зі столичних адвокатських об'єднань, який мав зв'язки з суддями Верховного Суду. Врешті-решт, Верховний Суд у квітні 2023 року ухвалив рішення на користь бізнесмена. Під час слідчих дій, НАБУ і САП задокументували передачу і отримання двома траншами 2,6 млн дол. США.

Упродовж декількох днів Сили оборони України звільнили від російських окупантів на півночі та півдні передмістя Бахмута близько 20 квадратних кілометрів. Про це повідомила заступник міністра оборони Ганна Малаяр. Вона наголосила, що інформацію про хід бойових дій слід розглядати в комплексі всіх заходів оборонної операції і не виривати з контексту подій. "Причому, протягом декількох днів наші війська звільнили від ворога на півночі та півдні передмістя Бахмута близько 20 квадратних кілометрів. Водночас, ворог дещо просувається в самому Бахмуті, вщент знищуючи місто артилерією. Крім того, ворог підтягує підрозділи професійних десантників. Тривають важкі бої з різним результатом", - заявила заступник міністра.

Французька акторка Катрін Денюв прочитала вірш Лесі Українки "Надія" на відкритті 76-го Канського кінофестивалю, що розпочався 16 травня. Цьогоріч Україна представлена у головному конкурсі Канського фестивалю короткометражним фільмом "Як це було" (As it was) української режисерки Анастасії Солоневич і польського режисера Дам'яна Коцура. Жодний український повнометражний ігровий фільм цьогоріч не увійшов до програми Канн.

Наші земляки, котрі віддали життя за Україну



У бою з російськими окупантами на Донеччині загинув майстер спорту України з гребного слалому **Олег Андрійович СІРИЙ**. Про те, що чемпіон України із Вінниці віддав своє життя під Бахмутом, стало відомо 11 травня.

Олег народився 19 липня 1989 року та все життя займався спортом. Здобув звання майстра спорту України з гребного слалому. Неодноразово ставав чемпіоном та призером української першості. Брав участь у чемпіонатах Європи з гребного слалому. Буквально у жовтні 2021 року, незадовго до повномасштабного вторгнення рф, Сірий у складі команди Вінницької області посів друге місце на Кубку України з водного туризму. Також Олег впевнено стояв на лижах та працював гірськолижним рятувальником. Саме в Карпатах 24 лютого 2022 року його й застала повномасштабна війна з росією. Незабаром Олег повернувся додому, взяв у руки зброю і пішов на фронт, щоб самому захищати свою родину та країну від російських окупантів. В Збройних силах Сірий служив у розвідці.

Вдома у воїна залишилися любляча дружина Марина та маленька донечка.

Вічна пам'ять Герою України!



На фронті обірвалося життя ще одного Героя. 6 травня під Бахмутом від осколкового поранення загинув сосончанин **Андрій Петрович ТРОФИМЧУК**.

Він був солдатом, навідником-оператором 3-ї роти оперативного призначення (на бронетранспортерах) 1-го батальйону оперативного призначення військової частини 3028 Національної гвардії України. На передовій перебував разом зі старшим сином Андрієм, для якого завжди був прикладом витримки і мужності.

Андрій Трофимчук народився 14 липня 1980 року в Харківській області. Потім переїхав з батьками до Сосонки. Закінчив Сосонську школу, навчався в Козятинському училищі на машиніста. В цивільному житті працював пропрабом на будівництві. Два роки тому з сім'єю переїхав жити до с. Уладівки. Тож дві громади – Стрижавську та Іванівську – тепер єднають спогади про людину, яка ціною життя захищала нашу незалежність.

Прощалися із воїном в Уладівці. Зустріли Героя живим коридором голови Стрижавської та Іванівської територіальних громад висловили щирі співчуття родині та друзям загиблого. На сільському кладовищі поховали Андрія з військовими почесностями.

Спи спокійно, мужній воїне!

З фронту до рідного дому назавжди повернувся наш захисник, житель села Яришівка, **Богдан Олегович КУДИРКО**.

Живим коридором зустрічала Лука-Мелешківська громада загиблого Героя.

У складі 79-ої бригади брав участь у бойових діях у «гарячих» точках фронту.

Богдан загинув 6 травня під час виконання бойового завдання в районі населеного пункту Мар'їнка, Донецької області.

Люблячий син, хороший та турботливий брат.

Він кохав та був коханим для своєї нареченої Наталії.

За традицією, спекли на похорон коровай – хлопець не був одруженим...

Співчуваємо родині загиблого, віддаємо шану його героїчному подвигу!

Вічна пам'ять Герою!



Боронячи країну від ворога 14 травня загинув молодий захисник з Гавришівки **Дмитро Юрійович ПЕТРУНЧАК**.

Справжній воїн, справжній чоловік, один з найкращих синів своєї держави. Герой був нагороджений орденом «За мужність»! За період повномасштабної війни Дмитро Петрунчак був тричі поранений. Військовому було лише 26 років.

У нього залишилися п'ятирічна донечка Євгенія, дружина Інна та мати Людмила.

Шана і пам'ять герою.

У Вороновицьку громаду надійшла «чорна» новина із фронту, загинув Герой 48-річний **Віктор Михайлович ФІЦУК** житель с.Довгополівка.

Вірний військовій присязі та українському народу, Віктор мужньо виконував свій військовий обов'язок та загинув за вільне і мирне майбутнє України як Герой.

Віктор, як і багато інших побратимів, мріяв про вільну незалежну Україну, будував плани на майбутнє, надзвичайно цінував та опікувався своєю родиною, але не судилося їм здійснитись, бо поклав своє життя за незалежність та свободу нашої держави.

Висловлюємо щирі співчуття рідним і близьким загиблого Героя.

Вічна йому шана і пам'ять.



Пацієнти Подільського регіонального онкоцентру зможуть безкоштовно отримувати променеви терапію на сучасному лінійному прискорювачі



Система Elekta Synergy Platform – це європейський «золотий стандарт», що дозволяє лікувати онкохворих навіть з IV стадією раку.

«До цього у закладі працювало устаткування старішої моделі на кобальті, яке було менш точним. Лінійний прискорювач – сучасне обладнання. Завдяки його точності знищуються уражені клітини і не пошкоджуються здорові», – зазначає Начальник Вінницької обласної військової адміністрації **Сергій Борзов**.

За період воєнного стану кількість

населення Вінниччини збільшилася приблизно на 10%, а тому зросло навантаження й на медичну галузь. Оскільки онкоцентр є регіональним, то сюди з інших областей також ідуть люди, які потребують фахової допомоги.

Керівник медзакладу Сергій Перегончук розповів про маршрут пацієнта в Подільському регіональному центрі онкології, про роботу системи лінійного прискорювача та відзначив переваги новітнього устаткування.

Навантаження, яке може нести заз-

начене обладнання – до 40 пацієнтів щодня.

На реалізацію проекту в цілому витрачено: 78,2 млн грн: кошти державного бюджету – 36,1 млн. грн.; НСЗУ та спецфонду – 4,2 млн.грн.; обласного бюджету – 37,9 млн.грн.

«Важливо, що тепер онкохворим не потрібно їздити в інші регіони. Сучасне обладнання функціонуватиме у Подільському регіональному онкологічному центрі та надаватиме вкрай потрібне лікування пацієнтам», – підкреслив **Сергій Борзов**.

Людина, яка діє і своїми справами змінює світ навколо себе

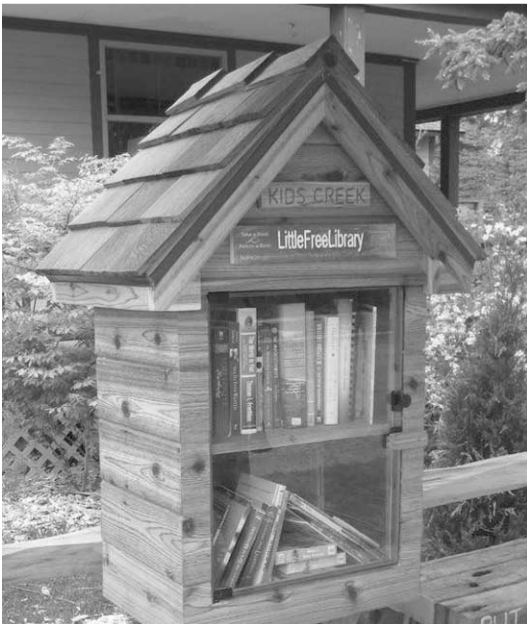


Приємно відзначити, що в Якушинецькій громаді живуть та працюють люди, яким не байдуже, які хочуть допомагати та робити добрі справи. **Якушинецька сільська рада, відділ освіти, культури та спорту дякують АНАТОЛІЮ ЗАЙЦІ за постійну підтримку зарванецького навчального закладу та громади загалом.**

Анатолій бізнесмен, засновник та керівник студії веб-дизайну під торговою маркою «Глянець» і філантроп по життю, батько трьох дітей. Крім успішної підприємницької діяльності Анатолія і його дружини Олени, що сплачують податки до місцевого бюджету, засновник «Глянецю» Анатолій Заїка багато уваги приділяє доброчинності та допомозі, зокрема на території де він проживає у Зарванцях.

Благодійник постійно допомагає зарванецькій школі. На сьогодні комп'ютерний клас повністю оновлено. Анатолій разом із однодумцям надали навчальному закладу - 5 моніторів, 9 системних блоків та 1 мак-міні, 10 наборів гарнітур, залишилось завершити встановлення нової техніки.

Частина з цих комп'ютерів надійшла з Німеччини за сприяння колеги Анатолія Заїки – Дмитра, який тимчасово проживав у Зарванцях прямо у підвалі студії «Глянець», після того, як окупанти зруйнували його домівку в Маріуполі.



Також за сприяння Анатолія раніше у зарванецькій школі було встановлено автоматизовану на генератор, надано 2 планшети дітям із малозабезпеченої та багатодітної родин, аби надати їм можливість навчатися онлайн. Навчальному закладу було подаровано 3D-принтер та інше обладнання. Куплено новий посуд в столову.

Недавно Анатолій придбав 7 нових двосторонніх дошок (крейдово-маркерна). Їх встановили у всіх кабінетах де навчаються учні середньої школи.

В найближчих планах благодійника облаштування велопарковки біля зарванецької школи.

Має також Анатолій багато задумів стосовно покращення життя у рідних Зарван-



цях та у громаді загалом. Головне, що це не просто ідеї, або якісь розмови, а конкретні справи.

До речі показовою ситуацією було створення «Пункту незламності» на базі студії «Глянецю». Восени 2022 року, коли країна перебувала під загрозою «блек-ауту», були багатогодинні відключення електроенергії, за ініціативою пана Анатолія, абсолютною добровільно було зареєстровано «Пункт незламності» у їх офісі. Про це вони повідомили Якушинецьку сільську раду та наголосили, що у разі потреби готові прийняти у себе близько тридцяти людей, аби обігріти, напоїти гарячими напоями та дати можливість зарядити гаджети.

Одним із перших він подав свій проєкт на участь у конкурсі «Громадський бюджет» - «Гурток робототехніки для дітей та підлітків у с.Зарванці», на його думку у сучасному світі дуже важливо давати дітям навички роботи із технікою та основи програмування, можливо дехто із них знайде у цьому своє призначення.

До речі, Анатолій Заїка переймається не лише комп'ютерною освітою молоді, одним із наступних проєктів, який вже невдовзі буде реалізовано його коштом – будиночки для безкоштов-

ного обміну дитячою літературою. Його задум має назву «Читацький клуб», суть в тому щоб розмістити в місцях зкупчення дітей доступні і цікаві книги, розважальної тематики, щоб заохотити дітей до читання.

Задля цього Анатолій запроєктував і замовив виготовлення 3-ох спеціалізованих будиночків, які з допомогою однодумців початково наповнить книгами, аби діти мали доступ до літератури та якнайбільше читали. Наразі місце їх встановлення обговорюється із жителями села у вайбер-спільноті «Читацький клуб Зарванці».

«Придбати своїй дитині книжки може кожен. Але діти потребують соціальної моделі читання. Це було помітно в період онлайн-навчання під час карантину. Одне діло навчатися вдома, а інша справа – в колективі. Одне діло, що про книги розповідають батьки, а інше – коли дитина буде бачити читачів-однолітків на майданчику, або тих, які беруть книги», – розповідає Анатолій Заїка.

Переймається чоловік також станом навколишнього середовища, за його ініціативи минулоріч було організовано прибирання лісового масиву «Чижова посадка» поблизу школи, куди діти часто ходять гуляти. Він разом із родиною також взяли участь у прибиранні, було зібрано близько ста мішків непотребу, вивезено три вантажівки сміття.

Значною є підтримка та фінансові внески Анатолія Заїки у нашу спільну перемогу для потреб Збройних Сил України, допомога перерахована на потреби наших військових нараховує сотні тисяч гривень, серед іншого кошти передавали на: авто, дрони, рації, планшет, тепловізор, Starlink,

допомога перерахована на потреби наших військових нараховує сотні тисяч гривень, серед іншого кошти передавали на: авто, дрони, рації, планшет, тепловізор, Starlink, лікування поранених воїнів, тощо. За підтримку нашого війська Анатолій Заїка та очолювана ним веб-студія отримали Подяки від Служби Безпеки України та різних підрозділів Збройних Сил України.

Студія «Глянець» розпочала свою роботу у далекому 2007 році, з тієї пори вони стали званою організацією ІТ-підприємств, як на теренах Вінниччини так і всієї України.

До речі, розробники компанії «Глянець», повстали проти російського софту і створили за півроку власний продукт, що повністю нівелював необхідність використання латвійського сервісу helpdeskeddy, який без попередження став російською компанією. За словами Ана-

толія, новий продукт HelpDeskStar повністю замінює необхідні функції тікет-системи та системи контролю звернень споживачів та вже значно затребуваний українськими користувачами. З невеликих підприємств до 5 співробітників розробники взагалі не беруть грошей за користування програмою. Тобто беруть оплату лише з великих ком-



паній, які собі це можуть дозволити.

Зараз триває адаптація згаданого продукту для Якушинецької сільської ради, що має пришвидшити та спростити її роботу, а також дозволить значно зменшити використання паперу.

Поспілкувавшись із Анатолієм Заїкою розумієш, що це людина, яка не чекає, а діє і своїми справами змінює світ навколо себе заохочуючи робити це інших.

«Аби зібрати однодумців та разом робити добрі справи для розвитку Зарванці було створено вайбер-групу «Зарванці АК-ТІВНІ», – розповідає Анатолій, – там жителі села мають можливість обговорювати нагальні питання, висловлювати свої пропозиції, думки та ідеї. Приєднуйтесь будемо разом змінювати наше село на краще прямо зараз, без зволікань».





Кулінарні цікавинки

Риба під маринадом

Нам потрібно: 1-2 шт. свіжомороженої нежирної морської риби (хек, тріска, минтай), 4-5 ст.л. борошна, 3-5 морквин, 2-3 середні цибулини, 2-3 ст.л. томатної пасти (можна замінити свіжими помідорами або томатним соком), 1 скл. води, сіль – приблизно 0,5 ст. л., чорний перець горошок – 10-15 шт., лавровий лист 1-2 шт., олія.



Приготування. Нарізати рибу шматочками товщиною 2-3 см, посолити й обкачати в борошні. Розігріти на пательні олію, викласти шматочки риби й обсмажити з двох боків на вогні більшому за середній. Смажити не до готовності, а до утворення світло-золотавої скоринки. Зняти рибу на тарілку і відставити убік. Очистити цибулю і моркву. Цибулю нарізати півкільцями, моркву натерти на великій тертці. На сковороду долити олії й викласти цибулю. Помішуючи, пасерувати її до м'якості й додати моркву. Пасерувати овочі до м'якості. Посолити, поперчити за смаком і перекласти овочі на тарілку. Викласти рибу у форму для запікання, змащену олією, зверху – овочі, залити склянкою води з розведеною в ній томатною пастою, посолити, додати перець-горошок, накрити аркушем фольги й запікати при 180°C приблизно 35-40 хвилин.

Котлети в картопляній шубі

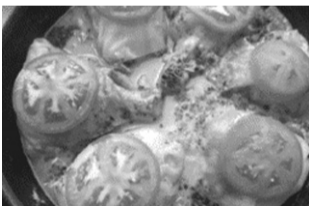


Нам потрібно: 400 г свинячої вирізки або курячого філе, 150-200 г печериць, 100 г твердого сиру, цибулина, пучок петрушки свіжої, 3 картоплини, 2 яйця, 1 скл. борошна, сіль, перець чорний мелений – за смаком, олія для смаження.

Приготування. М'ясо, нарізане на відбивні (4 шт.), тонко відбиваємо з обох боків, солимо і перчимо. Гриби й цибулю ріжемо кубиками і обсмажуємо на олії до напівготовності. Сир натираємо на великій тертці, петрушку подрібнюємо. З'єднаємо гриби, цибулю, сир і зелень, додаємо сіль, перець і перемішуємо. Сир у гарячих обсмажених грибах і цибулі трохи розплавиться, що дуже добре для скріплення начинки. Кладемо начинку, формуємо котлету овальною. Котлети обкачуємо в борошні, змочуємо в збитих яйцях. Розкладаємо поверх них натерту картоплю, яку акуратно притискаємо до котлети руками з усіх боків. Виходять котлети в картопляній шубці. Кладемо до розігрітої з олією сковороди, обсмажуємо з усіх боків до золотавої скоринки. Як тільки картопляна шубка зарум'яниться, перекладаємо котлети на тарілку й доводимо до готовності в мікрохвильовій печі або в духовці (5-10 хвилин). Подаємо гарячими з овочами та зеленню.

Голубці на ніжці

Нам потрібно: 1 качан капусти, 6 курячих гомілок, цибулина, 4 зубчики часнику, морквина, перець болгарський, 70 г томатної пасти, 200 г сметани, 1/2 скл. рису, 1 скл. води, 1 ч.л. цукру, сіль – за смаком, помідор, 1 ч.л. базиліку (сухого).



Приготування. Ніжки посолити, посипати улюбленими приправами й обсмажити на пательні в олії з двох боків до золотавого кольору. Обірвати з качана капусти 6 листків і відварити їх до розміщення в киплячій воді. Рис відварити в 1 склянці води до готовності. Обсмажити дрібно нарізану цибулю і терту моркву на олії до золотавого кольору. Змішати рис із піджаркою. На лист капусти покласти рис із піджаркою, на нього курячу ніжку. Зверху на ніжку – знову рис. І загорнути все в капустяний лист у вигляді конверта. Викласти їх у сковорідку. Дрібно нарізати болгарський перець і укласти його між голубцями, зверху посипати дрібно нарізаним часничком. Приготувати соус – змішати томатну пасту й сметану, додати 1 скл. води, 1 ч.л. базиліку, 1 ч.л. цукру й сіль за смаком. Залити соусом голубці і тушкувати під кришкою 30-40 хвилин. Нарізати кружечками помідори, викласти поверх голубців і тушкувати ще 10 хвилин. При поданні готову страву прикрасити зеленню.

Самса

Нам потрібно: 1 скл. води (холодної), 400 г борошна, 100 г вершкового масла, 200 г курячої грудинки, цибулина, яйце, 1 ст.л. кунжутного насіння, сіль – за смаком.

Приготування. Приготуйте начинку. Курячі грудинки дрібно порубайте ножом. Цибулину дрібно наріжте, змішайте з куркою, додайте сіль і перець за смаком.



Начинка готова. Усі продукти для тіста мають бути охолодженими. Просійте борошно разом із сіллю, по центру зробіть поглиблення, куди влийте холодну воду. Замісіть тісто. Відправте його до холодильника на 30 хв., загорнувши в харчову плівку.

Розділіть на 4 рівні частини. Кожну частину розкачайте тонко у формі кола. Перше коло змастіть розтопленим вершковим маслом. Накрийте зверху другим шаром тіста і знову змастіть маслом. Так повторіть з усім тістом. Згорніть отриманий шар у тугий рулет і розріжте його шматками шириною 3-4 см. Кожний маленький рулетик розкачайте тонко, у центр покладіть начинку, защипніть тісто, сформувавши трикутник. Переверніть самсу «швом» униз, перекладіть на лист. Зверху змастіть збитим яйцем і присипте кунжутом. Запікайте в духовці при 200°C 40 хвилин.

Домашня кілька в томаті

Нам потрібно: 500 г замороженої кільки, 300 мл томатного соку, цибулина, морквина, олія, сіль, запашний перець горошком, лавровий лист, 1 ст.л. пшеничного борошна, 1 ст.л. цукру, сіль.



Приготування. Кільку розморозити, очистити від голови й тельбухів. Ретельно промити. До сковороди з товстим дном налити олії. Обсмажити дрібно нарізану цибулю. Потім додати натерту на великій тертці моркву. Додати борошно і ретельно перемішати. Кільку додати до тушкованих овочів, посолити, посипати цукром, приправити лавровим листиком і парою горошини запашного перцю. Залити рибу домашнім томатним соком. Простежте, щоб томат не тільки повністю покрив кільку, але й проникнув між рибинками. Тушкувати кільку необхідно на найменшому вогні близько 30 хвилин. Потім додати столову ложку оцту (якщо не плануєте з'їсти рибу найближчим часом) і потушувати ще 5 хвилин. Затим її можна укласти в підготовлені баночки і закатати кришками.

Печериці по-корейськи



Нам потрібно: 400 г печериць, 4 зубчики часнику, 1,5 ч.л. насіння кунжуту, 50 мл олії, 3 ст.л. яблучного оцту, 1/4 ч.л. меленого коріандру, 2 ст.л. соєвого соусу, 0,5 пучка петрушки, 6-7 горошин чорного перцю, 3 горошин перцю запашного, 2 лаврових листка, сіль – за смаком.

Приготування. Гриби ретельно промийте під холодною водою. Петрушку помийте, просушіть. Часник почистіть. Зелень і часник дрібно наріжте. У мисці з'єднайте олію, соєвий соус, яблучний оцет, спеції, часник і зелень. Кунжут обсмажте на сухій сковороді. Додайте до маринаду. Опустіть гриби в киплячу підсолену воду і варіть після закипання 15 хвилин на середньому вогні. Потім відкиньте на друшляк і осядуйте. Перекладіть гриби в скляну миску й залийте маринадом. Перемішайте. Накрийте кришкою і приберіть до холодильника на ніч. Смачна закуска готова.

Оладки із зеленою цибулею

Нам потрібно: 250 мл кефіру, 250 г борошна, яйце, 2 ст.л. олії (+ олія для смаження), 2 ч.л. цукру, 1 ч.л. солі, 0,5 ч.л. соди, пучок зеленої цибулі.



Приготування. Кефір довести до кипіння, але стежити, щоб він не закипів. Цибулю нарізати й додати до кефіру. Потім додати цукор, сіль, олію, яйце й просіяне борошно. Усе гарненько перемішати й додати соду, перемішати тісто один раз і більше не торкати. Ложкою викласти тісто на розпечену сковороду, змащену олією. Обсмажувати оладки з двох боків до золотавої скоринки.

Печиво з плавленим сиром



Нам потрібно: 2 упаковки плавненого сиру, 70 г твердого сиру, 100 г вершкового масла, 2 яйця, 1,5 скл. борошна, 1,5 ч.л. розпушувача, 2 ст.л. кунжуту, дрібка солі.

Приготування. Потріть плавлений і твердий сир, масло на великій тертці. Яйця злегка збийте із дрібкою солі й додайте до сиру та масла. Залишивши пару ложок збитого яйця для змащування тіста. Додайте борошно з розпушувачем і вимісіть круте тісто. Не слід затягувати цей процес, інакше масло зовсім роз-

тане. Розкачайте тісто товщиною приблизно 0,5 см, змастіть яйцем і посипте кунжутом. Поріжте й викладіть на лист. Випікайте в розігрітій до 190°C духовці 20 хвилин.

Сирники із шоколадом

Нам потрібно: 2 яйця, 400 г сиру, 1/4 ч.л. солі, 3,5 ст.л. манної крупи, 50 г молочного шоколаду, 50 г борошна.



Приготування. Яйця збити із сіллю. Викласти сир у глибоку миску. Додати манну крупу й ванілін. Краще брати зернистий сир. Якщо маса буде рідкуватою, можна додати ще манної крупи. Підготувати плитку шоколаду й борошно для обвалювання сирників. Посипати руки борошном. Невелику частину маси столовою ложкою викласти собі на руку, зверху – шматочок шоколаду і сформувати сирник. Потім обсмажити на олії з двох боків до золотавого кольору.

Морквяно-яблучні сирники



Нам потрібно: 250 г сиру, 3-4 ст.л. манної крупи, 2-3 ст.л. цукру, велика морквина, 2 яблука, 2 яєчні білки, ванільний цукор, кориця мелена.

Приготування. Моркву і яблука натріть на тертці. Сир з'єднайте з яблучно-морквяною сумішшю, цукром, манною крупою, ванільним цукром і корицею. Перемішайте. Яєчні білки збийте в піну й введіть до сирної маси. Сформуєте з маси сирники. Запікайте до золотавого кольору приблизно 15 хвилин при 180°C. Полийте ванільним соусом і подавайте. Ванільний соус: яйце (жовток) – 2 шт., цукор – 2 ст.л., молоко – 1 скл., ванілін. Жовтки розтерти із цукром, влити молоко й додати ванілін. Покласти на повільний вогонь і варити, постійно помішуючи до загустіння. Сирники просочуються соусом і просто тануть у роті.

Печиво «Банани»

Нам потрібно для тіста: 200 г розм'якшеного масла, 1 скл. сметани, 1 ч.л. соди, 3 скл. борошна. Начинка: 200 г сиру, 1 скл. цукру, ваніль за смаком.



Приготування. Масло збити пару хвилин. Соду змішати зі сметаною і як тільки запузіриться, влити в масло, поступово додаючи просіяне борошно, замісити тісто. Сир із цукром збити до однорідності. Тісто розділити на 40 частин, кожен розкачати в овал, викласти начинку смужкою, згорнути в рулет, із двох боків краї защипити, надати форму банана. Викласти бананчики на застелений пергаментом лист і випікати в розігрітій до 180°C духовці до світлої рум'яності.

Тарталетки з листового тіста



Нам потрібно: 200 г сиру середньої жирності, 1 упаковка (500 г) листового тіста, 4 ст.л. цукру, пакетик ванільного цукру, яйце, ягоди (свіжі або заморожені смородина, малина, чорниця).

Приготування. Розморозьте тісто. Розігрійте духовку до 200 градусів. Посипте борошном робочу поверхню, розкладіть на ній тісто і злегка розкачайте. Вилученням (можете скористатися чашкою або склянкою) зробіть заготовки тарталеток. Розкладіть їх на листі, застеленому пергаментом, на відстані 2 см одна від одної. Збийте сир з 3 ст.л. цукру й ванільним цукром до кремоподібного стану. Надавіть на виробі вилученням меншого діаметра. Викладіть сир і ягоди, не виходячи за межі внутрішнього кола. У невеликій мисці збийте яйце з 1 ст.л. води. Змастіть сумішшю краї виробів і посипте цукром, що залишився. Випікайте 15-20 хвилин до зарум'янення.

Печиво

Нам потрібно: 400 г борошна, 300 г вершкового масла, 3 яйця, 200 г цукру.

Приготування. З'єднати масло, цукор, яйця. Масу, що вийшла, збити міксером до однорідної консистенції. Потім з'єднати з борошном і замісити тісто. Увімкнути духовку. Відсадити на лист за допомогою кондитерського мішка. Випікати за температури 200-220°C близько 10 хвилин.



Вітаємо ветеранів війни та праці

Цього тижня ювілеї відзначатимуть ветерани війни і праці:

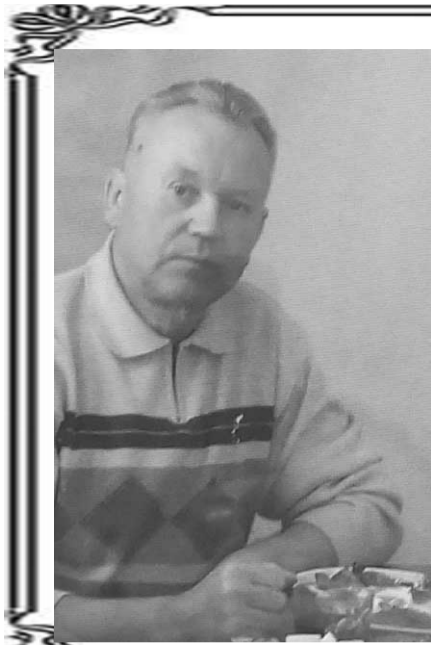
90-річчя святкуватиме мешканка с.Сокиринці - **Катерина Григорівна ЗАЦЕРКОВНА** (23 травня).

День народження відзначатиме жителька с.Лука-Мелешківська - **Євгенія Денисівна ОБОДИНСЬКА** (22 травня).

20 травня день народження святкуватиме очільниця первинної ветеранської організації, мешканка с.Гавришівка - **Броніслава Францівна ЩЕГЕЛЬСЬКА**.

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

Із повагою,
Петро ВАСИЛИНИЧ,
голова Вінницької
районної організації
ветеранів.



Із 60-річчям!

14 травня свій 60-й ювілейний день народження відсвяткував відповідальний керівник, староста Оленівського старостинського округу Вороновицької селищної ради - **Микола Олександрович ШТУРМА**.

60 років життя - це солідний шлях! Втім, роки біжать, а на Вас це аж ніяк не позначається - Ви все такі ж бадьорі, молоді душою й життєрадісні та позитивно налаштовані при вирішенні будь-яких проблем. Тож хай здоров'я не підводить, а настрої завжди залишаються прекрасними. Нехай енергія б'є ключем і освітлює Ваш подальший життєвий шлях. Радійте, насолоджуйтеся життям, а успіх супроводжує в усьому!

*Бажаємо Вам здоров'я міцного,
Юнацької сили, як в добрі часи,
Веселої пісні, дотепного жарту
І щастя земного з води і роси.
Хай сили помножаться втрічі,
Здоров'я прибуде, як чиста роса,
Складаєм подяку, бо Ви того варті,
Нехай переможе молитва й краса.*

Із найкращими побажаннями,
колектив Вороновицької селищної ради,
Оленівський старостинський округ,
СТОВ «Поділля» с.Оленівка.

Новий президент обласної федерації фрі-файту проводить у Вінниці чемпіонати України



Нещодавно Вінницьку обласну федерацію фрі-файту очолив Юрій Васківнюк. Він змінив на цій посаді Вадима Кудіярова, який служить у ЗСУ. Новий 40-річний очільник прагне вивести вінницький фрі-файт на новий рівень і проводити в обласному центрі чемпіонати України.

Юрій Васківнюк нагадав, що раніше входив до правління обласної федерації фрі-файту, тому добре обізнаний із проблемами цього виду спорту.

Він, як керівник сільгосподарства Agrokalina, завжди допомагав фрі-файтерам Вінниччини і продовжуватиме це робити й надалі.

- *Допомогу дитячому спорту вважаємо своєю місією. Під час війни дітям і молоді треба розвиватися, незважаючи на всі перешкоди. Вони мають відчувати підтримку, отримувати можливості тренуватися і змагатися. Тому я й погодився очолити обласну федерацію фрі-файту,* - сказав Юрій Васківнюк.

В юності він займався вільною боротьбою, боксом. Особливих досягнень не мав, але завжди дружив зі спортом, вів здоровий спосіб життя.

- *Я прагну не лише зберегти довоєнні показники вінницьких фрі-файтерів, але й підвищити їх. Розраховуємо на успішну роботу тренерів міста із над Бугом, Погребища, Стрижавки тощо. Збираємося долучити до нашої федерації все більше*

клубів із різних районів, готувати кандидатів у майстри і майстрів спорту. Робити все для того, аби фрі-файт Вінниччини був серед лідерів в Україні, - додав Юрій Васківнюк.

Нещодавно під час змагань Юрій зустрівся із керівництвом Всеукраїнської федерації фрі-файту. Серед іншого, йшлося про організацію у Вінниці чемпіонатів України. Ця пропозиція отримала схвалення.

Довідка

Фрі-файт (від англ. free-fight, «вільний бій») - бойове мистецтво, український варіант контактних єдиноборств. Поєднує досвід багатьох бойових традицій світу в єдину систему, використовуючи найефективніші прийоми ведення поєдинку. За рахунок широкого діапазону дозволених технічних прийомів фрі-файт дає можливість розвивати високу динаміку поєдинків.

Михайло МИХАЙЛОВ.



ПЕРЕДПЛАТИТЬ «ПОДІЛЬСЬКУ ЗОРЮ»

ШАНОВНІ НАШІ ВІДДАНІ ЧИТАЧІ. Продовжуємо випуск однієї із найстаріших газет краю, аби Ви дізнавалися новини з життя громад, району, області та України.

Сподіваючись на кращі часи продовжуємо передплату на 2023 рік.

Передплата з поштовими послугами (без заповнення квитанції) становить:

ДЛЯ НАСЕЛЕННЯ (61487): на місяць - 32,60 грн., на 3 місяці - 97,80 грн., 6 місяців - 195,60 грн.

для підприємств, установ й організацій (40699): на місяць - 32,60 грн., на 3 місяці - 97,80 грн., 6 місяців - 195,60 грн.

18 травня - хмарно, без опадів, t вдень +20...+24°C, вночі +13...+18°C. **19 травня** - хмарно, без опадів, t вдень +20...+24°C, вночі +15...+19°C. **20 травня** - хмарно, дощ з грозою, t вдень +19...+22°C, вночі +13...+18°C. **21 травня** - хмарно, без опадів, t вдень +18...+23°C, вночі +12...+16°C. **22 травня** - хмарно, без опадів, t вдень +18...+21°C, вночі +11...+15°C. **23 травня** - хмарно, без опадів, t вдень +19...+22°C, вночі +11...+16°C. **24 травня** - хмарно, без опадів, t вдень +20...+23°C, вночі +12...+18°C.



ОВЕН (21.03-20.04). Слід займатися тільки тими справами, що вже давно розпочаті та вимагають продовження. Більше уваги приділіть своїй родині і старшим родичам. Небажана пасивність, але в той же час необхідно бути обережними та не йти напролом. Все початі у вихідні пройде досить вдало. Сприятливий день - п'ятниця, несприятливий - вівторок.

ТЕЛЕЦЬ (21.04-21.05). Період може виявитися багатим на суєту. Різноманітні події вимагатимуть уваги та участі, а також рішучості і швидкої реакції. Начальство може підтримати ваші нові ідеї. У вихідні намагайтеся не шукати негайних змін, прислухайтеся до голосу своєї інтуїції, перш ніж що-небудь сказати, спочатку гарненько подумайте. Сприятливий день - вівторок, несприятливий - понеділок.

БЛИЗНЮКИ (22.05-21.06). Не беріть близько до серця звістки про майбутні зміни, чутки виявляться неправдивими. Вам придадуться такі якості як розсудливість і витримка. Може надійти важлива інформація, яку буде необхідно перевірити ще раз. Ваші пропозиції будуть оцінені гідно, керівництво сприятиме поліпшенню матеріального становища. У вихідні спілкуйтеся з друзями. Ви відмінно проведете час. Сприятливий день - вівторок, несприятливий - субота.

РАК (22.06-23.07). Будуть потрібні зосередженість і працьовитість, за допомогою яких можете перейти на новий рівень розвитку. Не сидіть на місці, більше рухайтесь та спілкуйтеся, вам буде надто важливо опинитися в потрібний час у потрібному місці. Уникайте сварок і роздратування. У вихідні не вимагайте зайвого від близьких людей, однаково вони зроблять по-своєму. Сприятливий день - понеділок, несприятливий - п'ятниця.

ЛЕВ (24.07-23.08). Головне - активність і дослідюваність. Небажано легковажно роздавати обіцянки, тому що виконати їх буде досить проблематично. Нала-

Астрологічний прогноз на 22 - 28 травня

годжуйте нові робочі зв'язки та контакти. Бажано не потрапляти на очі начальству. Може надійти цікава інформація, візьміть її до відома. У вихідні можуть прояснитися ваші реальні можливості. Сприятливий день - п'ятниця, несприятливий - четвер.

ДІВА (24.08-23.09). Бажано індивідуальна творча робота за вільним впродовж тривалого часу графіком. У спокійній обстановці можна буде вирішити багато проблем, які нагромадилися за довгий час. Зберігайте щирі емоції рівновагу і ставтеся доброзичливо до критики на свою адресу. Прислухайтеся до голосу інтуїції, це дозволить вам знайти краще рішення в ситуації, що склалася. Вам удасться добре відпочити у вихідні. Сприятливий день - понеділок, несприятливий - середа.

ТЕРЕЗИ (24.09-23.10). Не варто хвалитися своїми успіхами, цим можете викликати заздрість і неприйняття навколишніх. Постарайтеся створити для себе оптимально зручний режим роботи, що дозволяє ошадливо використовувати ваші сили та таланти. Зараз не підходящий час для розбазарювання енергії. Намагайтеся тримати свої емоції під контролем. Вихідні добре б провести за містом на природі. Сприятливий день - четвер, несприятливий - понеділок.

СКОРПІОН (24.10-22.11). Можна впевнено братися до виконання нового особливо важливого завдання. Навіть і не сумнівайтеся в цілковитому успіху. Роботи у вас буде багато, але вона принесе прибуток, причому дуже швидко. Саме час оголосити вголос про свої гідності та заслуги. Бажано не занадто захоплюватися роботою. Не забувайте про близьких людей, їм так необхідна ваша увага. Сприятливий день - понеділок, несприятливий - субота.

СТРЕЛЕЦЬ (23.11-21.12). За необхідності сміливо мо-

жете розраховувати на допомогу друзів. У вас можуть виникнути нові творчі ідеї, однак не варто змінювати роботу. Стосунки з колегами налагодилися, це створює позитивну атмосферу. Однак, краще знизити обсяг роботи і не планувати нічого серйозного. Вихідні принесуть цікаві пропозиції. Влаштуйте сімейну вечірню разом з близькими. Сприятливий день - вівторок, несприятливий - п'ятниця.

КОЗЕРІГ (22.12-20.01). Імовірно несподівані та багатообіцяючі відкриття, причому як у професійному, так і в особистому житті. До вас нині буде досить прихильною фортуна. Можливий зовсім несподіваний успіх на службі, нова посада, цікаві ділові контакти. На вихідні заплануйте спілкування з коханою людиною. Сприятливий день - п'ятниця, несприятливий - вівторок.

ВОДОЛІЙ (21.01-19.02). Налаштуйтеся на дії, спрямовані на зміну свого життя. Починайте поступово вчитися тому, чого вам не вистає. Варто підготувати себе до сюрпризів, фортуна може звернути на вас увагу. У вихідні давні мрії нарешті почнуть здійснюватися завдяки вашому терпінню і старанності, помноженим на працездатність. Сприятливий день - понеділок, несприятливий - середа.

РИБИ (20.02-20.03). Ви будете методично та впевнено рухатися вперед, адже виникнуть перспективи для здійснення давно задуманого. У вирішенні важливих питань намагайтеся йти в обхід, дійте обережно, не впадайте в крайнощі, інакше практично всі результати будуть зведені на нівець. На вихідні бажано намітити яку-небудь культурну програму і почати зранку її здійснювати. Сприятливий день - четвер, несприятливий - вівторок.