

Цены на вырост

Как экономить правильно и вкусно, чтобы детское питание «не съело» семейный бюджет?

Юлия ВИШНЯКОВА

Стоимость детского питания растёт не в пример зарплатам. Неудивительно, что всё чаще мамы предпочитают готовить еду для своего малыша самостоятельно. К тому же сегодняшние родители не сильно доверяют содержанию всевозможных баночек: нас-то мамы старались кормить собственноручно приготовленным.

Ищу чек из супермаркетов. Ещё два года назад овощное пюре «Фрутоня» отечественного производителя стоило около 28 рублей за 100 граммов, сегодня за такую же баночку в магазине «Монетка» приходится отдавать 37 рублей. А вот мясо кролика «Тёма», которое я обычно покупаю в «Кировском», подорожало с 40 рублей до 80. Подруга пожаловалась, что в сети «Магнит» буквально недавно смесь «Малютка» стоила 199,90, теперь цена — 225,90 рубля. На несколько рублей в магазинах Екатеринбурга подорожали любимые многими пюре и соки «Сады Придонья».

Еженедельно на продукты для своего девятилетнего сына я трачу почти полторы тысячи рублей. Его рацион придуман не мной, а основан на советах нашего педиатра и составлен в соответствии с возрастом ребёнка: каши, овощи, фрукты и мясные пюре, адаптированная молочная смесь, специальная детская вода, а также сухари, сухарики и детские печенюшки. Конечно, есть ещё кисло-молочные продукты, но их наша семья получает бесплатно на так называемой «молочной кухне», иначе за детские творожок и кефир мне пришлось бы отдавать еженедельно ещё около 300 рублей.

О том, что цены растут быстрее, чем наши дети, свидетельствует статистика по раз-



В один год и три месяца малышу пора привыкать к взрослой еде из натуральных продуктов. И приучать к этому маму с папой

ным регионам России. Например, в Приморье, где с начала года цены на все продовольственные товары выросли в среднем на 9,4 процента, «молочка» для детей поднялась на 14 процентов. Даже на Кубани, где, казалось бы, проблем с фруктами и овощами быть не должно, этой весной, по данным Краснодарстата, почти на 9 процентов выросли цены на детские фруктово-овощные консервы. В этом году в Ставропольском крае небоснованные торговые надбавки (выше 25 процентов) на детскую еду в местных магазинах стали поводом для прорурорской проверки.

Каша за 6 рублей

В особенностях разумной экономии и правильного питания разбираемся вместе с врачом-диетологом Областной детской клинической больницы № 1 Натальей Лазутиной.

Самый здоровый и бюджетный способ кормить ребёнка до года (а иногда и дольше) — конечно, грудное молоко. Педиатры единогласны — это лучшее питание для младенца (и экономия для мамы, которая на адаптированных

смесях может сэкономить 250 рублей в неделю). Когда малыш подрастёт, потребуются прикормы. Советы по введению прикорма за 20 лет сильно изменились. Если наши мамы и бабушки начинали кормить детей яблочными пюре и соками, то сегодня педиатры рекомендуют начинать с овощей, а детям с недостаточным весом — с каш. Оказывается, раньше у большого количества детей в 3 и 6 месяцев выявляли анемию, а яблоки рассматривались как основную источник железа. Сейчас процент таких детей меньше, так как мамы принимают препараты железа во время беременности, а также употребляют богатую железом пищу во время грудного вскармливания. Немного математики: за 100 г пюре из картофеля и кабачков промышленного производства мама отдаст около 37 рублей, за 100 г домашнего — около 14 рублей. Или ещё: 200 г готовой овсяной каши стоят почти 100 рублей, но такой же объём «Геркулеса» можно перемолоть в кофемолке и сварить, кашка обойдётся... в 6 рублей.

Очень важно знать, откуда берутся фрукты и овощи. Если они собраны на собствен-

ном огороде — хорошо. А если мама купила их на рынке? Сейчас в магазинах появились дешёвые кабачки, именно этот овощ педиатры рекомендуют использовать как первый прикорм. Но в начале лета велика опасность, что кабачки выращены с использованием гормонов, пестицидов. Поэтому если уж мама решила готовить из магазинного овоща, то она должна его хорошо вымыть, довести до кипения и слить бульон, а потом поварить ещё.

Что полезнее?

Специалисты считают, что детская еда промышленного приготовления... лучше домашней. Речь в первую очередь о российских марках. Все ингредиенты тщательно проверяются на содержание вредных веществ: нитратов, нитритов, солей тяжёлых металлов. Проверкой занимается Роспотребнадзор, а на самих предприятиях существуют целые отделы, отвечающие за безопасность продукта. Так, например, злаки проверяют на пестициды, отсутствие в них вредителей, а готовую кашу — на баланс жиров, белков, углеводов и ви-

КОММЕНТАРИЙ

Сергей МАЙЗЕЛЬ, собственник одного из свердловских предприятий, производящих детские молочные продукты:

— Детское питание в цене, но рост, я считаю, незначителен. Напомню, что треть цены кефира и молока для малышей составляет упаковка, которую, увы, до сих пор не делают в России. У нас нет алюминиевой фольги такого качества, которое необходимо для производства упаковки типа Тетрапак. А Тетрапак несколько лет назад построил завод под Киевом, и какими путями мы теперь возим эту упаковку — ни в сказке сказать, ни пером описать... К счастью, сейчас Тетрапак строит завод под Москвой, появилась надежда, что через год он начнёт работать, и мы хотя бы в таком виде получим импортзамещение.

Закупочная стоимость молока у крестьянина тоже выросла — за последние 10 лет ровно в три раза. Кроме того, подорожала и электроэнергия — а на заводе её используют в огромных количествах, особенно в цехах безлюдной технологии, где соблюдаются строжайшие антисептические условия — для детей до года это особенно важно. К тому же с 2013 года государство прекратило льготно кредитовать молочную отрасль, за исключением производства масла и сыра.

Государство должно определить: детское питание — это социально значимый продукт? Если это так, надо контролировать его цену так же, как она контролируется на жизненно необходимые лекарственные препараты.

Записала Лариса ХАЙДАРШИНА

таминов. Кроме того, питание промышленного производства специально обогащается полезными веществами, например, таурином. Это вещество очень важно для развития сетчатки.

Промышленное питание, конечно, сбалансировано по составу и в основном не содержит соль и сахар. Однако это не значит, что состав содержимого таких баночек не надо читать. Часто в импортное баночное пюре в качестве естественного консерванта добавляют аскорбиновую кислоту. Есть дети, у которых такая добавка может вызвать аллергию. Так же с крахмалом, который добавляют для консистенции: для детей старше семи месяцев он безопасен, а вот раньше его употреблять не рекомендуется.

Правда, исследований о том, что лучше для интеллекта и развития ребёнка — домашняя еда или промышленная — ни у нас, ни за рубежом не проводилось.

Маслом не испортишь

Часто на детских продуктах производители указывают: «Не содержит пальмо-

вое масло», которое почему-то так пугает многих мам. Вопреки стереотипам, такое масло — источник пальмитиновой кислоты, а она участвует в образовании оксигенированной масляной кислоты: это незаменимое вещество, но необходимо для нормальной жизнедеятельности бифидум-флоры толстого кишечника. Доказано, что отсутствие оксигенированной масляной кислоты может привести к раку толстого кишечника. Кстати, в грудном молоке пальмитиновая кислота тоже содержится.

Не стоит переплачивать за безлактозные смеси. Лактоза — углевод, который содержится в молоке и молочных продуктах, — её надо бояться лишь детям с лактозной недостаточностью. А этот недуг встречается не так часто. Безлактозная смесь может быть на треть дороже обычной.

Кроме того, не стоит переплачивать и за импортные разрекламированные марки. Любой педиатр вам скажет, что отечественное детское питание по всем стандартам ничем не хуже (а чаще всего — лучше) импортного.

В Свердловской области все дети до трёх лет могут бесплатно (!) получить молоко, кефир и творог (но не все мамы об этом знают). Дети из отдалённых сельских территорий, куда невозможно доставить свежую молочную продукцию, получают за счёт областного бюджета сухие молочные каши и молочные продукты



Ультрамарафон проходил в московском парке «Лосиный остров»

Берёзовский педагог пробежал 100-километровый ультрамарафон в Москве

Учитель географии берёзовской школы № 2 Алексей Курочкин стал присвёром ультрамарафонского забега «Московская сотня». К соревнованиям Алексей подготовился за три месяца и пришёл к финишу вторым, с результатом 9 часов 53 минуты.

На соревнованиях педагог попал буквально с трапа самолёта, возвращаясь с полумарафона в Чехии. «Московский сотню» согласился пробежать 12 участником, половина сошла с дистанции.

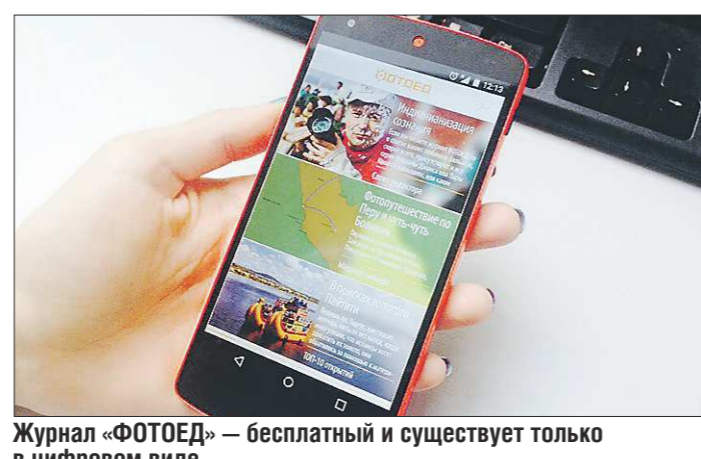
— Это как добегать от Екатеринбург до Камска-Уральского. Тяжело было дважды: на 60 и 90 километра, приходилось останавливаться. Организаторы успокаивали: осталось, мол, совсем немного! — рассказывает «ОГ» атлет. — Моими соперниками за северо были два брата-близнеца, в один момент разрыв между нами сократился до 40 метров. Потом бегуны отстали и финишировали на две минуты позже, причём один нёс на спине другого.

Алексей серьёзно занялся бегом десять лет назад, чтобы натренировать силу и выносливость для занятий альпинизмом. Заведый турист поднялся на пять семитысячных горных вершин страны, а теперь чаще покоряет километры на горизонтальной плоскости. За плечами берёзовчанина — два десятка марафонов и полумарафонов в России и за рубежом. Самым запоминающимся был забег на Канарах, когда Алексей обогнал всех соотечественников. А первым в списке был международный горный марафон «Конжак». В начале июля Алексей снова примет участие в забеге на Конжакский Камень, а через две недели поедет на четырёхдневную гонку «ТрансУрал». В среднем Алексей устраивает себе проверки на выносливость раз в полтора месяца. По его словам, 42-километровый забег можно сравнить по ощущениям с десятидневным турпоходом.

ДОСЬЕ «ОГ»



Виктор ЛИСИЦЫН родился 11 марта 1980 года в Кирове. В 2002 году окончил математико-механический факультет Уральского государственного университета им. А.М. Горького. Занимался различными проектами в мобильной среде, ныне возглавляет компанию EastMedia (шестое место в едином рейтинге mobile-разработчиков 2014 года по версии ruward.ru). Увлекается путешествиями, фотографией, фитнесом. Холост.



Журнал «ФОТОЕД» — бесплатный и существует только в цифровом виде

«Проблем с IT-кадрами в Екатеринбурге нет»

Мария СЕРГЕЕВА

Невозможно представить себе современный мир без Интернета и мобильных технологий. С каждым днём всё больше людей пользуются смартфонами и планшетами, стремительно растёт популярность мобильных приложений. Многие из них, как оказалось, создаются у нас — в Екатеринбурге. Мы поговорили с Виктором ЛИСИЦЫНЫМ, генеральным директором ООО «Восток Медиа» и узнали, как развивается разработка мобильных приложений.

— Как давно вы разрабатываете приложения?

— Компания была зарегистрирована в 2006 году, но мобильными приложениями мы начали заниматься с мая 2010 года. Тогда в наши руки попал планшет и первый мобильный журнал. Стало ясно, что наступает эра цифровых журналов и что будущее за мобильными устройствами. Мы создали собственную издательскую платформу EastMedia и начали издавать мобильные журналы. Вместе с фотоагентством Magnet мы придумали «ФОТОЕД» — мобильный журнал по путешествиям, совершаемые редакцией каждый месяц. Журнал существует только в цифровом виде, он бесплатный и доступен на мобильных платформах Android и iOS. Ежемесячно нас читают более 850 тысяч человек в РФ, странах СНГ и за рубежом. Этот

проект занял первое место на национальном конкурсе «Золотое приложение 2015» в номинации «Новости и журналы». Сейчас к нам обращаются компании с заказами на разработку мобильных приложений, чем мы с удовольствием и занимаемся.

— С кем вы успели поработать за этот срок?

— За эти годы наша компания выполнила несколько десятков крупных проектов для разного типа заказчиков. Например, для центра культурных инициатив «Сретение» совместно с Кафедральным Соборным Храмом Христа Спасителя мы создали мобильное приложение «Живая поэзия» (антология русской поэзии в цифровом виде), которое стало победителем Национального книжного конкурса «Книга года — 2013» в номинации «Электронная книга». Мы также повторно сотрудничаем с ОАО «РЖД», холдингом RelevantMedia и другими крупными компаниями.

— Сколько человек в вашей команде?

— Сейчас у нас работают 20 человек, из них 15 — разработчики. Но мы расширяем штат, и у нас открыты вакансии для новых мобильных разработчиков. Над каждым проектом работает команда из шести человек, обычно — по два разработчика на каждую мобильную версию приложения. Основная команда находится в Екатеринбурге, за счёт чего мы, как пра-

вило, предлагаем более выгодные условия для федеральных заказчиков. В Москве у нас полноценный офис продаж, большинство заказов поступает именно оттуда.

— Для каких платформ вы создаёте приложения?

— В настоящее время мы создаём только нативные приложения для Android и iOS, то есть приложения, которые разрабатываются специально под мобильные платформы и требуют установки. Также начинаем проекты по созданию приложений для Windows Phone.

— Какова из платформ лидирует?

— Заказчик хочет сразу получить две версии мобильных приложений — под две основные платформы на сегодняшний день, Android и iOS. Инструменты, правила разработки, дизайн мобильных приложений на разных платформах существенно отличаются друг от друга. Абсолютно все текущие заказы обязательно включают в себя разработку приложений для Android. Если вы как разработчик не можете создавать приложения под эту платформу, клиенты вас не будут даже рассматривать. Чтобы удовлетворить текущие потребности заказчиков, мы создали отдел Android-разработчиков.

— Монетизируете ли вы приложения?

— Мы разрабатываем как платные, так и бесплатные приложения. Издательская

платформа позволяет встраивать в приложение платные покупки. В этом случае приложение бесплатное, а дополнительные функции нужно приобретать за деньги. Кроме того, рекламодатели заинтересованы в размещении своей информации на мобильных гаджетах, ведь количество пользователей смартфонов и планшетов растёт. Поэтому один из наших вариантов монетизации — размещение баннеров различных рекламодателей в наших собственных приложениях.

— Какова перспектива развития данного бизнеса в Екатеринбурге?

— Екатеринбург всегда был одним из центров IT-разработки в России. В городе достаточно вузов для подготовки соответствующих кадров, проводится много IT-форумов и выставок. Поэтому проблем с кадрами в нашем городе нет. А спрос со стороны федеральных заказчиков на мобильные приложения даёт возможность разработчикам быть востребованными.

— Какой совет вы можете дать начинающим разработчикам в Екатеринбурге?

— Очень много трудиться, создавать действительно качественные мобильные приложения, применяя все методики и полный цикл производства. Делать больше, чем от вас просят заказчик, и относиться к каждому проекту как к лучшему в вашей жизни.

В «Реальных пацанах» снимется житель Каменска-Уральского

Анна ОСИПОВА

В восьмом и девятом сезонах телесериала «Реальные пацаны» зрителей из Каменска-Уральского ждёт сюрприз. В нескольких сериях они смогут увидеть своего земляка Леони Янина. Парень попал на проект телеканала ТНТ совершенно случайно — режиссёр комедийного сериала Жанна Кадникова просто наткнулась на его страничку в соцсетях...

— Буду играть роль обычного дворового парня, какие есть в любом маленьком городе, по сюжету он из типичного гошника стал уважаемым человеком, но остался таким же простым, как и раньше, — рассказал Леон «ОГ».

Предложение Жанны Кадниковой стало для Леони полной неожиданностью, ведь ни в каких кастингах он не участвовал. Режиссёр нашла его в одной из групп в социальных сетях — увидела фотографию и решила, что типаж подходит для сериала как нельзя лучше. Парень не сразу поверил в такую удачу, но согласился принять участие в предварительных пробах и без труда прошёл отбор, а сейчас уже разучивает сценарий.

— Я не профессиональный актёр, в съёмках ещё не приходилось участвовать. Может, нас будут обучать чему-то, пока не знаю. А «Реальных пацанов» много простых людей, которые снимались впервые, — отмечает Леон.

Пока будущий актёр находится в Каменске-Уральском, но уже в июле отправится на съёмки в Пермь и проведёт там до сентября. На это время Леону пришлось отпроситься с работы — к счастью, начальство тоже видело сериал «Реальные пацаны» и препятствовать не стало. За участие в съёмках обещают гонорар,

ДОСЬЕ «ОГ»

Леон ЯНИН родился 7 мая 1976 года. Вырос в Екатеринбурге, но последние 16 лет живёт в Каменске-Уральском. Окончил Свердловский радиотехникум по специальности «электронщик», но по профессии не работает, на данный момент является торговым представителем одной из крупных компаний. Состоит в гражданском браке, воспитывает дочь шести лет.

СПРАВКА «ОГ»

«Реальные пацаны» — российский комедийный телесериал о жизни пермского пацана Колына, выходящий на телеканале ТНТ с 8 ноября 2010 года. Ситком снят в формате реалити-шоу, где оператор якобы ходит с камерой за главным героем. Сериал официально признан культурным достоянием Пермского края.

Сухоложскими фонарями будет управлять компьютер

556 энергоэффективных уличных светильников с централизованной системой управления установят в частном секторе Сухого Лога и в посёлке Альтный. На реализацию проекта городской округ получил 12 миллионов из областного бюджета. Ещё 1,2 миллиона на лампы нового поколения добавит муниципалитет.

В течение года на альтныйских улицах вместо старых источников света появятся 180 новых светильников, в Сухом Логе — 376. Также в рамках реконструкции на улицах установят новые опоры. Ранее экономичными натриевыми лампами обзавелись фонари в сёлах Рудянском и Знаменском и на центральных улицах Сухого Лога.

— Эти лампы дают более ровное освещение и заменяют по светоотдаче обычные лампы ДРЛ. Экономия с одной светоточки составляет 100 Ватт, — пояснил инженер-энергетик Управления муниципального заказчика Виктор Воложанин.

Лампы будут устанавливаться автоматически, в зависимости от продолжительности светового дня. Ночью их яркость будет снижаться — это позволит сэкономить до 30 процентов электроэнергии. Управлять светильниками и контролировать состояние линии можно будет с помощью обычного компьютера на центральном диспетчерском пункте в Сухом Логе.

Ольга КОШКИНА

Свердловский ГЕРБарий

№ 31 — Ивдельский ГО

Созданием современного герба Ивделя озабочились в 2006 году. Основными темами, отражёнными в городской символике, должны были стать природная чистота и богатство природы городского округа. В итоге был утверждён наиболее простой по исполнению вариант.

Гербовое поле окрашено в синий, во главе щита семь серебряных заострённых фигур — они символизируют север. Нижняя часть композиции зеркально отражает верхнюю, но выполнена в золотом цвете. Вместе с золотой звездой в центре гербового щита эти фигуры указывают на недра территории и развитую добычу золота. Между лучами звезды изображены серебряные горностайские хвосты как символ природной чистоты и богатства животного мира.

Кстати, у современного герба Ивделя есть предок, хотя они совсем не похожи друг на друга. Судя по сохранившимся описаниям, предшественный городской символ был крайне насыщен элементами — содержательная часть охватывала все сферы промышленности, развитые на территории: деревообрабатывающей, гидроэлектростанции и горнодобывающей. Помимо этого на гербе изображались горы, ель, и национальный орнамент народности манси. Такая символика была приспосабливана городу в 1974 году, но до наших дней только описания.

Авторами современного герба стали члены Уральской геральдической ассоциации и комиссии по символам Законодательного собрания Свердловской области Валентин Кондюрин и Александр Грешенштейн.