

ТЕЛЕВИДЕНИ

ПОНЕДЕЛЬНИК

ОРТ Телеутро. Новости. "Тропиканка". Поле чудес. Человек и закон. Угадай мелодию. Новости. ГТРК "Мир". "Собака Баскервилей", 1 с. Кумиры, кумиры... София...

21.20 ТВ-3. 21.30 Авоьска. 21.40 Сагай хурдэ. 22.15 Боевик "Беспредел".

10, ВТОРНИК

Канал "ОРТ" 7.00 Телеутро. 10.00 Новости. 10.15 "Тропиканка". 11.05 Мы. 11.45 Смехопанорама. 12.30 Угадай мелодию. 13.00 Новости. 13.10 ГТРК "Мир". 13.50 "Собака Баскервилей", 2 с. 15.05 "Ставка больше, чем жизнь". 16.00 Новости. 16.20 М/ф. 16.50 Мультиролия. 17.10 Волшебный мир. 17.35 "Элен и ребята". 18.00 До 16 и старше... 18.30 Семь дней спорта. 19.00 Новости. 19.20 "Тропиканка". 20.10 Час пик. 20.35 Угадай мелодию. 21.00 Тема. 21.45 Спокойной ночи, малыши! 22.00 Время. 22.50 Фильмы Н. Михалкова. "Пять вечеров". 00.40 Москва. Кремль. 01.00 Новости. 01.20 "Твин-Пикс". 02.05 Семь дней спорта. 02.35 "Ставка больше, чем жизнь". Канал "Россия" 9.00 Вести. 9.20 Звезды говорят. 9.25 Требуется, требуются... 9.30 Ритмика. 9.45 Новая линия. 10.00 Ключевой момент. 10.10 М/ф. 10.35 Люди. 10.50 Миллицейская хроника. 11.00 Вести. 11.30 Телегазета. Бурятское ТВ 17.25 Концерт оркестра БГТРК. 17.55 Байкал. 18.05 Курьер. 18.20 Коктейль. 18.35 Видеоканал "Пульс". 19.35 Программа "Контакт". 20.35 Байгал. 20.45 Унтаахай. Канал "Россия" 21.00 Вести. 21.25 Подробности. 21.35 "Берлин. Александрплатц", 14 с. 23.40 Киноафиша. 24.00 Вести. 00.25 Автомиг. 00.30 Останутся в памяти... 01.25 Река времени. 3 канал "Бурятия" 17.00 Программа передач. Канал "Россия" 17.05 Детские новости. 17.20 Праздник каждый день. 17.30 Новогодняя призма. 17.35 Вести. 17.45 Служение. 17.50 Новая линия. 18.00 Вести. 18.20 М/ф. 18.45 Месяцеслов. 19.00 На тихой охоте. 19.10 Ваш партнер.

19.20 "Россия. Объяснение в любви", ф. 22. 19.50 Музыкальная коллекция. 20.00 Чисто английский репортаж. 20.10 Л-клуб. Канал "Бурятия" 21.00 М/ф. 21.20 ТВ-3. 21.30 Авоьска. 21.40 Д/ф "Серебряные люди". 22.00 Боевик "Катала".

11, СРЕДА

Канал "ОРТ" 7.00 Телеутро. 10.00 Новости. 10.15 "Тропиканка". 11.05 Тема. 11.45 В мире животных. 12.30 Угадай мелодию. 13.00 Новости. 13.10 ГТРК "Мир". 13.45 "Шерлок Холмс и доктор Ватсон". "Сокровища Агры", 1 с. 15.00 "Ставка больше, чем жизнь". 16.00 Новости. 16.20 М/ф. 16.40 Кактус и К°. 16.55 Домисолька. 17.10 Зов джунглей. 17.35 "Элен и ребята". 18.00 Тет-а-тет. 18.30 Семь дней спорта. 19.00 Новости. 19.20 "Тропиканка". 20.10 Час пик. 20.35 Угадай мелодию. 21.00 Авт. прогр. Э. Рязанова. 21.45 Спокойной ночи, малыши! 22.00 Время. 22.50 Пресс-клуб. 23.40 "Твин-Пикс". 00.30 "50х50". 01.20 Новости. 01.40 Кумиры, кумиры... Тамара Гвердцители. 02.00 Футбол. Отборочный матч чемпионата Европы. 03.50 Семь дней спорта. 04.20 "Ставка больше, чем жизнь". Канал "Россия" 9.00 Вести. 9.20 Звезды говорят. 9.25 Требуется, требуются... 9.30 Ритмика. 9.45 И смех, и слезы, и любовь. 10.05 М/ф. 10.30 Телегазета. 10.35 Крестьянский вопрос. 10.55 "Санта-Барбара". 11.50 Миллицейская хроника. 12.00 Вести. 12.30 Новая линия. 12.45 Момент истины. Бурятское ТВ 17.25 М/ф "Заколдованный мальчик". 18.10 Бамбаахай. 18.35 Толи. 19.10 Байкал. 19.20 Курьер. 19.35 Коктейль. 19.50 "Ракурс" представляет... 20.35 Байгал. 20.45 Унтаахай. Канал "Россия" 21.00 Вести. 21.25 Подробности. 21.35 Никто не забыт. 21.40 "Санта-Барбара".

22.35 От форте до пьяно. 23.05 Бюро расследований. 24.00 Вести. 00.25 Автомиг. 00.30 Короткометр. х/ф. 01.50 ЭКС. 02.00 Река времени. 3 канал "Бурятия" 17.00 Программа передач. Канал "Россия" 17.05 Детские новости. 17.20 Праздник каждый день. 17.30 Дальний Восток. 18.00 Вести. 18.20 М/ф. 18.50 Чья сторона? 19.10 Карьера. 19.40 Вас приглашает фирма "Савва". 19.55 На первенстве мира по шахматам. 20.10 Ваше право. 20.25 Своя игра. Канал "Бурятия" 21.00 М/ф. 21.20 ТВ-3. 21.30 Авоьска. 21.40 Намда үгэ үгыт. 22.10 Мелодрама "Ледяной волк" (А. Делон).

12, ЧЕТВЕРГ

Канал "ОРТ" 7.00 Телеутро. 10.00 Новости. 10.10 "Тропиканка". 11.00 Футбол. 11.50 Клуб путешественников. 12.40 Смак. 13.00 Новости. 13.10 ГТРК "Мир". 13.50 "Сокровища Агры", 2 с. 15.05 "Ставка больше, чем жизнь". 16.00 Новости. 16.20 М/ф. 16.40 Лего-го. 17.10 Тин-тоник. 17.35 "Элен и ребята". 18.00 Рок-урок. 18.30 Семь дней спорта. 19.00 Новости. 19.20 "Тропиканка". 20.10 Час пик. 20.35 В мире джаза. 21.00 Один на один. 21.45 Спокойной ночи, малыши! 22.00 Время. 22.50 Х/ф "Несколько дней из жизни И.И. Обломова". 01.15 Новости. 01.35 Музобоз. 02.15 "Твин-Пикс". 03.00 Семь дней спорта. 03.30 "Ставка больше, чем жизнь". Канал "Россия" 9.00 Вести. 9.20 Звезды говорят. 9.25 Требуется, требуются... 9.30 Ритмика. 9.45 Новая линия. 10.00 Антракт. 10.05 М/ф. 10.30 Телегазета. 10.35 Крестьянский вопрос. 10.55 "Санта-Барбара". 11.50 Миллицейская хроника. 12.00 Вести. 12.30 Торговый дом. Бурятское ТВ 17.35 Хүн. Үе саг. 18.10 Байкал. 18.20 Курьер.

18.35 Коктейль. 18.50 "Круглый стол" журналистов. Видеоканал "Спектр". 19.40 Профессия - социальный работник. 20.15 Консультирует специалист. 20.35 Байгал. 20.45 Унтаахай. Канал "Россия" 21.00 Вести. 21.25 Подробности. 21.35 Никто не забыт. 21.40 "Санта-Барбара". 22.35 Моя Россия. 23.20 "Маски-шоу". 24.00 Вести. 00.25 Автомиг. 00.30 Ваше право. 00.45 Река времени. 00.50 Торговый дом. 01.25 Поэзия садов. 3 канал "Бурятия" 17.00 Программа передач. Канал "Россия" 17.05 Детские новости. 17.20 Праздник каждый день. 17.30 Компас Роста. 18.00 Вести. 18.20 М/ф. 18.50 Новая линия. 19.20 На первенстве мира по шахматам. 19.35 Я - лидер. 20.05 Российские железные дороги. 20.25 Музыка всех поколений. Канал "Бурятия" 21.00 М/ф. 21.20 ТВ-3. 21.30 Авоьска. 21.40 Телеприемная. 22.05 Фантазмагория "Лапа".

13, ПЯТНИЦА

Канал "ОРТ" 7.00 Телеутро. 10.00 Новости. 10.10 "Тропиканка". 11.00 Один на один. 11.40 "Утренняя звезда". 12.25 Пока все дома. 13.00 Новости. 13.10 ГТРК "Мир". 13.45 "Шерлок Холмс и доктор Ватсон". "XX век начинается", 1 с. 15.05 "Ставка больше, чем жизнь". 16.00 Новости. 16.20 "Отверженные". 16.45 Новая реальность. 17.05 Фильм-сказка "Старик Хоттабыч". 18.30 Семь дней спорта. 19.00 Новости. 19.20 "Тропиканка". 20.10 Дикое поле. 20.25 Человек и закон. 20.55 Поле чудес. 21.45 Спокойной ночи, малыши! 22.00 Время. 22.45 Х/ф "Родня". 00.30 Взгляд. 01.20 Новости. 01.40 Крим. мелодрама "Сиеста". 03.15 Муз. прогр. "Луна в воде". 03.40 "Ставка больше, чем жизнь". Канал "Россия" 9.00 Вести. 9.20 Звезды говорят. 9.25 Требуется, требуются... 9.30 Ритмика. 9.45 Торговый дом. 10.00 Мульти-пульти. 10.30 Телегазета. 10.35 Крестьянский вопрос. 10.55 "Санта-Барбара". 11.50 Миллицейская хроника. Александра Лыгденова "Отцовская коновязь". 8.10 - 9.00 "Вчера. Сегодня. Завтра". Информационная программа. 19.01 - 19.58 Радиожурнал "Степные мелодии" (на бур. яз.)

15, БОСКРЕСЕНЬЕ

7.22 Информационная программа. 7.30-8.00 Концерт песен Ж. Батуева. К 80-летию композитора. 8.10-10.00 Литературно-художественная программа "Алтаргана". О Барадии Мунгонове и его рассказе "Осень дедушки Санхю" Размышляет народный писатель Бурятии Ц. Жимбиев (на бур. яз.) Вторая передача, посвященная 100-летию со дня рождения Сергея Есенина. 9.10-10.00 Школьный канал.

РАДИО

Октябрийн 9-нөө 15 болотор

ПОНЕДЕЛЬНИК

Радиобозрение передач этой недели. Радио журнал "Земля родная". Информационная программа. Радио студия "Улан-Удэ". Утренний концерт. 19.52 Республиканские известия (выпуск на бур. и рус. яз.)

12.10 - 13.00 "Встреча для вас". Музыкальная передача с участием народной артистки Бурятии Д. Дугдановой (повтор. от 19 сентября). 19.22 - 19.52 - Республиканские известия (выпуск на бур. и рус. яз.)

11, СРЕДА

6.12 Республиканские известия (выпуск на бур. и рус. яз.) 6.40 Обзор республиканских газет. 6.45-7.00 Информационная программа. 7.22 "Выбор" - программа для молодежи. 7.47-8.10 Радио журнал "Природа и мы". 19.22 Республиканские известия (выпуск на бур. и рус. яз.) 19.52-20.07 Передача для детей (на бур. яз.)

12, ЧЕТВЕРГ

6.12 Республиканские известия (выпуск на рус. и бур. яз.) 6.40 Обзор республиканских газет. 6.45-7.00 Информационная программа. 7.22 Программа "Резонанс": Ступа Джарун Хашор - исполнение всех желаний. 7.45-8.10 Утренний концерт. 12.10 - 13.00 Передача музыкальной редакции. 19.22 - 19.52 Республиканские известия (выпуск на бур. и рус. яз.)

13, ПЯТНИЦА

6.12 Республиканские известия (выпуск на рус. и бур. яз.) 6.40 Обзор республиканских газет. 6.45-7.00 Информационная программа.

7.22 "Бурятия в условиях рынка". Программа подготовлена в Селенгинском районе. 7.45-8.10 "Тоонто нутаг". В передаче принимает участие ветеран Великой Отечественной войны Б. В. Мордоленов. 12.10 - 13.00 "Час вашего письма". Музыкальная программа. 19.02-19.52 Информационная программа "Вчера. Сегодня. Завтра".

14, СУББОТА

6.12 "Сельские заботы". 6.40 Обзор республиканских газет. 6.45-7.00 Информационная программа. 7.22 "Как живешь, ветеран?" Беседа с ветераном войны и труда Ц. Д. Жалсанов. 7.45-8.00 "Радиобиблиотека". Рассказ

12.00 Вести.
12.30 Торговый дом.
12.45 Свидетельство красотой.
13.15 Новая линия.
Бурятское ТВ
17.20 Боевик "Бой дракона".
18.35 Панорама Бурятии.
19.20 Курьер.
19.35 Коктейль.
19.50 Криминальная хроника.
20.00 Буряад орон.
20.45 Унтахай.

Канал "Россия".
21.00 Вести.
21.25 Подробности.
21.35 "Санга-Барбара".
22.30 Астрология любви. Сергей Рогожин.
23.05 К-2 представляет...
24.00 Вести.
00.25 Автомиг.
00.30 Фестиваль итальянского кино. "Ювелирная лавка".
02.05 Река времени.
02.10 "Ночной дилижанс".
Развл. прогр.

3 канал "Бурятия"
17.00 Программа передач.
Канал "Россия"
17.05 Детские новости.
17.20 Праздник каждый день.
17.30 Продленка.
17.50 Месяцеслов.
18.00 Вести.
18.20 "Дисней" по пятницам.
19.20 Новая линия.
19.35 Популярная тема.
19.55 Вестник моды.
20.25 Городок.

Канал "Бурятия"
21.00 М/ф.
21.20 ТВ-3.
21.30 Авоська.
21.40 Д/ф "Хочу, чтобы меня понимали..." (о В.С. Черномырдине).
22.10 Боевик "Ущелье духов".

14, СУББОТА

Канал "ОРТ"
9.00 Телеканал "Подъем".
10.00 Новости.
11.30 С утра пораньше.
12.00 "Утренняя почта".
12.35 Смак.
12.50 Бомонд.
13.10 Живопись: ведические имена.
13.40 Автомобиль и я.
14.00 В мире животных.
14.40 Америка с М. Таратуттой.
15.10 Аркадий Райкин. "Это было... было..."
15.35 Новости.
15.50 Х/ф "Очи черные".
17.55 Хоккей.
20.30 М/ф.
20.40 Как-то раз...
20.55 Счастливый случай.
21.45 Спокойной ночи, малыши!
22.00 Время.
22.50 Истор. сериал "Приключения королевского стрелка Шарпа", 1 с.
23.45 Лучшая российская мультипликация.
23.50 Фильм Квентина Тарантино "Бешеные псы".
01.30 Новости.
01.50 У всех на устах.
02.15 Элтон Джон в Москве.

Канал "Россия"
9.00 Вести.
9.20 Подробности.
9.30 Звезды говорят.
9.35 "Страна оборотней".
9.50 Старты надежда.
10.05 "Одиссея", 3 с.
10.30 Золотой ключик.
10.50 Грош в квадрате.
11.20 Правительственные будни.
11.50 Семь нот в тишине.
12.20 Шедевры из провинции.
12.50 На первенстве мира по шахматам.
13.05 Российское бюро путешествий.
13.50 Сергей Есенин - последний поэт.
14.05 Большой хоккей.
14.45 Горькая десятка.

15.00 Вести.
15.30 Де-факто.
15.45 Международный фестиваль им. А.Д. Сахарова.
16.15 Как жить будем?
17.05 "Расследование комиссара Мегрэ", "Друг детства", ч. 1.
17.50 Фэтон.
18.20 Двойной портрет.
19.15 Х/ф "Кикс".
21.00 Вести.
21.25 Автомиг.
21.30 Танц-экспресс.
21.45 Антракт.
21.55 Футбол. ЦСКА - "Спартак" (Москва).
24.00 Х/ф "Федора" (ФРГ).
02.05 Река времени.

3 канал "Бурятия"
18.00 М/ф.
18.20 Концерт оркестра БГТРК.
18.50 "Судьбинушка" в Америке.
19.40 Комедия "Ночные забавы".

15, ВОСКРЕСЕНЬЕ

Канал "ОРТ"
9.00 Телеканал "Подъем".
10.00 Новости.
11.30 Пока все дома.
12.00 "Утренняя звезда".
12.45 Из первых рук.
13.00 Служу России.
13.30 Играй, гармонь.
14.00 Города России. Рязань.
14.30 Очевидное - невероятное.
15.00 "Мой друг - лошадь", 2 с.
15.30 Смехопанорама.
16.00 Новости.
16.10 А. Шиллов. Портрет художника.
17.00 Клуб путешественников.
17.55 М/ф "Легенды острова сокровищ".
18.20 Брэн-ринг.
19.05 Новости.
19.25 Лучано Паваротти с друзьями.
20.40 Лучшая российская мультипликация.
20.50 Мэл Гибсон в х/ф "Эйр Америка".
23.00 Воскресенье.
24.00 "Приключения королевского стрелка Шарпа", 2 с.
01.05 Футбольное обозрение.
01.35 Новости.
01.55 Любовь с первого взгляда.

Канал "Россия"
9.00 Вести.
9.20 Звезды говорят.
9.25 Гостица деда Мазаля.
9.40 Теремок.
9.55 "Одиссея", 4 с.
10.20 Антракт.
10.30 В мире авто- и мотоспорта.
11.00 Доброе утро, Европа!
11.30 Аты-баты...
12.00 Вести в одиннадцать.
12.15 Парламентская неделя.
13.00 Консалдация.
13.05 Тайны животных.
14.00 Футбол без границ.
14.45 Антракт.
14.50 Сигнальный экземпляр.
15.00 Вести.
15.30 Не вырубить.
15.45 "Друг детства", ч. 2.
16.35 Книжная лавка.
17.05 Золотая шпора.
17.35 Приглашение к танцу.
18.25 На первенстве мира по шахматам.
18.35 Три богатыря.
19.25 Волшебный мир Диснея.
20.20 "Комедия положений", ф. 2.
20.50 Антракт.
21.00 Вести.
21.25 Автомиг.
21.30 Х/ф "Соль на нашей коже".
23.30 У Ксюши.
00.05 Программа "А".
01.10 Полнолуние.
02.10 Река времени.

3 канал "Бурятия"
18.00 М/ф.
18.20 Факт.
18.30 Авоська.
18.40 Православная прогр. "Воскресение".
19.25 Комедия "Официант с золотым подносом".



ЭМДЭ ОРОДОГ УРГАМАЛНУУ

УГЭРСЭ
Угэрсые 7 мянган жэл соо хүн эдээ хоолдоо хэрэглэнэ. Угэрсин анханайн эхэ нютаг Энэдхэгэй зүүн хойто район юм. Мүнөөшье тэндэ зэрлэг зандаа, бүдүүн модо нарийхан аргамжа мэтэ, лиана модон мэтэ мүшэрнүүдээрээ хүшэргэдэн, орёон ургажа байһыень харахат. Россиде угэрсэ арбан зургаадахи зуун жэлдэ түрүүн Византиһаа, һүүлдэнь Баруун Европын оронүүдһаа, Хитадһаа хүрэжэ ерэхэн. Грек хэлэнһээ оршуулхад "агур", "агурос", "аорос" гэхэдээ эдээшээдүй, "түүхэй" гэхэн үгэ болоно. Арбуз, дыни хадаа угэрсэтэй нэгэ түрэлэй ургамалнууд болоно.

Угэрсые бидэ овоцой ургамал гээд хэлэдэгбди. зүгөөр энэмнай ботаническа классификацияраа үржэжэмсэй түхэлэй ургамал мүн болоно.
Угэрсин 98 процентнь уһан юм. Зүгөөр энэмнай юрын хара уһан бэшэ, байгаалиһаа эхитэй тон сэбэрдистиллированно уһан болоно. Хүн гээшэ бусалгаадагүй, кранһаа гараһан уһа ходо уугаа һаа, худалай захаар буйлуулагдаагүй эдэб бодосууд тогтожо, шуһанай ябасада һаад хэхэ, зүрхэнэй худалай шуһан аалдажа, өөрөө зүрхэн байшахадаа болохо юм. Уураг тархидахи худал тоборюулгаар (бляшки) хаагдашоо һаа, инсулт болохо болохо. Тиэхэдэ хүнэй шуһан ходоодо бүлгитэнгүй (тромб), шэнгэн һайн дарсаттай (давлени) байха ёһотой.

Дистиллированно уһан гээшэ бэе махабадта шэнгэнэн эдэб хорото бодосууде хайлууддаг, үлдэн гартадаг байна.
Поль Брегг гэжэ аяншалагша полинезийцүүдэ ажаһуудаг нэгэ олтирогто хүржэ ерэхэн гэнэ (Номгон далайн Гавайн аралнууд). Ямар һайхан шарайтай, гоё бээтэй зон байһыень гайхаа гэнэ. Наһатайшье болоходонь, эдэ зоной һарниин хүгшэрхын зүһэ тэмдэг үзэгдэнэгүйл. Далайн тэгэн дунда ажаһуудаг эдэнэр гансал бороогой уһа суглуулаад гү, али кокосово һамарай сэбэр шүүһэ уудаг зон байбал даа.

- Иимэ һайхан эрэ, эхэнэр зониие хаанашье хараагүйб, гэхэниинь зүйтэй байба. Кавказайшье зон шэг шарайгаараа, бэе махабадаараа сэбэр һайхан байдаг. Эдэ зомнай хадаһаа урдаһан тунгалаг сэбэр, шүдэнэй дагжа һүрэмэ уһа уудаг байна. Иимэ уһан тала газарай уһанда орходоо, тон сэбэр

клеточнэ бодостой адлирхуу гэжэ эрдэмтэд тоолоно.
Угэрсэ тиимэхэ бөөрын үбшэндэ тон туһатай болоно. Угэрсин клетчатка холестерин бэе махабадһаа гаргадаг. Кали, кремний, серэ элбэг тула арһанай, үһэнэй, шүдэнэй шэнжэдэ һайн нүлөөтэй. Гэдэхэ дотор сэбэрлэхэдэ ехэ һайн. Мангарлаа һаа, угэрсин шүүһэ уужархихада мангар тарадаг.

АРБУЗ
Арбуз үни хада культурна ургамал болгогдонхой. Хуурай, дулаан уларилтай бүхы дэлхэйн районүүдта ургуулагдаһа, илангаяа сэлмэг нарадай үдэрнүүдтэ тон дуратай юм. Манай ороной урда областьнуудта арбуз ехээр тариваг. "Медовка", "Победитель", "Мелитопольский" гэжэ сортын арбуз түргэн эдээшэдэг, амтатай, тон томоор ургадаг юм.

Арбуз ехэнхидээ тэрэ зандаа хэрэглэгдэнэ. Тэрэнэй 89 процентнь уһан юм. Арбузда илангаяа фруктозо, сахарозо элбэг, пектинов бодос, белогууд, кальцит, калий, фосфор, түмэр, азотисто бодос, клетчатка, щелочной бодос, витаминууд, фолиева кислота, каратин бии. Арбузна үрэхэнһөө миндальна тоһо шахажа гаргадаг.

Зүгөөр арбузые тэрэ доронь эдихэдэ ехэл амтатай, унда хараадаг, халууржа байһан хүндэ эдюулээ һаа, температурань доошолодог. Бөөрээ үбдэхэн хүндэ тусгаар туһатай, хоёр хахад килограмм арбуз үдэр бүхэндэ үбшэн хүндэ эдюулхэдэ эдэгэдэг юм. Мүн циститтэй (суухаяа үбдэдэг), пиелонефрит үбшэнтэй хүн арбуз эдихэ ёһотой. Саахар, глюкозын бии һэн тула арбуз мүн эльгээ үбдэдэг хүндэ эдюулхэдэ болохо, пектин ехэ элбэг һэн тула гэдэхэ дотор сэбэрлэдэг. 1 килограмм арбузда 1 грамм түмэр байдаг (энэ тоң ехэ), тиимэхэ шуһа багатай бэлбэхэн эхэнэрнүүдтэ, бэе махабадта түмэрэй дуталдахада, мүн саахарна диабеттэше тон туһатай.

Арбузай хальһан мүн доторой хадхалада хэрэглэгдэнэ (колит).
Ушөө арбуз даһадаг юм. Украина энэ талаар ехэ эддаршанхай. Гайхамшагта миргородско даһалһан арбуз тухай Н. В. Гоголь бэшэхэн байдаг. Энэ нэгэ рецепт.
Арбузай досоохи зөөлэн хубие багахан хуби болгон зүһэдэг. Баанха соо тэрэ зүһэмөө нэгэ нэгээр ябгалаад, дээрэхэнь чеснок хэршээдэ үбэнүүддэг, 1 литр уһанда 2 халбага даһа

хэдэг, 1 халбага үшөө нэмээд, дээрэхэнь ананшаһа дэбдэдэг. Иимэ бусалгаад, хүргэдэг, баанха соо эюулхэт, 3-4 эдихэдэ болохо. Иимэ холодильник соо бүхэнэ

хадагалжа болоно.
АЛОЭ
Энэ мүнхэ ургамал Афганистан, Энэдхэгэй хахад суглуулагдаг. Антильска олтироной алоэн үргэн плантацийн тариваһан юм. Манай орондоо Крымдэ тариваһан, зүгэ ехэнхидээ гэртэ байһан ургамал гээд сэгнэгдэдэг юм.

Олон зуун жэл эрдэмтэд энэ ургамал шэнжэлжэ юм. Эдэб туршалга хэдхэн алоэгэй шүүһэндэ дабирхайлиг бодос, витамин фитонцидууд элбэг тодорюулагдаһан. Манай шүүһэн доторой халуундэ һэлхэнэй ябасада, шадан дээшэлүүлхэдэ, эдэб микро хэхэдэ, хадхалада, эдэб аргаһада туһатай. Эдэ хомхой, эдээ шэнгэн болгодог.

Ород арадай бороо алоэгэй шэнэ наһада шүүһэн тархья үдэр шүрбэхэнэй балсаг зангилаада (невралгия) Батуми городской завод эдэб микробууд хэдэг ферроалоз гэжэ эм олоор гаргажа эхиһа.

Ферроалоз шэнэ эльгээдэ угаа һайн гэдэхэ доторой үбшэн шуһанай гемоглобин эдээндэ ородог, тархил болно.
Зүгөөр эльгээ үбдэхэн умайһаа ехэ шуһанай гемморой, цистит (шээс суухын хадхала) болгодог болохогүй.

Гайхамшагта офтальмолог академик В. А. Филатов ургамалһаа биогеннэ стимулятор гэжэ шэнэ эм бии болгоһон. Энэ эм нюдэнэй үбшэн хүндэ операцн хууһа хадхалаһан хүндэ тоһо Биогеннэ стимулятор махабадта ехэ нүлөө Алоэн экстракт үбшэн хэрэглэгдэнэ.

Алоэ эхэ орондоо Афганистан, Энэдхэгтэ 15 метр хүндэрөөр ургадаг. Тон антама халуун уларим ургамал юм. Арад зон "столетник" гээд нэрлэдэг. Юундэб гэхэдэ, женьшень зуун жэл соо нэгэ сээсгэдэг. Семитск халка аккадска хэлэндэ алоэ гээдхэ нэрлэдэг юм.
"Энциклопедия эдэ номһоо абтаба.

...ӨӨҺЭДӨӨ СУГЛУУЛАА

Октябриин 2-ой үдэр Улаан-Үдэ станциин локомотивна депогой спортын зал соо үндэр наһатай дунда шатар нааданда дуратайшуулай дунда мүрьсөөн үнгэргэгдэбэ. Энэ наадан Наһажаал урласхоорондын үдэртэ зорюулагдажа, олон шатаршад суглуулаа. Ерэхэн шатаршад блиц байла. Эндэ Ю. Ф. Краевон бэрхээр наадажа, түрүү һуури эзэлэе. Удаадахи һууринуудта В. Хорганов, Николай Шитиков, Бато Мункоев гэгшээ гараба.
Наһатайшуулай дундаһаа эрхимлэхэн шатаршадта мүнгэн шан барюулагдаба. Хабаадагшад мүнгэ суглуулжа, түрүүлжэ гараһан үетэн нүхэдөө урмашуулаа.

Эмхидхэн байгуулагшад - Буряад Республикын Президент, Арадай Хурал болон Правительств

Redactor Ц. Б. ЦЫРЕНДОРЖИЕВ.
РЕДАКЦИОННО КОЛЛЕГИ: ДАШЕЕВА Г. Х., ДОНДОГОЙ Ц. Ц., ЖИЖИТОВ Б.М.Ж. (харюусалгата секретарь), НИМАЕВ П. Н. (редакторай орлогшо), ОЧИРОВ С. Д., ПИНТАЕВ В. И. (хэблэлэй директор), РИНЧИНОВ С.Д. (редакторай орлогшо), САМБЯЛОВА Т.В.
Газетэ хэблэлэй 2 хуудан хэмжээтэй. Индекс 50901. Хэһэг 4327. Хэблэлдэ тушаагдаһан саг 17.16.
Буряад Республикын республиканска типографида газетэ хэблэгдэ. Директорайн телефон: 2-40-45. Б-0079-дэхи номертойгоор бүрхилжэ абтанхай. Заказ №189.