





Table with 2 columns: Channel (Первый канал, НТВ, Россия-1) and Program details (e.g., Доброе утро, 12, 9.00, 13.00, 15.00, 3.00).

Table with 2 columns: Channel (ТВ Центр, РЕН ТВ) and Program details (e.g., Настроение 12+, 6.00, 8.00, 10.00).

Table with 2 columns: Channel (ТВ Центр, РЕН ТВ) and Program details (e.g., Дневник XII Зимнего международного фестиваля искусств).

Table with 2 columns: Channel (ТВ Центр, РЕН ТВ) and Program details (e.g., Биатлон. Кубок мира. Смешанная эстафета 12+).

Table with 2 columns: Channel (Первый канал, НТВ, Россия-1) and Program details (e.g., Доброе утро, 12+, 9.00, 12.00, 15.00).

Table with 2 columns: Channel (ТВ Центр, РЕН ТВ) and Program details (e.g., Руссо туристо 16+, 4.50, 5.10, 6 кадров).

Table with 2 columns: Channel (ТВ Центр, РЕН ТВ) and Program details (e.g., Доктор И... 16+, 8.00, 8.35, 10.35).

Table with 2 columns: Channel (ТВ Центр, РЕН ТВ) and Program details (e.g., Футбол. Юношеская лига УЕФА 1/16 финала).

Table with 2 columns: Channel (Первый канал, НТВ, Россия-1) and Program details (e.g., Доброе утро, 12+, 9.00, 11.30, 15.00).

Table with 2 columns: Channel (ТВ Центр, РЕН ТВ) and Program details (e.g., Руссо туристо 16+, 4.50, 5.10, 6 кадров).

Table with 2 columns: Channel (ТВ Центр, РЕН ТВ) and Program details (e.g., Наблюдатель 12+, 11.10, 1.00, 1.00).

Table with 2 columns: Channel (ТВ Центр, РЕН ТВ) and Program details (e.g., Футбол. Чемпионат Европы. Индивидуальная гонка).

Table with 2 columns: Channel (Первый канал, НТВ, Россия-1) and Program details (e.g., Доброе утро, 12+, 9.00, 12.00, 15.00).

Table with 2 columns: Channel (ТВ Центр, РЕН ТВ) and Program details (e.g., Настроение 12+, 6.00, 8.00, 10.00).

Table with 2 columns: Channel (ТВ Центр, РЕН ТВ) and Program details (e.g., Наблюдатель 12+, 11.10, 1.00, 1.00).

Table with 2 columns: Channel (ТВ Центр, РЕН ТВ) and Program details (e.g., Футбол. Чемпионат Европы. Индивидуальная гонка).

Цифры в скобках обозначают ограничение просмотра телепередач по возрасту: (6+) - просмотр не рекомендуется детям до 6 лет; (12+) - просмотр не рекомендуется детям до 12 лет; (18+) - просмотр не рекомендуется лицам моложе 18 лет.

Table with TV channel programs for Friday, Feb 22. Columns include channel name (e.g., ПЕРВЫЙ КАНАЛ, ТВЦЕНТР) and program titles with times.

Table with TV channel programs for Friday, Feb 22. Columns include channel name (e.g., ТНТ, РЕН ТВ) and program titles with times.

Table with TV channel programs for Friday, Feb 22. Columns include channel name (e.g., КУЛЬТУРА, МАТЧ ТВ) and program titles with times.

Table with TV channel programs for Friday, Feb 22. Columns include channel name (e.g., ДОМАШНИЙ, СКАНАЛ) and program titles with times.

Table with TV channel programs for Friday, Feb 23. Columns include channel name (e.g., ПЕРВЫЙ КАНАЛ, ТВЦЕНТР) and program titles with times.

Table with TV channel programs for Friday, Feb 23. Columns include channel name (e.g., ТНТ, РЕН ТВ) and program titles with times.

Table with TV channel programs for Friday, Feb 23. Columns include channel name (e.g., КУЛЬТУРА, МАТЧ ТВ) and program titles with times.

Table with TV channel programs for Friday, Feb 23. Columns include channel name (e.g., ДОМАШНИЙ, СКАНАЛ) and program titles with times.

Table with TV channel programs for Friday, Feb 24. Columns include channel name (e.g., ПЕРВЫЙ КАНАЛ, ТВЦЕНТР) and program titles with times.

Table with TV channel programs for Friday, Feb 24. Columns include channel name (e.g., ТНТ, РЕН ТВ) and program titles with times.

Table with TV channel programs for Friday, Feb 24. Columns include channel name (e.g., КУЛЬТУРА, МАТЧ ТВ) and program titles with times.

Table with TV channel programs for Friday, Feb 24. Columns include channel name (e.g., ДОМАШНИЙ, СКАНАЛ) and program titles with times.

НА ДОСУГЕ РЕКЛАМА В «КОММУНЕ» • 8 239-00-88, 8 293-93-70, 210-60-68

Grid of advertisements for various services and products, including travel, food, and entertainment.

Не растопить ли нам маслица?

ЕСТЕСТВЕННЫЙ ОТБОР

Интересный факт: подсолнечное масло появилось недавно – во второй половине XIX века. Чем же пользовались наши предки? Конечно, сливочным маслом, которое часто растапливали. И сейчас топленое масло – продукт важный, нужный, популярный. В его качестве и будут разбираться эксперты программы «Естественный отбор» на канале «ТВ Центр» в среду, 20 февраля, в 16.55.

Споры о том, какое масло лучше – простое сливочное или топленое – не умолкают который год. Программа «Естественный отбор» вместе со звездной гостевой – легкоатлеткой, двукратной олимпийской чемпионкой и чемпионки мира Светланой Мастерковой – решила разобраться в этом вопросе. Сливочное масло – продукт скоропортящийся, он содержит как полезные вещества (витамины А, Е и К, насыщенные жирные кислоты), так и вредные (насыщенные жиры, холестерин). Ну и, конечно, все знают, что оно очень калорийное. Топленое масло содержит больше, чем сливочное, насыщенных жиров, холестерина и калорий. Витамины в нем есть, но их вряд ли больше. Зато топленое масло может долго храниться даже без холодильника (поэтому оно и было таким популярным у наших предков). То есть у каждого вида – свои недостатки и преимущества. Просто нужно с умом подходить к вопросу его использования.



ПО ГОРИЗОНТАЛИ: Гравюк, Эльфорт, Манюк, Парик, Спок, Крауса, Олга, Попк, Работя, Оюп, Анюк, Нарбу, Пьеро, Фелс, Агбасев, Сенкра, ПО ВЕРТИКАЛИ: Прага, Цсар, Баня, Микрон, Фларк, Толь, Аванье, Кресс, Сев, Крап, Откос, Шлак, Онеорк, Фугас, Клек, Пябор, Топла, Пудя.



