

1. Александра Ситнова «PRO питание детей. Без слез и уговоров» 16 +



Александра Ситнова – нутрициолог, сертифицированный специалист по питанию детей UNICEF, Early Nutrition Academy, придерживающийся принципов доказательной медицины. Автор популярного блога и курсов по питанию детей. Более 200 тысяч мам доверяют питание своих детей Александре каждый день. Питание ребенка без стрессов, уговоров, самолетиков и паровозиков – от первого прикорма до школы. Простые, пошаговые, реально работающие инструкции в сотнях ситуаций.

2-е издание, дополненное и переработанное

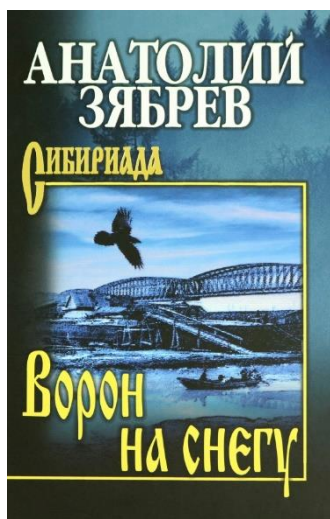
«PRO питание детей» — настольная книга для родителей, которые хотят приучить своего ребенка к здоровой и питательной пище с самого раннего возраста.

2. Владимир Высоцкий «Песня о звездах» 16+



Владимир Высоцкий — поэт, которому было дано чувствовать ритм времени, вовлекая в силовое поле своего творчества миллионы читателей и слушателей. Исповедальный стих Высоцкого, сопряженный с народным чувством справедливости, обращен ко всей России с ее прошлым и настоящим. Его душевная отзывчивость и духовные взлеты, взыскательное слово и взыскующая совесть нашли отражение в сотнях стихотворений, песен, баллад.

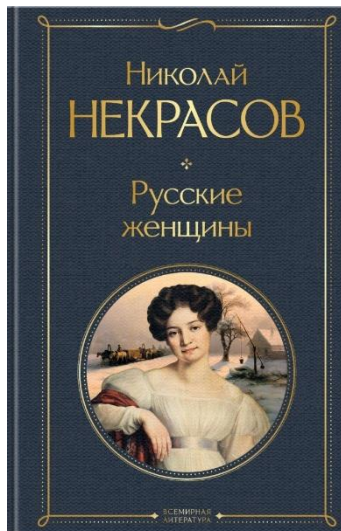
3. Анатолий Зябрев «Ворон на снегу» 16+



В основе романа известного сибирского писателя Анатолия Ефимовича Зябрева лежит судьба его деда Алексея Алексеевича, одного из тех крестьян, что работали на постройке моста через Обь и положили начало поселку, а потом и городу Новониколаевску, ставшему впоследствии Новосибирском. Повесть «Мальчишка с большим сердцем» рассказывает о драматическом выживании подростка в исправительной колонии, а затем о становлении его солдатом, защитником Родины в составе особого

боевого воинского подразделения, сформированного из освобождённых заключённых в годы Великой Отечественной войны.

4. Николай Некрасов «Русские женщины» 16+



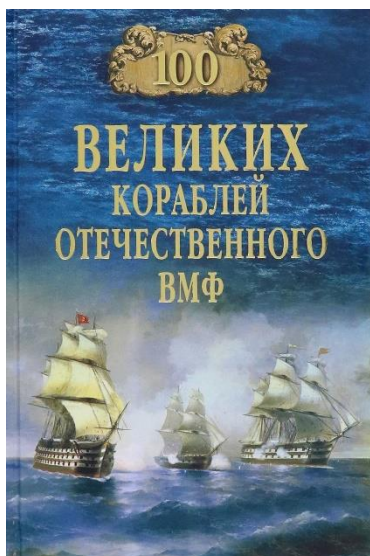
Николай Некрасов — мастер поэтического слова. Его гений не только расширил возможности русского стиха, но и смог отразить глубочайшие волнения человеческой души. Эта книга подойдет для всех любителей поэзии, посвящённой нашей реальности — красивой, страшной и необыкновенной.

5. Юлия Петрашова «Нитяной моток» 12+



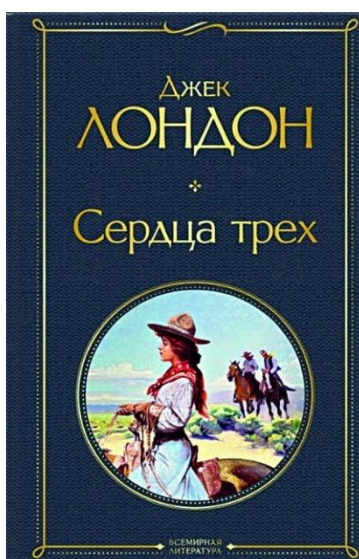
В правилах игры под названием «Жизнь» не указано, какой узор должен выйти в итоге, какой рисунок у этого сложного пазла. Жизнь Оксаны Ивановой больше всего напоминает Нитяной моток: за какую ниточку ни потянешь - ждут серьезные последствия. Хочешь избавить мать от лживого отчима - оказывается, что он связан с преступниками. Хочешь помочь подруге разобраться с парнем - выясняется, что он хочет свести ее с ума ради шутки. Находишь родного отца и понимаешь, что лучше было бы этого не делать, так как ждет страшное разочарование... Но несмотря на это, Оксана принимает правильные решения, хотя зачастую ее действия не распутывают ситуации, а резко разрубают гордые узлы.

6. Вячеслав Бондаренко «100 великих кораблей отечественного ВМФ» 16+



На страницах этой книги – настоящий парад кораблей отечественного Военно-морского флота. Здесь воедино сошлись фрегаты и корветы, броненосцы и мониторы, линкоры и крейсера, эсминцы и подводные лодки. Они запомнились современникам изяществом и красотой, новизной конструкции, дальними походами, мужеством и отвагой экипажей в боях за Родину. Книга содержит очерки о 100 легендарных боевых кораблях российского и советского Военно-морского флота.

7. Джек Лондон «Сердца трёх» 12+



Джек Лондон всегда был и остаётся одним из самых популярных и любимых зарубежных авторов. Книги классика мировой литературы глубоко реалистичны и вместе с тем, овеяны духом романтики опасных и авантурных приключений. Один из главных героев романа Фрэнсис Морган - сын умершего миллионера - отправляется в Панаму на поиски сокровищ основателя своего рода, грозного пирата Генри Моргана. Там он встречает дальнего родственника, и тоже Генри Моргана, который впоследствии станет его надёжным спутником во всех приключениях и соперником в любви. Ведь к молодым людям решает присоединиться прелестная Леонсия Солано. Всех троих ждёт рискованное путешествие к сокровищам индейцев майя, борьба с жителями Долины Затерянных Душ, странствия по неведомым землям и головокружительные погони. В водовороте опасных приключений, на фоне экзотических пейзажей рождается романтическое чувство, вызывающее сложные душевные переживания героев, каждый из которых неординарная личность.

8. Борис Крамаренко «Пути-дороги» 16+



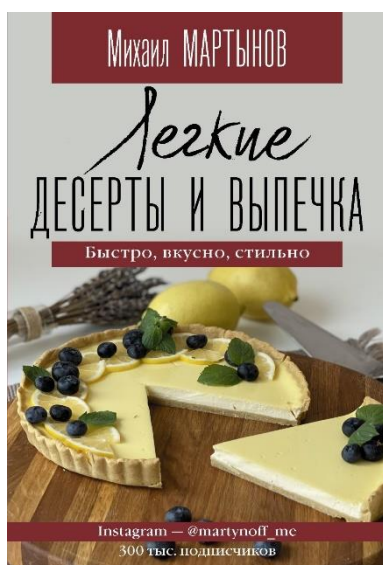
Отважно сражается на фронте с врагами лихой кубанский казак Андрей Семенной. Тем временем отрекается от престола император Николай Второй, разваливается армия, а там и тревожный ветер Октября поднимается над Россией, раскалывая ее население на два непримиримых лагеря. И вот уже Семенной вынужден увести из родной станицы отряд из своих земляков, поверивших в новую жизнь. Справа от них конница генерала Шкуро, под Екатеринодаром - белый фронт, сзади движется дивизия Покровского, а впереди - тяжелые переходы, кровавые схватки с противником и потери боевых друзей.

9. Дженни Колган «Маленькая пекарня у моря» 16+



У Полли с Крисом начиналось все лучше некуда, а потом... Сами знаете, как это бывает, — ломать не строить. С горечью осознав, что отношения «ремонт» не подлежат», Полли уезжает из Плимута в сонный курортный городок на побережье Корнуолла. Поселившись в квартирке над заброшенным магазином, она с головой погружается в свое любимое занятие: выпечку хлеба. И хобби быстро перерастает в подлинную страсть! Полли вкладывает душу и сердце в замешивание теста, творит настоящее волшебство с орехами, изюмом, шоколадом, душистым цветочным медом... Местный мед, кстати, просто необыкновенный благодаря симпатичному пасечнику, которого здесь считают чудачком. В общем, хлеб у Полли получается изумительно вкусный, хотя не всем в городке по нраву ее успехи. Но она не сдастся, и по закону философии количество переходит в качество, причем к лучшему меняется и сама жизнь Полли. Правду говорят: если перед тобой закрывается одна дверь, то непременно откроется другая...

10. Михаил Мартынов «Легкие десерты и выпечка. Быстро, вкусно, стильно» 16+



Бежим! Все куда-то бежим. И не то чтобы не хочется, а чаще «не может» тратить много времени на приготовление вкусенького и сладенького. Но ведь, что греха таить, без них многие жить не могут. Ведь пирожное или ароматная выпечка не хуже сеанса психотерапии поднимают настроение и позволяют на несколько минут отвлечься от вихря проблем.

Михаил Мартынов - популярный фуд-блогер и гуру ПП, спортсмен, дипломированный нутрициолог, фитнес-тренер и автор бестселлера «ПП-рецепты со вкусом для здоровья и стройности». В своей новой книге Михаил предлагает собственную коллекцию оригинальных десертов. Каждое блюдо из нее можно отнести к категории «легко», ведь большая их часть не только проста в приготовлении, но и соответствует всем канонам ПП. Это, без сомнений, оценят худеющие и зожники. Есть, конечно, в книге рецепты, которые сложно отнести к диетическим. Но иногда ведь можно, если вдруг захочется! Тем более с приготовлением этих сладостей легко справится любой.