

Фірменны булён замест фаст-фуду

(Заканчэнне.)

Пачатак на 1-й стар. «СГ».)

Ксенія не разгубілася і прапанавала заўзятаму аматару шкоднага напітку новы эксперымент.

— Выпіць 50 грамаў цукру ў выглядзе газіроўкі можа кожны, а вось паспрабуй з'есці яго ўсухамятку.

— Лёгка, — з гэтымі словамі хлопца ўзяў чарку з цукрам. Але праз секунду выплюнуў яго ў сметніцу.

— Мы ўжываем вельмі шмат «схаванага» цукру, — працягвае ўрок фуд-коўч. — І не задумваемся, што ён траўмае гены. Праз гадоў дзесяць вам скажа ваш маленькі сын: «Ты піў газіроўку, а цяпер у мяне дрэнныя зубы». З-за злоўжывання цукрам з'яўляецца не толькі карыес, але і прышчы, гастрит, язва, псуецца шкілет...

Падобныя дабрачынныя ўрокі Ксенія праводзіць для школьнікаў з задавальненнем.

— Прыходзячы да першакласнікаў, я, магчыма, ужо выходваю жонку сваім дзецям (усміхаецца). У мяне два сыны і, можа быць, бу-

дуць яшчэ. Дзеці — наша будучыня. І хочацца, каб яны былі здаровымі і прыгожымі, а не хадзілі з чорнымі зубамі. Лічу, што ў школах, акрамя звычайных, павінны праходзіць і такія «ўрокі жыцця». Дзецям падабаецца, калі да іх прыходзяць цікавыя людзі, штосць раскажваюць у нефармальных абставах. Не ва ўсіх бацькі вядуць здаровы лад жыцця, сартуюць смецце, купляюць толькі карысныя прадукты. А дзецям жа аднекуль трэба браць прыклад. Калі я сказала дзевяцікласнікам, што лепш не набываць малако і сокі з пластыкавымі трубочкамі, бо пластык раскладаецца больш за 100 гадоў, яны не паверылі. Даказвалі, што ўсяго адзіндва. Таму я параіла іх класнаму кіраўніку на наступны нефармальны ўрок запрасіць экалага.

У канцы сустрэчы дзевяцікласнікаў хвалявала адно пытанне: а чым можна замяніць булчак ды шакаладны батончык?

— Замест батончыка з пальмавым алеем ці глазураванага сырка з'ешце лепш яблык — гэта будзе ў сто разоў здаравей. Шкодны фаст-фуд можна замяніць карыснымі маркоўнымі палачкамі ці зробленымі дома бургерамі з фаршу з бараніны. Цудоўная альтэрнатыва ласунам таксама сушаная ці запечаная ў духоўцы садавіна, — параіла Ксенія. І прапанавала дзецям па чарзе дома штосць выпякаць і на вялікім перапынку частваць аднакласнікаў смакатай. — Дамашняя выпечка больш карысная, чым крамная, у якую, каб працягнуць тэрмін захоўвання, дадаюць розныя хімічныя рэчывы.

Надзея ДРЫНДРОЖЫК.

ПАРАДЫ БАЦЬКАМ АД КСЕНІІ ВЯЦКАЙ:

Часта чую ад мам фразу: «Маё дзіця гэта не есць». Менавіта з яе пачынаецца маніпуляцыя ежай. Сучасныя бацькі ўзносяць сваіх крывіначак на п'едэстал, дагаджаюць ва ўсім. Хоць меркаванне мамы і таты для дзяцей павінна быць аўтарытэтным. Да трох гадоў трэба прывіваць здаровы лад жыцця, тлумачыць, што карысна, што не. І, вядома, самім паказваць прыклад. У мяне з дзецьмі спрацоўвае візуальная частка лібэзу. Як толькі пачынаецца «фу, мы гэта не хочам есці», у нас з мужам ёсць нарыхтаваныя карцінкі карыесу. Раю паглядзець усёй сям'ёй фільм «Цукар». Акрамя таго, у інтэрнэце ёсць мноства займальных адукацыйных дзіцячых фільмаў пра шкоду таго ж самага цукру ці глютену. Нават самыя вялізныя нехачухі, калі пазбавіць іх магчымасці перакусваць абы-чым, праз два-тры дні рэальна згаладаюцца і з задавальненнем будуць уплятаць булён.

Раю бацькам не ігнараваць субпрадукты, набытае мяса на касцях. З іх атрымліваецца шыкоўны, карысны булён. Выварка з касцей, коснага мозгу — гэта асноўнае пажыўнае рэчыва для арганізма, які расце. Але большасць дарослых чамусьці аддаюць перавагу курыным грудкам, вырашчаным на гармонах. І пры гэтым многія яшчэ ўмудраюцца некалькі разоў зліваць навар, каб было не так тлуста.

Я ўсё дома гатую на конных булёнах. І, як маці, вельмі рада, што кожную раніцу мае дзеці перад тым, як ісці ў садок, просяць некалькі яго лыжачка. Я шчаслівая, бо яны абароненыя. Мне здаецца, я, дзякуючы булёну, дапамагла сваім дзецям быць больш здаровымі.

Адбіць цягу падлеткаў да фаст-фуду — так званай смеццевай ежы — няпроста, але рэальна. У мяне часта тусуюцца дзеці сястры — школьнікі. Дык вось я заўважыла: галоўнае, каб у доме была ежа і прыгожая абгортка для яе. Калі я ў стылёвы тэрма-кубак наліваю суп-пюрэ, яны з задавальненнем ідуць з ім па горадзе і яго папіваюць. Замест таго, каб есці чыпсы. Тым больш зараз у модзе здаровае харчаванне, і нават падлеткаў можна пераканаць, што гэта крута. Прапануйце сваёй дачце: «Пайшлі разам выбраць ланчбок з тваімі любімымі персанажамі. Абклей яго налепкамі і можаш сама

складаць усё, што табе падабаецца». Калі ў доме ёсць здаровая ежа, то дзіця яе і пакладзе. А калі адны сасіскі, паўфабрыкаты ды булчакі, дык дзіця, вядома, прыхопіць з сабой менавіта іх, бо гэта прасцей.

Добра, каб дзеці ўдзельнічалі не толькі ў сумесных гатоўках, але і ў закупцы прадуктаў. Разам хадзіце па крамах, чытайце этыкеткі і прымайце рашэнне: што браць, а без чаго можна і абысціся, бо гэта шкодна.

Адмоўцеся ад крамнага кетчупу (маянэзу і іншых соусаў). Набываюць звычайную таматную пасту. Дадаваць ў яе соль, спецыі і трохі гарачай вады — атрымаецца кетчуп.

Не раю набываць прамысловыя ёгурты. Бо ў іх няма сэнсу. Жывыя бактэрыі не могуць захоўвацца тыднямі. Пачніце гатаваць сапраўдныя жывыя ёгурты самастойна. Гэта не складана. Асабіста я аддаю перавагу фермерскім малочным прадуктам. Зараз лёгка можна знайсці ў інтэрнэце дастаўку хатняга малака, вяршкі і ўжо самастойна пры дапамозе сухой бактэрыяльнай закваскі рабіць ёгурт. Так, з непрывычкі ўсё гэта здаецца шалёна складаным. Але як падумаю, наколькі складанейшы шлях у кучы выкінутых мною слоічкаў ад ёгурту, — мой выбар на карысць такой дастаўкі тут жа становіцца відавочным. Ды і навошта мне есці ёгурт з адной сумнеўнай бактэрыяй, калі я магу зрабіць ажно з дзевятнаццаці?

На сваіх кансультацыях я звычайна раздаю мамачкам спіс. Там шмат відаў мяса, гародніны, круп, мукі... Жанчыны прызнаюцца, што большасць з гэтых прадуктаў яны нават не каштавалі. Таму раю ўсім разнастаіць рацыён сваёй сям'і, у ліку іншага дадаць у яго перапёкан, лівер, хатнія сыры, расткі пшаніцы, сельдэрэй, бастарнак, маш, сачавіцу, нут... Прычым для гэтага не патрэбна шмат грошай.



Фота Сяргея НІКАНОВІЧА.

Топ-5 «здоровых» ссабоек, якія падыдуць, як дзецям, так і дарослым

- 1) Навучыцеся рабіць разнастайныя салаты з агародніны: печаныя бурак ды морква, запраўленыя праванскімі травамі; сыры бурак з апельсінамі і пятрушкай; брокалі і яблыкі...
- 2) Кавалак дзікай рыбы, прыгатаванай на пары.
- 3) Крэм-суп з любой агародніны.
- 4) Сырнікі ці запяканка.
- 5) Печаная садавіна: яблыкі, грушы.

БУХГАЛТЕРСКИЙ БАЛАНС

На 31 декабря 2017 года

Организация	ОАО «Белсметтехника»
Учетный номер плательщика	100064838
Вид экономической деятельности	Ремонт машин и оборудования общего и специального назначения
Организационно-правовая форма	Акционерное общество
Орган управления	Совет Директоров
Единица измерения	тыс. руб.
Адрес	220114, г. Минск, ул. Ф. Скорины, 14-226

Активы	Код строки	На 31 декабря 2017 года	На 31 декабря 2016 года
1	2	3	4
I. ДОЛГОСРОЧНЫЕ АКТИВЫ			
Основные средства	110	17 646	18 324
Нематериальные активы	120	49	—
Вложения в долгосрочные активы	140	1	—
Долгосрочные финансовые вложения	150	1	1
ИТОГО по разделу I	190	17 697	18 325
II. КРАТКОСРОЧНЫЕ АКТИВЫ			
Запасы	210	1477	1041
в том числе: материалы	211	1299	859
готовая продукция и товары	214	178	182
Расходы будущих периодов	230	16	107
Налог на добавленную стоимость по приобретенным товарам, работам, услугам	240	8	—
Краткосрочная дебиторская задолженность	250	1788	1015
Краткосрочные финансовые вложения	260	—	—
Денежные средства и их эквиваленты	270	382	113
ИТОГО по разделу II	290	3671	2276
БАЛАНС	300	21 368	20 601
Собственный капитал и обязательства			
1	2	3	4
III. СОБСТВЕННЫЙ КАПИТАЛ			
Уставный капитал	410	8776	8776
Резервный капитал	440	1	1
Добавочный капитал	450	6421	6453
Нераспределенная прибыль (непокрытый убыток)	460	1538	1544
ИТОГО по разделу III	490	16 736	16 774
IV. ДОЛГОСРОЧНЫЕ ОБЯЗАТЕЛЬСТВА			
Долгосрочные кредиты и займы	510	2472	1480
Отложенные налоговые обязательства	530	18	—
ИТОГО по разделу IV	590	2490	1480
V. КРАТКОСРОЧНЫЕ ОБЯЗАТЕЛЬСТВА			
Краткосрочные кредиты и займы	610	1516	1224
Краткосрочная часть долгосрочных обязательств	620	—	—
Краткосрочная кредиторская задолженность	630	626	944
в том числе: поставщикам, подрядчикам, исполнителям	631	—	—
по авансам полученным	632	115	101
по налогам и сборам	633	255	329
по социальному страхованию и обеспечению	634	55	62
по оплате труда	635	160	138
прочим кредиторам	638	35	40
Доходы будущих периодов	650	—	179
ИТОГО по разделу V	690	2142	2347
БАЛАНС	700	21 368	20 601

ОТЧЕТ

о прибылях и убытках за январь – декабрь 2017 года

Наименование показателей	Код строки	За январь – декабрь 2017 года	За январь – декабрь 2016 года
1	2	3	4
Выручка от реализации продукции, товаров, работ, услуг	010	8 228	8 054
Себестоимость реализованной продукции, товаров, работ, услуг	020	(6710)	(6442)
Валовая прибыль	030	1518	1612
Управленческие расходы	040	(865)	(793)
Прибыль (убыток) от реализации продукции, товаров, работ, услуг	060	653	819
Прочие доходы по текущей деятельности	070	272	577
Прочие расходы по текущей деятельности	080	(1 018)	(896)
Прибыль (убыток) от текущей деятельности	090	(93)	500
Доходы по инвестиционной деятельности	100	172	124
В том числе: доходы от выбытия основных средств, нематериальных активов и других долгосрочных активов	101	126	1
проценты к получению	103	13	37
прочие доходы по инвестиционной деятельности	104	33	86
Расходы по инвестиционной деятельности	110	(155)	(87)
в том числе: расходы от выбытия основных средств, нематериальных активов и других долгосрочных активов	111	(134)	(1)
курсовые разницы от пересчета активов и обязательств	112	(21)	(86)
Доходы по финансовой деятельности	120	366	468
в том числе: курсовые разницы от пересчета активов и обязательств	121	366	468
Расходы по финансовой деятельности	130	(306)	(974)
в том числе: проценты к уплате	131	(61)	(175)
курсовые разницы от пересчета активов и обязательств	132	(245)	(799)
Наименование показателей	Код строки	За январь – декабрь 2017 года	За январь – декабрь 2016 года
1	2	3	4
Прибыль (убыток) от инвестиционной и финансовой деятельности	140	77	(469)
Прибыль (убыток) до налогообложения	150	(16)	31
Налог на прибыль	160	(4)	(31)
Изменение отложенных налоговых обязательств	180	(18)	—
Чистая прибыль (убыток)	210	(38)	—
Результат от прочих операций, не включаемый в чистую прибыль (убыток)	230	32	—
Совокупная прибыль (убыток)	240	(6)	—

Руководитель В. Ф. Хацкевич
Главный бухгалтер В. Н. Астапов
27 марта 2018 г.

Аудитор – индивидуальный предприниматель Шитикова Елена Вацлавовна
УНП 190087364; квалификационный аттестат № 0001032
выдан Минфином РБ 26.08.2003 г.;
Адрес: г. Минск, ул. Руссиянова, 12/17; моб. 8 029 750 38 52;
Расчетный счет 3013561750011 в ОАО «Белинвестбанк» ЦБУ 527 г. Минска
ОАО «Белинвестбанк», код 153001739, г. Минск, ул. Ленина, 16.
23 марта 2018 г. г. Минск
Иск. № 02/03

Аудиторское заключение по индивидуальной бухгалтерской отчетности
Открытого акционерного общества «Завод по ремонту и техническому обслуживанию вычислительной техники» (ОАО «Белсметтехника»). За период с 1 января 2017 года по 31 декабря 2017 года.
Генеральному директору ОАО «Белсметтехника» В. Ф. Хацкевичу.
Местонахождение: 220114, г. Минск, ул. Скорины, д. 14, к. 226.
Открытое акционерное общество «Завод по ремонту и техническому обслуживанию вычислительной техники», создано приказом Минского городского комитета по

управлению государственным имуществом и приватизации Республики Беларусь от 21.12.1994 г. № 421 путем преобразования государственного предприятия «Минский опытно-экспериментальный завод по ремонту и техническому обслуживанию вычислительной техники» в соответствии с законодательством о приватизации государственной собственности и законодательством об акционерных обществах, в Едином государственном реестре юридических лиц и индивидуальных предпринимателей № 100064838, сокращенное наименование: ОАО «Белсметтехника». Общество реорганизовано в форме присоединения к нему открытого акционерного общества «Каскад-93», зарегистрированного решением Минского горисполкома от 29.09.2000 г. № 1099, в Едином государственном реестре юридических лиц и индивидуальных предпринимателей за № 100016908.

Аудиторская организация: аудитор – индивидуальный предприниматель Шитикова Елена Вацлавовна. Юридический адрес: 220141, Беларусь, г. Минск, ул. Руссиянова, 12/17. Телефон/факс: 8 029 750 38 52.

Квалификационный аттестат № 0001032, выданный на основании приказа Министерства финансов Республики Беларусь от 26.08.2003 г.

Свидетельство о государственной регистрации № 0011600 от 4 апреля 2000 года. Зарегистрировано в Едином государственном реестре юридических лиц и индивидуальных предпринимателей за № 190087364.

Заключение по бухгалтерской отчетности

Мною проведен аудит прилагаемой бухгалтерской отчетности ОАО «Белсметтехника», состоящей из бухгалтерского баланса на 31 декабря 2017 г., отчета о прибылях и убытках, отчета об изменении собственного капитала, отчета о движении денежных средств за год, закончившийся на указанную дату, а также примечаний к бухгалтерской отчетности за 2017 год.

Обязанности руководителя аудируемого лица по подготовке бухгалтерской отчетности

Руководство ОАО «Белсметтехника» несет ответственность за составление и представление бухгалтерской отчетности в соответствии с законодательством Республики Беларусь по бухгалтерскому учету и отчетности и организационной системы внутреннего контроля, необходимой для составления бухгалтерской (финансовой) отчетности, не содержащей существенных искажений, допущенных вследствие недобросовестных действий или ошибок.

Обязанности аудиторской организации

Я несу ответственность за выраженное мною аудиторское мнение о достоверности бухгалтерской отчетности, основанное на результатах проведенного аудита.

Мною проведен аудит в соответствии с требованиями Закона Республики Беларусь от 12 июля 2013 года «Об аудиторской деятельности» и национальных правил аудиторской деятельности, которые обязывают нас соблюдать нормы профессиональной этики, планировать и проводить аудит таким образом, чтобы обеспечить достаточную уверенность относительно наличия либо отсутствия существенных искажений в представленной бухгалтерской отчетности.

В ходе аудита мною были выполнены аудиторские процедуры, направленные на получение аудиторских доказательств, подтверждающих значения показателей бухгалтерской отчетности ОАО «Белсметтехника», а также другую раскрытую в ней информацию. Выбор аудиторских процедур осуществлялся на основании профессионального суждения с учетом оценки риска существенного искажения бухгалтерской (финансовой) отчетности в результате ошибок или недобросовестных действий. При оценке риска существенного искажения бухгалтерской отчетности мною рассматривалась система внутреннего контроля ОАО «Белсметтехника», необходимая для составления бухгалтерской (финансовой) отчетности, не содержащей существенных искажений, с целью планирования аудиторских процедур, соответствующих обстоятельствам аудита, но не с целью выражения мнения относительно эффективности функционирования этой системы.

Аудит также включал оценку применяемой учетной политики, обоснованности учетных оценок и общего содержания бухгалтерской отчетности ОАО «Белсметтехника».

Я полагаю, что в ходе аудита мною были получены достаточные и надлежащие аудиторские доказательства, которые могут являться основанием для выражения аудиторского мнения.

Аудиторское мнение
По моему мнению, бухгалтерская отчетность ОАО «Белсметтехника», сформированная в соответствии с требованиями законодательства по бухгалтерскому учету и отчетности, достоверно во всех существенных аспектах отчетность аудируемого лица отражает его финансовое положение на 1 января 2018 года, финансовые результаты его деятельности и изменения его финансового положения (движение денежных средств) за 2017 год в соответствии с применимой основой составления и представления индивидуальной бухгалтерской отчетности.

(Руководитель или иное уполномоченное лицо аудиторской организации или аудитор, осуществляющий деятельность в качестве индивидуального предпринимателя).

Е. В. Шитикова
(Дата подписания аудиторского заключения по бухгалтерской отчетности)
23 марта 2018 г.