

# Справочник



## молодой хозяйки

К

Издательство АСТ  
Москва



УДК 64(03)  
ББК 37.279я2  
С74

Все права защищены.

Ни одна часть данного издания не может быть воспроизведена или использована в какой-либо форме, включая электронную, фотокопирование, магнитную запись или какие-либо иные способы хранения и воспроизведения информации, без предварительного письменного разрешения правообладателя.

**Справочник** молодой хозяйки. – Москва: Издательство АСТ, 2017. – 368 с. : ил. – (Советское домоводство).

ISBN 978-5-17-094026-4

Содержать дом в уюте и комфорте – главная задача любой хозяйки. Здесь вы найдете советы по обустройству и поддержанию порядка жилья, уходу за мебелью и одеждой, секреты хранения продуктов и приготовления классических базовых блюд, рекомендации по уходу и воспитанию ребенка, инструкции по оказанию первой медицинской помощи. Также даются советы по грамотному ведению семейного бюджета, которые помогут вам стать мудрой и экономной хозяйкой. Что нужно знать, если вы решили завести домашнего питомца, как самостоятельно сделать косметический ремонт жилья – все это и многое другое вы найдете в справочнике молодой хозяйки!

УДК 64(03)  
ББК 37.279я2

12+

*Научно-популярное издание*

## **СПРАВОЧНИК МОЛОДОЙ ХОЗЯЙКИ**

Заведующая редакцией *Ж. Фролова*  
Руководитель направления *О. Хусяинова*  
Составитель *Н. Богданова*

Младший редактор *М. Третьякова*  
Технический редактор *И. Нагорнова*  
Корректор *В. Салтанова*

Компьютерная верстка *Н. Шурыгина*  
Компьютерный дизайн обложки *М. Сафиуллина*

Общероссийский классификатор продукции  
ОК-005-93, том 2; 953000 – книги и брошюры

Подписано в печать 18.01.2017. Формат 60х90/16. Усл. печ. л. 23,0.  
Тираж 3000 экз. Заказ №

ООО «Издательство АСТ»  
129085, Москва, Звездный бульвар, д. 21, строение 3, комната 5  
[www.ast.ru](http://www.ast.ru)

ISBN 978-5-17-094026-4

© ООО «Издательство АСТ», 2017  
©ЧП «И-Концепт», оригинал-макет, 2016



## СОДЕРЖАНИЕ

<b>ГИГИЕНА ЖИЛЬЯ .....</b>	<b>9</b>
Как обставить квартиру (дом) .....	10
Генеральная уборка квартиры (дома).....	11
<b>УХОД ЗА МЕБЕЛЬЮ И ДОМАШНИМИ ВЕЩАМИ.....</b>	<b>13</b>
Как вывести пятна на ковре.....	14
Уход за мебелью.....	14
Как предохранить мебель от жука-точильщика.....	15
Чистка картин.....	17
Смеси для предохранения стекол от запотевания и замерзания.....	17
Очистка замерзших стекол.....	17
Как мыть дощатые полы .....	18
Как мыть крашенные полы.....	18
Как мыть оконные стекла .....	18
<b>ВОСПИТАНИЕ И УХОД ЗА РЕБЕНКОМ.....</b>	<b>17</b>
Уход за грудным ребенком .....	20
Гардероб для новорожденного.....	20



Гигиена ребенка.....	21
Как пеленать младенца .....	22
Туалет ребенка .....	22
Правила питания ребенка .....	26
Сон ребенка .....	28
Прогулка с ребенком.....	29
Закаливание младенца .....	30
<b>МЕДИЦИНА И ЗДОРОВЬЕ.....</b>	<b>31</b>
Первая доврачебная помощь при несчастных случаях.....	32
Ушибы .....	32
Раны, царапины, ссадины.....	33
Кровотечение .....	34
Ожоги.....	36
Солнечный и тепловой удары .....	37
Обморок .....	38
Помощь угоревшему .....	38
Отравление.....	38
Поражение электрическим током .....	39
Инородные тела .....	40
Вывихи .....	40
Переломы.....	40
Укусы.....	43
Помощь утопающему .....	44
Обморожения .....	45
Искусственное дыхание .....	46
<b>ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА .....</b>	<b>49</b>
Уход за кожей тела .....	50
Уход за кожей лица .....	52
Уход за волосами.....	61
Уход за руками и ногтями .....	66
Уход за ногами.....	67
<b>ПИТАНИЕ.....</b>	<b>74</b>
Список необходимой посуды для кухни.....	75
Уход за посудой .....	78
Сервировка стола .....	79
Борьба с вредителями продуктов .....	80
Рецепты и общие советы .....	82



Бутерброды .....	82
Пасты для бутербродов.....	84
Бутерброды открытые, сандвичи, канапе, тартинки.....	87
Холодные и горячие овощные и грибные закуски.....	92
Холодные и горячие закуски из мяса и птицы .....	99
Холодные и горячие закуски из рыбы и морепродуктов .....	105
Первые блюда.....	111
Вторые блюда.....	132
Из мяса и птицы.....	132
Из рыбы и морепродуктов.....	160
Каши, котлеты, биточки, запеканки, крупеник, пудинги, клейки, гарниры.....	167
Салаты.....	178
Соусы.....	194
Соусы для салатов, винегретов, холодных и горячих закусок из мяса, птицы, рыбы.....	196
Соусы к овощным и крупяным блюдам.....	198
Соусы к горячим блюдам из мяса и птицы.....	201
Соусы к горячим блюдам из рыбы и морепродуктов .....	205
Соусы к сладким блюдам.....	207
Приправы и пряности.....	211
Приправы к разным блюдам.....	211
Десерты и выпечка.....	216
Напитки.....	235
Хранение продуктов .....	245
Примерные допустимые сроки хранения продуктов.....	262
Общие советы и рекомендации.....	267
Сохранение витаминов и минеральных веществ.....	267
Устранение вредных веществ.....	270
Первичная обработка овощей.....	272
Обработка грибов.....	274
Варка овощей.....	275
Обработка замороженных овощей и фруктов.....	278



Приготовление каш .....	280
Приготовление мяса и рыбы.....	281
<b>УХОД ЗА ОДЕЖДОЙ.....</b>	<b>285</b>
Стирка изделий из натурального шелка .....	286
Стирка изделий из искусственного шелка.....	287
Стирка шелковых трикотажных изделий .....	287
Стирка шерстяных и полушерстяных трикотажных изделий.....	288
Отбеливание белья .....	290
Крахмаление белья .....	291
Окрашивание изделий из ткани в домашних условиях .....	292
Удаление пятен с одежды.....	294
Чистка бархата .....	300
Чистка головных уборов .....	300
Чистка замшевых перчаток .....	301
Чистка лайковых перчаток.....	301
Чистка шерстяных и полушерстяных костюмов.....	301
Чистка меха .....	302
Как хранить шерстяные и меховые вещи.....	303
Штуковка.....	304
Как определить размер обуви .....	305
Уход за кожаными изделиями.....	305
Уход за резиновыми изделиями .....	306
Мойка пуха, пера и волоса .....	307
<b>ЕСЛИ В ДОМЕ ЖИВОТНЫЕ.....</b>	<b>309</b>
Собака — друг человека.....	310
Кошка — хозяйка в доме .....	312
Как приучить кота к лотку.....	313
Положительные эмоции .....	313
Чем меньше территория, тем лучше.....	314
Дело техники.....	314
Кто кого перехитрит.....	314
Народные способы избавления от блох .....	314
Натуральное средство от клещей.....	315
Рецепты от глистов.....	315
В углу нет туалета.....	315



Грызуны .....	316
Приятное общество.....	316
Крысы .....	317
Мыши.....	319
Хомяки.....	323

## **ДОМАШНЯЯ БУХГАЛТЕРИЯ И ЭКОНОМИЯ В БЫТУ.....325**

Экономия денег на покупках.....	326
Экономия заработной платы .....	327
Экономия в период кризиса.....	328
Способы экономии денег в быту .....	328
Полезные советы .....	330

## **ЧТО ТАКОЕ КОСМЕТИЧЕСКИЙ РЕМОНТ.....337**

Советуют профессионалы .....	338
Подготовка к работе.....	338
Демонтаж старых покрытий .....	339
Подготовка поверхностей под отделку .....	340
Окрашивание потолка .....	340
Наклеивание обоев .....	341

## **ЧТО ДЕЛАТЬ ЕСЛИ.....343**

...разбился ртутный градусник.....	344
Чем опасен разбитый градусник .....	345
Если градусник разбился в комнате на ковре .....	346
Сколько выветривается ртуть .....	347
Как быстро и наиболее полно собрать ртуть .....	347
Что дальше делать с собранной ртутью .....	347
...течет кран.....	348
Течь крана в ванной .....	349
...не течет вода из крана .....	350
...прорвало трубу .....	351
...прорвало трубу отопления.....	353
...вы почувствовали запах газа .....	354
Техника безопасности при эксплуатации баллонов с газом.....	355



...в квартире начался пожар.....	356
Признаки начинающегося пожара .....	357
Если пожар в соседних помещениях дома.....	358
Если дым и пламя от пожара позволяют выйти из квартиры наружу .....	358

<b>НАБОР НЕОБХОДИМЫХ ИНСТРУМЕНТОВ ДЛЯ ДОМА.....</b>	<b>361</b>
---	------------





*Титена  
пшья*



Условия жизни имеют большое значение для сохранения нормальной жизнедеятельности любого человека. Поэтому очень важно, чтобы жилое помещение отвечало определенным санитарно-гигиеническим требованиям.

## КАК ОБСТАВИТЬ КВАРТИРУ (ДОМ)

Как обставить комнату? Какая бы ни была комната — большая или маленькая, какими бы средствами ни располагала хозяйка, надо прежде всего подумать о том, чтобы комнату заполняли только необходимые и удобные вещи.

Ваше жилье должно создавать впечатление простора, обилия света и воздуха, ощущение чистоты и свежести. Если ваше жилье перегружено мебелью и различными безделушками, оно всегда будет казаться пыльным, тесным и захламленным помещением.

Выбор окраски стен или цвета обоев зависит от естественной

освещенности комнаты и ее размеров. Чем меньше естественного света попадает в комнату, тем в более светлые тона должны быть окрашены стены. Чем больше по площади и выше комната, тем крупнее и декоративнее может быть рисунок обоев. Маленькие комнаты следует оклеивать обоями с мелким рисунком. Если в маленькой низкой комнате наклеить обои с крупным рисунком, она будет казаться еще меньше. Принцип подбора рисунков при покраске стен в различные тона такой же, как и при выборе обоев.

Не рекомендуется делать обстановку комнаты слишком яркой — это быстро надоедает. Для небольших комнат можно рекомендовать обивку мебели (диванов, мягких кресел) тканями без рисунка или с мелкоузорчатыми рисунками, близкими к цвету стен.

На мягкую мебель с яркой обивкой не следует класть пестрые подушки, лучше — из цветных гладких тканей с небольшой вышивкой.





Многие хозяйки предпочитают портьеры с поперечной полосой ткани наверху (ламбрекеном). На небольших окнах полосы следует вешать как можно выше, так, чтобы они не закрывали оконных стекол. Но во всех случаях красивее и гигиеничнее портьера без ламбрекена, повешенная при помощи колец на штанге (длинной трубке) из металла или пластмассы. Штанги крепятся к стене кронштейнами. Штанги можно приобрести

в магазинах или вырезать из дерева самим.

Не следует прибивать фотографии или цветные репродукции к стене гвоздями или прикалывать кнопками — это портит стены.

Ничто так не украшает комнату, как живые цветы. Они хороши и в хрустальной вазе, и в простом глиняном кувшине. Но нежелательно ставить на подоконники большие цветы — они затемняют комнаты и лишают их света.



## ГЕНЕРАЛЬНАЯ УБОРКА КВАРТИРЫ (ДОМА)

Как содержать дом в чистоте? Каждая хозяйка имеет свои секреты, основываясь на своем житейском опыте. Однако не лишним будет знать некоторые общие советы.





Прежде всего, необходимо следить чтобы в жилые комнаты не заносилась грязь. В прихожей все жильцы должны оставлять верхнюю одежду, а также грязную или мокрую обувь.

Нагромождение вещей приводит обычно к захламленности и загрязнению квартиры. Поэтому все ненужное в повседневном обиходе следует хранить в кладовой или в другом нежилом помещении.

Любое жилое помещение следует убирать ежедневно, иначе может скопиться много пыли, которая оседает на полу, мебели, вещах. Воздух в комна-

те всегда находится в движении и поднимает пыль, а люди ее вдыхают, что очень вредно для здоровья. Пыль нередко служит причиной заболеваний горла, легких.

Влажную уборку следует осуществлять не реже одного раза в неделю. Вытирать влажной тряпкой нужно не только предметы, которые на виду, но и темные углы, места за мебелью и под нею. Шкаф, сундук, буфет, которые трудно передвигать при уборке, рекомендуется ставить несколько отступя от стены и на ножках или деревянных подкладках.



*Уход за  
мебелью  
и домашними  
вещами*

## КАК ВЫВЕСТИ ПЯТНА НА КОВРЕ

Чтобы вывести жирное пятно на ковре, надо протереть его крупными древесными опилками, смоченными в бензине, а затем на некоторое время присыпать ими пятно.



Застарелые пятна можно вывести денатурированным спиртом, соком лимона или лимонной кислотой (1 чайная ложка на стакан горячей воды). В том и другом случае надо смочить ватный тампон и прикладывать его к пятну. Вычищенное место промывают мыльной водой и насухо протирают полотняной тряпкой.

Потемневший от времени ковер чистят горячим отваром пшеничных отрубей.

## УХОД ЗА МЕБЕЛЬЮ

Для удаления пыли и грязи обивку мебели чистят щеткой на открытом воздухе.

Если приходится делать это в закрытом помещении, то мебель накрывают влажной простыней или какой-либо тканью

и начинают выколачивать пыль выбивалкой. Пыль осаживается на влажной ткани и не распространяется в воздухе. По мере загрязнения ткань прополаскивают, отжимают и снова используют для чистки. Так повторяют несколько раз. После этого обивку протирают тряпкой для окончательного удаления пыли.



Деревянные части мебели протирают мягкой сухой тряпкой. Периодически мебель натирают восковой мастикой.

Для чистки и полировки мебели употребляют мастику из равных частей воска, скипидара и керосина (или 1 часть воска и 1 часть скипидара), ее расплавляют, ставя посуду с ней в горячую воду. Неполированную мебель слегка промывают теплой водой, насухо вытирают тряпкой, а затем ровным слоем наносят мастику на мебель и для блеска натирают суконкой.

Для полированной мебели применяют готовый состав «Полироль» — жидкость светло-коричневого цвета, которой смачивают мебель с помощью фланелевой



тряпки и через 20–30 минут натирают мебель до блеска. Для восстановления блеска можно также использовать политуру или полировочную пасту. В этом случае мебель натирают шерстяной мягкой тряпкой или ватой, обернутой в полотняную тряпку, непрерывными закругленными мазками, оставляют на некоторое время, а затем протирают чистой мягкой тряпкой.

Плюшевую, репсовую или другую обивку для мебели чистят губкой, смоченной в теплой воде и хорошо отжатой. Жирные пятна можно вывести с помощью бензина.



Обивку из кожи или кожзаменителя необходимо чистить шерстяной тряпкой, намоченной в сбитых яичных белках. Благодаря этому кожа приобретает первоначальный блеск.

## КАК ПРЕДОХРАНИТЬ МЕБЕЛЬ ОТ ЖУКА- ТОЧИЛЬЩИКА

Домашняя деревянная мебель часто поражается мелкими жуками-точильщиками. Это можно заметить по небольшим отверстиям на поверхности мебели. Из отверстий высыпается желтоватая пыль, представляющая собой измельченную древесину, прошедшую через кишечник жуков.



Чем раньше вы обнаружите вредителя, тем успешнее будет борьба с ним. Поэтому следует не реже двух раз в год осматривать мебель.

