

特色食品受欢迎 热门货供不应求 双休日食博会市民采购热情高



双休日逛食博会的市民络绎不绝。 记者 唐严 摄

本报讯(记者 朱一丹) 昨前两天是双休日,食博会也迎来了市民逛展的高潮。记者在展会现场看到,前来逛展的市民络绎不绝,大家的采购兴致都相当高,有的热门食品被抢断货。

在3号馆宁波牛奶的展位前,45元可以购买一大一小两箱牛奶的低价促销活动吸引了众多逛展者,其中有不少市民还是带着小推车“有备而来”的。

“这样两箱牛奶,平时超市里要卖60元,但是每年食博会上都会搞特价,便宜15元呢。”一位前来抢购牛奶的老阿姨告诉记者。记者看到,展位上堆得像一座两米多高小山的上百箱牛奶,不到十五分钟就卖掉了三分之一。“今天一天我们已经补货好几次了,总共差不多卖出去了1000多箱,有的热销品种还断档了三四次。”一位工作人员告诉记者。

新疆的大枣、薄皮核桃和特色水果向来是食博会上广受市民青睐的食品。记者昨天下午在新疆库车展位前看到,抢购红枣、薄皮核桃的市民将摊位围得水泄不通,几个工作人员既要帮食品装袋,又要称重收钱,忙得不可开交。生意好的时候,来抢购的市民几乎要挤上五分钟才能称重。

“为了这次展会,我从库车带来了3吨薄皮核桃,从现在的销售形势来看,快要供不应求了。”库车亚西食品有限公司的法人艾则孜·赛买提告诉记者。与他有着同样“快乐的烦恼”的,还有库车钟华香梨合作社负责人毛钟华。毛钟华告诉记者,前几年食博会上,阿克苏苹果和库车香梨都卖得很火,因此今年自己特意比往年多带了一些新疆水果过来销售。“今年带来的水果总量差不多20吨,经过这个周末市民采购,现在货差不多卖完了,有的老客户是特意从台州等地赶过来的,一下子就买走了10多箱苹果。”毛钟华称。

此外,宁波义茂年糕、临安山核桃、嘉兴五芳斋粽子等不少口碑食品,都在食博会上相当畅销。在义茂年糕展位上,由于前来采购的市民数量超过预期,到了下午三点多时,用来给顾客装年糕的纸箱都用完了,而此时摊位前还围满了要采购的市民,这下可把工作人员急得团团转;在五芳斋展位上,离闭馆还有2个多小时,展位上所有备货的肉粽都已经销售一空,很多来不及抢购的市民只好遗憾而归。

提醒

今天是食博会的最后一天,还没来得及采购的市民可得抓紧时间去现场淘货。不过需要提醒的是,食博会的免费大巴将于今天下午2点停运,售票至下午3点结束,下午4点后禁止进馆,闭馆时间为下午5点。

少吃忌吃不如会吃 糖尿病患者科学饮食: 控制总热量、可适量吃甜食

□记者 周科娜 通讯员 刘春霞

“其实我特别喜欢吃甜食,蜜饯、梨、蛋糕,都是我的最爱。可自从得了糖尿病,现在每次逛超市,都只有咽口水的份了。”近日,家住南熏别院的汪阿姨在医院复查时抱怨不已。

汪阿姨今年58岁,三个月前因体形消瘦而到医院检查,不料查出了糖尿病。此后,她就开始了战战兢兢吃东西的日子。“这个不能吃,那个要少吃,感觉生活都快没了盼头。”汪阿姨感慨道。

医生称,很多糖尿病患者走上了“忌口”的一个极端,事实上,科学的饮食分类,比单纯的什么都不吃,要健康得多,因此,单纯的“忌口”不但没有必要,还有可能因营养失衡而损害患者身体健康。

要少吃主食? 控制总热量才是关键

刘大姐得糖尿病有四五年了,血糖控制得一直不错。不久前,她在广场跳健身舞时听朋友说,每顿少吃粮食,血糖会降得快。她晚上回去后给自己制订了严格的饮食计划,包括每天只吃少量水果,不吃米、面等主食。但不久后,她突然晕倒在工作岗位上,医生检查后说是低血糖。

“饮食治疗对糖尿病很重要,但有人却误以为要通过控制主食摄入来达到控制血糖的目的,每天吃的主食越少越好,但实际上并非如此。”龙赛医院内分泌科主任吴国富说,不吃主食并不代表血糖不会升高。葡萄糖是体内能量的主要来源。若不吃主食或进食过少,葡萄糖来源缺乏,由于体内需要热量,需动用蛋白质、脂肪,使之转化为葡萄糖,以补充血糖的不足。长此下去,患者可能出现体形消瘦、抵抗力减弱,进而容易出现各种并发症。

“一日三餐,每日吃5~7两米饭、4~5两鱼、肉、蛋类、1斤左右的蔬菜、6克盐、少于25克油,是比较适合糖尿病人的摄入量。如果不饱,则可在总热量基本不变的基础上,以青瓜、青菜等填肚子,然后适当增加运动,加大消耗。”吴国富介绍道。

要与甜食绝缘? 合理控制也可适量吃

正常人餐后血糖也会升高,但由于体内胰岛素水平也可随之升高调节,所以他们的血糖不至于升至异常高度。而糖尿病患者存在胰岛素相对不足或者绝对缺乏,血糖升高时没有能力分泌足够的胰岛素使血糖迅速降至正常水平。

那得了糖尿病,真的只能与甜食绝缘吗?龙赛医院主管营养师宋燕表示,不是不能吃,而是不能过量。什么是量?宋燕说,“量”就是每日进食的总热量,它与个人的年龄、标准体重相关。举例来说,如果一个人身高是170厘米,标准体重则为170-105=65公斤,那么正常情况下,人体每公斤标准体重所需要的热量应该约为20千卡~25千卡,细算下来,他每日进食的总热量是(20~25)×65=1300~1625千卡。有较大运动量或做体力劳动者摄入的总量在此基础上应有所提高。

“不宜吃‘糖’,也并不意味着不能吃‘甜’。一些糖尿病患者很爱吃甜食和饮料,剥夺吃甜食的乐趣,对他们来说是一种很大的痛苦。”吴国富说,现在正规市场上出售的一些甜味剂,如木糖醇、甜叶菊、蛋白糖等均属于甜味剂,基本上不影响血糖,可以食用。糖尿病患者既能享受吃甜食的乐趣,又免除因吃糖而造成的血糖升高。

洋货百老汇 购物嘉年华



2014中国浙江进口商品展览会
2014 China Zhejiang Import Goods Expo

进口家居用品

进口健康及老幼产品

进口文创时尚用品

进口食品及农产品

海外美食体验区

浙江省进口商品第一展

主办:浙江省人民政府 承办:宁波市人民政府 浙江省商务厅
执行承办:宁波市贸促会 具体执行承办:宁波贸促进口商品展有限公司

2014中国浙江进口商品展览会以“驻足浙江宁波,畅享世界”为主题,展览面积12000平方米,设国际标准展位500个以上。

展品包括:进口家居用品、家电电子产品、数码产品、厨房卫浴、工艺礼品、室内装饰品、服装服饰及配件、珠宝首饰、钟表、户外休闲用品、文创时尚产品、医疗保健及美容护理产品、家庭和个人医疗设备、妇儿用品、老年用品、食品及农产品,以及其他门类进口商品等来自37个国家和地区的近万种商品展出。

展会期间,举行2014宁波海商文化韩国经贸周、进口新产品发布会、进口品牌产品推介会等系列流动。

详情请关注公众号



展会时间:2014年11月21日至24日 展会地址:宁波国际会展中心8号馆及周边场地