

早餐吃得巧,一天气色好

南农草本精华养颜餐今日上线试吃

每天早晨,很多女性会花上一个小时精心打扮,却对早餐敷衍了事。我能网养生能人“暖暖”提醒:“早餐是一日三餐中最重要的部分,不吃早餐会影响健康,对女性而言,还会让自己的身体和精神失去美感。早餐不仅要吃得好,还要注意营养搭配。今天,我能网试用平台上线了南农公司最新研制的养颜早餐供爆米花们试吃。想做健康女人,不妨来一试。”

早餐是门大学问

早餐究竟该怎么吃,这个问题难倒了不少人。爆米花“小果仁”说:“早餐食谱上粗粮、肉、蛋、奶、水果都有,这样营养才够全面。”

对于爆米花们的看法,我能网养生能人“暖暖”说:“科学合理的早餐吃法应注重适度和质量。从养生的角度来讲,早上要补阳气,因此早餐要以谷类食物为主,可以加牛奶、粥等。早餐不提倡吃水果,因为多数水果是寒性的,不适宜阳气的升发。”她还特别告诫一些年轻女性,为了减肥而不吃早餐的做法是非常错误的。这样不利于体内脂肪的排出,反而会变得更胖。

养颜早餐免费试吃

如果你对搭配一份正确的早餐食谱还没有把握,不妨来试试南农公司的草本精华养颜餐。据南农公司副总经理汪女士介绍:“现代人对饮食的要求越来越高,大家都能意识到早餐的重要性,但很多人没有时间也没有经验亲自烹调。南农公司正是出于这方面的考虑,最新研制出了草本精华养颜餐。”

据了解,本次试吃的草本精华养颜餐包括紫米山药润颜餐、杏仁百合八珍餐、茯苓红枣五仁餐和魔芋芸豆纤美餐4个品种,均根据中医养生的理论和人体生理活动的规律,采用决明子、杏仁、首乌、芡实、茯苓、葛根等优质的草本植物搭配而成。为了让爆米花们对养颜餐有更全面的体验,南

农公司提供了30个试吃名额,并将4个品种打包成套餐,成功申请的爆米花将同时获得以上4个品种的试吃。

网友申请试用方法

登录我能网(www.wonengw.com)-->我能试用专题-->申请试用

试用品提供商合作方法

1. 网络:注册登录我能网(www.wonengw.com)-->我能试用专题-->试用品提供商报名入口
2. 电话:固话:96060、(025)84783474、(025)84783327 手机:18602550340、13913991148、13770708989

本版文字图片由我能网提供
撰文 钱坤 蔡正虹

创富工作室

20平米小店,每月净赚1.5万

揭开吉祥馄饨农大店的“秘笈”

以皮薄、个大、馅多而出名的吉祥馄饨,几年内在南京已开设40多家连锁店。很多投资者都会有这样的疑虑,“卖馄饨真这么赚钱吗?”近日,创富工作室的小编亲自走访了吉祥馄饨农大店,为广大投资者解开谜团。

农大店坐落在农业大学三号门对面,走进店堂,简洁明快的装修风格显得清爽干净,虽然只有20几平米,但桌椅经过精心布置,整齐有序,又紧凑合理。据店长介绍,这家店共有4个服务员,每月的营业额大概有七八万,按公司给加盟商的返利政策,扣除人工、水电、房租等一切开支,净利润能达到1.5万元。通过半天的实



地考察,小编总结了吉祥馄饨的几大特点:品牌响、产品口味好、环境舒适、投入成本小、公司扶持力度大,尤其适合没有经验的创业者。

如果你对吉祥馄饨感兴趣,也想拥有自己的一份事业,可拨打13801590238进行咨询,本周六上午可到公司参加加盟说明会,了解加盟的详细事宜。

马桶换上“节能芯”

我能帮你省水费

现代快报我能网便民服务在全市率先推出的“马桶节水改造”服务,受到广大读者的热捧。2年多来,南京市上万家家庭通过便民服务热线96060,把家里的马桶换上了“节能芯”。一些读者来电反馈,做完节水改造后,马桶不再漏水了,家里的水费也少了。

据有关数据显示,55%的马桶存在漏水、费水、故障等问题。我能网节水能人“熊博士”给读者算了笔账,如果家里有一个漏水的马桶,每月要流走12吨水,一年将浪费400多元。杨女士昨天一早就打进96060热线预约了马桶节水改造服务。她表示,一开始以为是抄表抄错了,但后来发

现是卫生间的马桶漏水。便民服务的水工师傅上门检查发现,马桶不仅漏水,内壁也有水渗出。建议换上“节水宝”,不仅可以杜绝漏水,还能有效地节水。

现代快报我能网便民服务马桶节水改造所换的“节水宝”液压力式水箱配件,巧妙运用液压力原理和轻巧点击的液压力开关,只需简单地更换水箱内原有的配件,无需更换马桶,就可以从根本上解决马桶点击费力、马桶漏水、费水、故障等问题,达到节水的目的。您可以拨打快报我能网24小时服务热线96060或登录我能网(www.wonengw.com)预约马桶节水改造。

我能网96060热销美食产品

品名	我能网专属特惠价
卫岗藏方老酸奶	52.6元/箱(12碗)
山西紫玉米	60元/箱(18根)
沁州黄小米	40元/盒(2500克)
和田玉枣(四星)	150元/箱(1000克)
晋隆红枣	42元/箱(1500克)
晋隆黑枣	48元/箱(1500克)
新疆哈密贡枣	45元/袋(500克)

订购热线:96060 网络订购:www.wonengw.com



南房置换

NAN FANG ZHI HUAN

聘

店长 经纪人

底薪+提成+奖金+五险+福利 提供培训

更多房源请登录公司网站: www.nfzh.cn

【手机查房源,快捷又方便】编辑“房屋信息”,发送至12114,我们第一时间为您提供最新二手房源信息!

白下区 长白街 47.91㎡ 149万 特价98 房精装双南 84730629 12/26 69㎡ 249万 时尚精 装挑高好房 84703162 祠堂巷 47.73㎡ 168万 游小学 区 双南价低 84525153 大地豪庭 1/11 93.42㎡ 180万 稀缺户 型 拎包入住 84868537 大光路 6/7 83㎡ 125万 双南 精装全明 84594287 大杨村 1/6 64㎡ 96.8万 精装 南北有院子 84868537 东白菜园 5/7 49㎡ 68.8万 黄金地 段 双南价低 84525490 都市名园 8/20 69㎡ 148万 大行官 高楼层 朝南 84525490 二十八所 1/5 47.6㎡ 75万 精装 入住送院子 84868537 富丽山庄 6/7 95㎡ 156万 户型特 价 价低全明 84868537 光华东街 1/7 51㎡ 86万 精装两 室 送院子 84868537 红花地 4/7 38.52㎡ 60万 地铁 口 五小学区 84525490 宏鹰大厦 7/7 70㎡ 114万 底售 五小学区 84525490 宏鹰花园 16/22 120㎡ 130万 单价 低 地段好 84594287 洪武路 6/7 87.4㎡ 135万 精装 好房地段 84703560 海福巷 5/10 124㎡ 115万 三 南全明 84300009 后标营 4/10 106㎡ 78万 全新 毛坯 送电梯 84300009 侯家桥 4/6 74.8㎡ 125万 繁华地 段 精装三室 84868537 琥珀岗高层 21/28 53.53㎡ 79万 精装两房 84515105 华御大厦 5/10 88.67㎡ 131万 双 南精装全明 84594287 淮海路 3/5 78.7㎡ 159.8万 南北 通透 双南全明 84703213	黄鹌新村 6/7 34㎡ 50万 市中 心 价低 84702661 金陵尚府 13/26 134㎡ 308万 新 房 位置佳 84535085 金龙湖家苑 5/21 108㎡ 255万 高格 住宅 两房两厅 84702661 金象园小区 4/7 78.62㎡ 142.8万 双南 精装送设施 84594287 君临国际 17/32 38㎡ 90万 经典单 房 地铁 86595889 凯悦天琴 16/17 213㎡ 420万 新 空 毛坯 84594287 科巷新寓 12/32 68㎡ 115万 大行 官 地铁 84525490 蓝旗新村 2/6 55㎡ 76万 精装 修全明 84594287 朗诗熙园 24/32 44㎡ 96万 稀 少 地段佳 85406756 老友记公寓 6/9 28.33㎡ 38万 精 装 单身公寓 84594287 梅花山庄 7/7 226㎡ 265万 低 价急售 送阁楼 84868537 梅花山南苑 1/6 219.8㎡ 480万 送 院子 精装好房 84868537 首卫路 6/6 48㎡ 63万 简 装 各自付税 84868537 首卫路 2/6 93.53㎡ 165万 精装 三室 送阁楼 84868537 清新家园 4/5 40㎡ 68.5万 双 南 实用两房 84515105 瑞金新村 4/5 106㎡ 175万 修 好 84525153 三条巷 2/6 108㎡ 175万 修 好 84525153 扇骨营 2/6 96㎡ 171万 精装 双南 一北全明 84703162 石鼓路 4/12 117.42㎡ 188万 精装环境好 85406955 四方新村 4/7 67.41㎡ 91万 精 装 教师楼 84594287 陶李王巷 4/6 78㎡ 110万 南北 通透全明 84594287 陶李王巷 1/7 56.71㎡ 85万 一 楼有院子 84525490 天安恒隆花园 8/17 122.59㎡ 328万 高 档 小区环境 84702661	王府花园 19/20 175㎡ 328万 无税 送30㎡露台 86595889 文昌巷 4/7 112㎡ 180万 秦淮河 畔 3房价低 86595167 五老村 5/7 49.5㎡ 71.8万 98年 房 房龄方正 84703560 香格里拉花园 18/16 214㎡ 585万 新 精装 露台 84703162 小杨村 2/7 54㎡ 84万 小 区 环境 84703560 新街口 2/9 129㎡ 205万 市中心 精装好房 99年 86595889 雅舍 11/12 124㎡ 276万 新 景观 视野 84817864 友谊村 5/5 50㎡ 48万 全 明 精装 阳光充足 84594287 月湖花园 2/6 83㎡ 176万 高 档 两房两厅 84703629 中山东路 4/5 141㎡ 318万 跃 层 安静 84702661 中山南路 1/7 38㎡ 61万 两 房 南北通透 84535085	凤凰西街 5/6 55.41㎡ 78万 南北 全明 总价低 86291503 港龙园 4/7 112㎡ 180万 秦淮河 畔 3房价低 86595167 工人新村 2/6 85㎡ 159万 单 房 房龄好 86595172 狗耳巷 1/7 62.09㎡ 118万 送 院子 适合老人住 83340819 广州路 6/7 45㎡ 70万 三小 五中 全明 85406955 归云堂 3/6 59.43㎡ 136.6万 拉 小 2中 84703906 汉口西路 4/7 75㎡ 185万 力 小学 学区房 84730629 黑龙江路 1/7 89㎡ 190万 双 南 送储藏室 85406772 宏业村 4/6 65.59㎡ 86万 全 明 精装 阳光好 85406955 花开四季 5/7 124㎡ 295万 精 装 地下室 86595889 华诚新村 1/6 61㎡ 91万 98年 房 有院子 86595889 华桥路 6/7 57㎡ 88万 简 装 5年 84703906 华阳佳园 4/6 74.51㎡ 157万 送 露台 双南 86595889 中央路 3/9 62㎡ 120万 成熟 花园 小区 86595167 紫竹林 2/7 60㎡ 120万 华 贵 环境好 86595167 建业邨 1/7 56.16㎡ 95万 经典 小户型,拎包入住 86595172 金轮大厦 3/7 63㎡ 110万 龙 江 可分租 86595889 金舟花园 2/6 80㎡ 195万 精 装 学区房 86291503 龙蟠里 1/6 83.05㎡ 168万 经典 两房 86291503 鲁迅园 1/6 45.08㎡ 63万 河 海 大学旁 86595167 马台街 4/7 67.41㎡ 91万 精 装 生活便捷 86291501 宁工二村 4/6 75.19㎡ 160万 拉 小 2中 84703906 石头城 3/12 68.23㎡ 182万 龙 江 学区房 86291501 颂德里 2/22 121㎡ 256万 三 南 精装 拎包入住 86595173	腾飞园 6/6 41.83㎡ 66万 经典 室 精装 86291503 天福园 5/7 100.04㎡ 245万 马 小 全明 85406756 欧洲城 3/18 141.5㎡ 245万 精 装 三房全明 85406955 天津新村 3/5 85㎡ 165万 楼 王 地段佳 86291501 五台花园 1/30 130.15㎡ 351万 精 装 房龄正 84703906 西康路 4/6 130.85㎡ 380万 黄 金地段 84868537 西康路 4/20 52㎡ 112万 力 小学 86595889 新城市花园 2/7 129㎡ 330万 龙 江 精品房 86291501 新金贸花园 2/7 98.43㎡ 220万 特 价 84730629 新门口 3/5 67.22㎡ 85万 双 南 价低 84730629 裕顺雅苑 1/6 61㎡ 91万 98年 房 有院子 86595889 中央路 5/7 54㎡ 98万 湖 南 商业一条街 84703162 紫竹林 7/7 69㎡ 115万 全 明 南北通透 85406126 安国村 1/6 57㎡ 84万 阳 光好 20平 86426639 奥体新城 11/11 153.28㎡ 337万 送 露台 84868537 茶南明园 10/12 109.95㎡ 230万 楼层好 84868537 东升村 6/6 41.29㎡ 55万 步行 5分钟 86407620 积善新寓 7/7 85㎡ 115万 全 明 精装 5年 86407620 朗诗国际 8/9 123㎡ 183万 双 南 全明 86291503 露园 1/7 130.7㎡ 340万 全 明 精装 86407617	明园 6/6 64㎡ 85万 双南 5年 地铁 86426639 南苑新村 5/7 59.4㎡ 93.5万 精 装 采光好 86409890 欧洲城 3/18 141.5㎡ 245万 精 装 三房全明 86595889 拓园 3/6 57.44㎡ 86.5万 双 南 户型佳 86291503 万达广场东 3/8 90.24㎡ 154万 新 精装 全明 86407620 文体村 5/6 51.1㎡ 66万 南 湖 一中 86426639 西街头小区 2/6 68.57㎡ 86万 双 南 户型好 86595167 沿河二村 1/6 80㎡ 103万 阳 光好 送20平 86409890 艺苑村 5/6 57㎡ 74万 交 通方便 86407620 云锦美地 11/12 172㎡ 380万 50 W 豪宅 84702661 紫鑫国际公寓 7/20 82㎡ 106万 全 明 精装 86407620 江宁栖霞 25/28 127.92㎡ 195万 观 景 价低 84868537 百家湖花园 3/5 117㎡ 103万 精 装全明 84817864 东郊小镇 3/6 90.86㎡ 87万 精 装全明 84868537 鸿雁名居 4/9 143㎡ 155万 新 空 毛坯 85406955 兰亭雅苑 5/11 116.42㎡ 230万 精 装全明 84703906 兴贤佳园 1/6 70.4㎡ 83.5万 精 装 全明 84703906 亚东城 3/6 70.4㎡ 84万 毛 坯 84703906 秦淮下关 4/6 83㎡ 108万 全 明 毛坯 86291501 仓顶观城 3/6 69㎡ 96万 地 铁 86407620	华静家园 8/11 104㎡ 225万 中 学 84703560 教师公寓 4/7 42.21㎡ 68万 南 北 送露台 84868537 节制闸小区 5/5 55㎡ 69.8万 南 北 送露台 84703213 军师巷 6/6 130㎡ 170万 地 段好 84868537 辰辰美景 3/7 100.16㎡ 165万 精 装 拎包入住 84817864 武定新村 6/6 65.65㎡ 81万 双 南 采光好 84594287 百合华府 16/32 130㎡ 179.5万 精 装全明 84525153 桃花源居 3/6 137㎡ 270万 小 区 景观房 86291503 玄武区 百仕园 1/9 89.7㎡ 230万 精 装 南北 84515105 半山花园 5/7 116㎡ 286万 精 装三房 84817864 北门桥 14/25 56.36㎡ 76.5万 精 装 性价比 84702661 北门桥路 2/5 48㎡ 60万 精 装全明 84703629 大石桥 5/7 71.46㎡ 162万 精 装全明 86291501 东景花园 7/9 78㎡ 118万 景 观 地铁 84817864 佛心桥 3/15 66.74㎡ 110万 精 装 拎包入住 84817864 富山 2/5 48㎡ 60万 精 装全明 84817864 红旗新村 7/7 46.82㎡ 61万 精 装 拎包入住 84817864 红山韵苑 1/5 45㎡ 59万 南 北 84703906 后山园 6/7 75㎡ 130万 精 装 三房 84515105 后宰门街 5/5 79.04㎡ 130万 全 明 精装 84703906 后宰门街 5/6 38㎡ 50万 09 年 精装 84817864	黄浦花园 14/22 136㎡ 318万 三 南 精装全明 84817862 尖角营 3/7 62.5㎡ 120万 双 南 地铁口 85406756 金陵御花园 8/18 226㎡ 600万 地 段 景观 84868537 凯润金城 6/13 48.43㎡ 168万 豪 装 单身公寓 84535085 凯润金城 7/15 49.8㎡ 149万 精 装 单身公寓 84703162 马标 6/3 70㎡ 98万 双 南 全明 84817863 木马公寓 3/6 34.44㎡ 68.6万 精 装 84868537 南航宿舍 3/6 44㎡ 68.6万 精 装 84868537 南林一村 4/6 63㎡ 103万 双 南 可入外地户口 84525153 南农大 2/6 59.58㎡ 102万 楼 下 84594287 南湾营 7/12 98.8㎡ 105.8万 新 空 无产权证 84703213 石婆婆巷 3/5 127㎡ 285万 精 装 两房 84730629 双桥 3/6 79㎡ 106万 地 铁 84868537 太平桥南 6/7 56㎡ 99.8万 成 小 精装环境好 84703162 天泓山庄 2/4 133.2㎡ 246万 高 档 豪华装修 84702661 未来城 8/9 59.13㎡ 105万 低 价急售 84515105 相府营 2/7 117㎡ 228万 农 村 84868537 鱼市街 4/6 43㎡ 68万 南 市 84730689 裕德里 4/7 58㎡ 98万 精 装 84730906 裕德里 4/6 57.77㎡ 96万 精 装 84730629 钟鼎山庄 5/6 38㎡ 50万 09 年 精装 84817864 雨花台区 时光皓韵 1/17 119.08㎡ 148万 地 铁 全新 86426639 亚东国际 3/11 131.88㎡ 232万 4 房 全新 86407620
--	--	--	---	---	--	--	---