

快报讲真话 快团讲诚信 招商热线: 400-60-96060 以往版面所荐商品
订购热线: 96060(24小时服务热线) 更多优质商品请登录 kt.dsqq.cn 持续热销中



关注快团微信

关注快团微博

冬季饮食巧调理 周末上快团淘健康食品

生活小贴士

冬季多补充热源食物

膳食中应多补充产热营养素,如碳水化合物、脂肪、蛋白质,以提高肌体对低温的耐受力。尤其应考虑补充富含蛋白质的食物,如瘦肉、鸡鸭肉、鸡蛋、鱼、牛奶、豆类及其制品等。

多补充含蛋氨酸的食物

蛋氨酸通过转移作用可提供一系列耐寒适应所必需的甲基。寒冷气候使得人体尿液中肌酸的排出量增多,脂肪代谢加快,而合成肌酸及脂酸、磷脂在线粒体内氧化释放出热量都需要甲基。因此,在冬季应多摄取含蛋氨酸较多的食物,如芝麻、葵花子、酵母、乳制品、叶类蔬菜。

适量补充无机盐

医学研究表明,人怕冷与饮食中无机盐缺少很有关系。专家建议冬季应多摄取含根茎的蔬菜,

如胡萝卜、百合、山芋、藕及青菜、大白菜等,因为蔬菜的根茎里所含无机盐较多。钙在人体内含量的多少可直接影响人体的心肌、血管及肌肉的伸缩性和兴奋性,补充钙可提高肌体御寒性。含钙较多的食物有:虾皮、牡蛎、花生、蛤蜊、牛奶等。

多吃含VB₂、VA、VC的食物

寒冷气候使人体氧化功能加强,肌体维生素代谢也发生了明显变化,饮食中要及时补充维生素B₂(核黄素),以防口角炎、唇炎、舌炎等疾病的产生。维生素B₂主要存在于动物肝脏、鸡蛋、牛奶、豆类等食物中。维生素A能增强人体的耐寒力,应多吃些富含维生素A的肝脏、胡萝卜、南瓜、白薯等食物。维生素C可提高人体对寒冷的适应能力,对血管具有良好的保护作用,应注意摄取新鲜蔬菜和水果。

周末人气产品推荐之一

北大荒绿豆蛋白乳

建议零售价:168元

快团价:144元

规格:24罐
(310ml/罐)



买一箱送一箱

德菲丝黑色传统型巧克力(大黑)

建议零售价:168元

快团价:99元

规格:1000g/盒



下周活动播报

12月5日-12月6日
快团年货大集第一站

展销会地址:
南京市洪武北路55号置地广场一楼
(南京文化艺术中心旁现代快报所在大楼)

交通路线:
公交:2、30、46、60路青石街站下,5、
27、29、163、68路长江路站下
地铁:新街口站下7号出口,德基二期
东200米
咨询热线:96060

●美食系列

选购更多商品,请登录快团网(kt.dsqq.cn)

2013年新疆若羌红枣 两袋起售

建议零售价:39元

快团价:29元

规格:500g/袋



红香妃葡萄干

建议零售价:70元

快团价:30元

规格:500g/袋



手剥小核桃

建议零售价:85元

快团价:60元

规格:500g/袋



红心蜜柚

建议零售价:78元

快团价:69元

规格:4个装9.5斤左右



新疆冰糖心苹果(一级)

建议零售价:99元

快团价:79元

规格:11斤/箱(净重)



国产金果猕猴桃

建议零售价:89元

快团价:69元

规格:27-30个/盒



皇帝贡柑

建议零售价:95元

快团价:75元

规格:9.5斤礼盒装

阿胶固元糕

建议零售价:236元

快团价:58元

规格:300g/盒
(2盒包邮)



杏干

建议零售价:60元

快团价:30元

规格:500g/袋



夏威夷大果

建议零售价:78元

快团价:38元

规格:500g/袋



顶级开心果

建议零售价:110元

快团价:55元

规格:500g/袋(特大粒/无防腐剂)



美国大杏仁/巴旦木

建议零售价:80元

快团价:30元

规格:500g/袋



新疆库尔勒香梨

建议零售价:59元

快团价:45元

规格:6斤(礼盒装)



丹麦进口皇冠曲奇

建议零售价:68元

快团价:42元

规格:368g/盒



六合散养虫草鸡蛋

建议零售价:98元

快团价:58元

规格:45枚/盒



陕西齐峰富硒猕猴桃

建议零售价:89元

快团价:69元

规格:27-30个/盒(礼盒装)



红心猕猴桃

建议零售价:100元

快团价:85元

规格:22-24个/盒



青藏高原特产系列 任意4款包邮

品名	规格	建议零售价	快团价
野生黑枸杞礼盒	60g/盒	580元	288元
昆仑雪菊	30g/罐	58元	30元
藏密酱卤牦牛肉	150g/袋	48元	32元
藏香风干牦牛肉 (原味、微辣、五 香任选)	118g/袋	48元	32元
青稞奶茶	23g×10袋(盒)	30元	18元
酥油奶茶	30g×10袋(盒)	40元	20元

正宗温县垆土地铁棍山药(精品)

建议零售价:108元

快团价:68元

规格:4斤/箱



有机野生葛花茶

解酒醒酒 护肝护胃

建议零售价:58元

快团价:38元

规格:5g×30袋
(产地:湖南张家界)



●综合系列

选购更多商品,请登录快团网(kt.dsqq.cn)

厂家直销

蚕蜜久久正宗桑蚕丝被

电话预订即送正宗宁夏枸杞一袋



其他尺寸及重量均可定制,
请咨询快团客服400-60-96060

品名	重量	建议零售价	快团价
蚕蜜久久	(2×2.3m)	1450元	898元
蚕蜜久久	(2×2.3m)	2030元	1280元
蚕蜜久久	(2×2.3m)	2610元	1680元
蚕蜜久久	(2×2.3m)	3190元	1980元
蚕蜜久久	(2×2.3m)	3770元	2380元

100%全棉卡通儿童/学生三件套

米老鼠/白雪公主/机器猫等多种卡通图案可选

建议零售价:420元 快团价:199元

规格:适合1.2m、1.35m、1.5m床

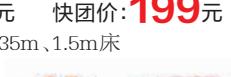


帝诺牌全棉加厚大提花四件套

快团特惠·加99元再得一组

建议零售价:998元 快团价:398元

规格:2×2.3m(被套)



(满50元包邮,
其余客服自取)

厂家直销 兰兰牌口罩

产品名称 规格 建议零售价 快团价

一次性无纺布口罩(白色) 10只装 10元 3.9元

一次性无纺布口罩(蓝色) 20只装 20元 8元

一次性无纺布防雾霾口罩 1只装 10元 6.9元

儿童脱脂棉纱布口罩(2层) 1只装 8元 4元

成人脱脂棉纱布口罩(2层) 1只装 9元 5元

成人脱脂棉纱布口罩(16层) 1只装 9元 6元

@ita系列洗护产品

任意4件包邮

品名	建议零售价	快团价	规格

<tbl_r cells="4" ix="2" maxcspan="1" maxrspan="1" usedcols="