

订购热线: 96060  
(24小时服务热线)

招商热线: 400-60-96060  
更多优质商品请登录kt.dsqq.cn

以往版面所荐商品  
持续热销中



关注快团团微信



关注快团团微博

# 节后如何让胃肠减负 快团为您推清淡美食

春节长假,大家虽然玩得很过瘾,但一连几天的大鱼大肉,让肠胃承担着超负荷工作。节后如何让胃肠减负,成了不少人关注的话题。医学专家提醒,节后“清洗”肠胃不妨选选杂粮和水果。

近期,现代快报快团特别推荐了多种清淡美食,其中就涵盖了杂粮和各种鲜果。

## 清淡食物配粗粮

专家建议,节后几天的主食要以谷类粗粮为主,可以适当增加玉米、燕麦等成分,要注意增加深色或绿色蔬菜的比例。这

些汤汤水水都具有良好的“清火”作用。

## 吃水果平衡消化

节日吃的美食很多是煎炸或甜点,多吃自然苦了肠胃。而甜点吃得过多会导致脾虚生湿,引发腹泻。要调整节日里失衡的消化功能,水果是相当有效的。

橙汁和木瓜就能很好地调整消化机能,这两天不妨多喝几杯橙汁,此外,还可买点银花、菊花、木棉花,加点蜜枣煲水喝,不但香甜可口,还能平衡消化功能。此外,多吃些苹果和车厘子也可以慢慢减轻这些症状。



## 水果专区

选择更多产品,请登录快团团kt.dsqq.cn

### 正宗阿克苏冰糖心 新疆苹果

建议零售价:118元

快团价:68元

规格:净重10斤/箱(包邮)



### 陕西华圣苹果(4A)

建议零售价:336元

快团价:260元

规格:10kg/箱(36个)

(此价格限自提,如需包邮另加15元/箱快递费)



### 特甜睿橙 市区包邮

建议零售价:98元

快团价:79元

规格:10斤/箱



节后  
热销



### 智利进口顶级车厘子

市区包邮 全国最低价,品质保证

建议零售价:290元

快团价:148元 规格:3斤

### 陕西齐峰 富硒猕猴桃

建议零售价:89元

快团价:69元

规格:30个/盒  
(礼盒装,包邮)



### 树上熟木瓜 (12斤)

建议零售价:105元

快团价:85元



### 进口蓝莓 (120克X6盒)

建议零售价:148元

快团价:128元



## 美食专区

选择更多产品,请登录快团团kt.dsqq.cn

### PUREHARVEST

哈维斯特有机原味蜂蜜

澳洲原装进口

建议零售价:105元

快团价:69元

规格:500g/罐(2罐包邮)



### 五常生态稻花香大米

(新米上市)

建议零售价:160元

快团价:108元

规格:5kg/袋



### 六口45枚装散养草鸡蛋

建议零售价:58元

快团价:36.9元

规格:45枚/盒

(此价格限自提,如需包邮另加10元/箱快递费)



### jason捷森特级初榨橄榄油

建议零售价:230元

快团价:99元

规格:2瓶/盒  
(500ml/瓶 礼盒装)(包邮)



### 利兹比利时巧克力

格兰诺拉麦片

英国原装进口

建议零售价:90元

快团价:70元

规格:400g/袋(2袋包邮)



### 利兹核桃糖浆

格兰诺拉麦片

英国原装进口

建议零售价:90元

快团价:70元

规格:400g/袋(2袋包邮)



## 红酒专区

部分红酒6瓶起包邮,6瓶以下客服自提

### 推荐理由:

红酒中含有人体维持生命活动所需的三大营养素:维他命、糖及蛋白质。葡萄糖是人类维持生命、强身健体不可缺少的营养成分。葡萄酒中还有24种氨基酸,是人体不可缺少的营养物质。有机酸成分也不少,如葡萄酸、柠檬酸、苹果酸,大都来自葡萄原汁,都是不可缺少的营养物质。



### 雄狮王座希拉干红

温度:18-22°C

原产地:黑地 Swartland

酒庄:列文库勒酒庄

建议零售价:198元/瓶

快团价:79元/瓶

(仅限400瓶)

### 法国餐酒罗兰干红

年份:2012年

葡萄品种:100%梅乐

原产地:法国波尔多

酒庄:Terre de Vignero

建议零售价:108元/瓶

快团价:68元/瓶(3月1日起恢复99元)



### 百帝高BB干红

等级:杜拉斯丘法定产区酒

产区:波尔多/杜拉斯丘

建议零售价:398元/瓶

快团价:258元/瓶

特别提醒:

以上三款两瓶起包邮

### 贝威伯爵干红葡萄酒

规格:750ml/瓶

建议零售价:380元/瓶

快团价:89元/瓶



### 圣果树庄园

红韵干红葡萄酒

澳洲十大酒庄之一

红五星酒庄出品

规格:750ml/瓶

建议零售价:188元/瓶

快团价:126元/瓶



### 德多庄园红葡萄酒

西班牙原装进口

规格:475ml/瓶

(2瓶起售)

酒精度:13%vol

建议零售价:138元/瓶

快团价:68元/瓶

### 圣果树庄园

典韵干红葡萄酒

澳洲十大酒庄之一

红五星酒庄出品

规格:750ml/瓶

建议零售价:358元/瓶

快团价:236元/瓶