



怡宝联合快报 明天送水助考

明天,2015年高考正式拉开序幕。爱心企业华润怡宝饮料(中国)有限公司将联合现代快报,为南京15个考点送水,用滴滴甘泉为考生加油,将怡宝的清凉送给广大考生及为高考做出贡献的人。 现代快报记者 钟晓敏

为了将这份关爱及时传递给考生,记者昨天就和华润怡宝的工作人员一起,辗转各个考点,提前“踩点”。明天清晨5点,华润怡宝的工作人员就会将怡宝纯净水发往第九中学、第十三中学、玄武高级中学、第一中学、第三中学东校区、第五高级中学、南航附属高级中学、中华中学、南京师范大学附属中学、金陵中学、第29中学、

田家炳高级中学、第12中学大桥南路校区、燕子矶中学、雨花台中学,一共15个考点。高考三天期间,这份爱心将连续在南京城传递。

华润怡宝作为中国包装饮用水行业的知名企业,始终牢记社会责任,通过“怡宝百所图书馆计划”、“怡宝体育课堂”、“1+1 中华强”、“水系邻里”等公益活动,

一个富有爱心、具有很强的社会责任感和使命感的品牌形象已悄然建立。为每一位消费者提供安全、健康的饮用水是华润怡宝义不容辞的责任。

高考期间,华润怡宝还将为所有为高考付出的人们,比如交通警察、城管队员、环卫工人、出租车司机、考生家长等群体,送去怡宝纯净水,送去一份关爱。

南京65万退休人员 将参加第四轮健康体检

快报讯(记者 项凤华)今天,现代快报记者从南京市社会保险管理中心获悉,纳入南京市社会化管理服务退休人员、退职人员和领取定期生活费用人员(以下统称退休人员)将参加第四轮免费健康体检,共计65万人。体检将分批进行,其中今年12月31日前35万人参加体检,其余人员2016年12月31日前全部完成。

体检项目包括体格检查、心电图、胸片、B超、血常规、粪便隐血试验、生生化体检组套、肿瘤标志物检测等8个项目。女性退休人员增加妇科专项检查。体检费用标准为150元/人·次,女性退休人员增加的妇科专项检查费用标准为70元/人·次。超出规定标准的费用由退休人员个人承担。

异地居住的退休人员原则上回南京市参加体检。对未能回宁体检的异地人员,可在本轮体检结束后将体检费用划入其医保个人账户。

退休人员持《体检券》和《社会保障卡》(无卡人员持本人身份证),按预约时间到体检定点医院进行体检。体检结束后,医院将通过体检信息系统逐条记录体检结果,形成退休人员体检报告;同时将体检结果按规范要求输入劳动保障管理信息系统,形成退休人员电子健康档案。退休人员在完成体检的20个工作日内,凭《社会保障卡》或本人身份证到社区劳动保障站领取体检结果。

凉拌苦瓜、清蒸白鱼、青椒土豆丝…… 看看社区“厨星”的夏季开胃菜

快报讯(记者 仲茜)昨天,鼓楼区“科学饮食进万家”2015年营养膳食厨艺大赛走进挹江门街道钟阜路社区,200多名社区居民前来参赛秀厨艺,交流各自养身菜谱。其中,凉拌苦瓜、清炒秋葵鸽珍、清蒸白鱼等夏季开胃菜最受居民欢迎。

钟阜路社区党委书记周铭介绍,赛前社区已经举行了预赛,大伙不仅精心准备了丰富的食材,还从家里带来了自制的调味料,如自制泡椒、糖醋汁、五香蒜瓣等。代表钟阜路社区参赛的诸勇美阿姨便不负众望,以青椒土豆丝、凉拌苦瓜胡萝卜枸杞、清

炒秋葵鸽珍三道菜获得优胜奖。

今年62岁的诸阿姨退休后更注重健康养生,在她的小本上,记下了上百道养生膳食菜单。这次她炒制的三道菜不仅色泽搭配好看,食材爽脆,富含营养,更符合夏季清心去火、滋阴降糖的养身功效。“青椒土豆丝加入了自制的红泡椒丝,土豆丝变得更酸爽入味,夏季食用更开胃。”诸阿姨介绍说,为了让家里的小朋友也喜欢吃苦瓜,她特意将苦瓜、胡萝卜切成菱形薄片,焯水后加入少许白糖、香油,让苦味淡一点。这些厨艺小秘方让前来观战的居民啧啧称赞。



现代快报记者 仲茜 摄 社区达人正在比拼厨艺

正宗山东烟台红富士苹果,销售火爆! 古法种植 绿色健康 价格优惠 送货上门

山东烟台地处胶东半岛东部,地势高爽气候温和,空气湿润,太阳光照充足,非常有利于苹果的生长。这些得天独厚的条件,促成烟台苹果色泽鲜艳,口味宜人的特点。

山东烟台红富士苹果,个大、果形正,色泽鲜艳红润,果肉香脆可口,已经成为山东苹果的代表品种。

这种苹果口味酸甜适中,细脆津纯,清香蜜味,且果肉硬度大,纤维少,质地细,果汁含量在89%以上。糖份含量高,总糖量16.4%,并且含有铁、锌、锰、钙等人体有益的微量元素,素有“水果皇后”美誉。经常食用,可起到帮助消化、养颜润肤的效果。

现代快报电商联手山东当地果园,挑选质好的品种,以优惠的价格直供南京读者朋友,预售截止6月8日16点,6月10日开始陆续配送,赶紧拨打快报热线96060订购。



扫描二维码,快速订购

超值低价 42元/约10斤装



快报定制江苏好大米 价格实惠 送货到家

此款大米由现代快报独家订制品,中储粮远望有限公司全面配合。六合竹镇8500亩优质硬稻基地,无公害种植,全程机械化,大米从稻谷进机至成品米产出,共经过50多道加工工艺,不落地生产。为了提升产品质量,中储粮引进了国内外先进的日本进口色选机和抛光机,在白米分级前后进行双抛双选。双重配置保证质量。在2013年全国优良食味梗稻品评会上,凭借优良的适口性和独特的自然香味喜获一等奖殊荣,被誉为“江苏最好吃的大米”。南京主城区统统免费送回家!

58元/10kg

关注现代快报“大米”微信,了解选购各种优质大米



徐州大沙河油桃新鲜上市 新鲜采摘 送货上门

55元/5斤装

纯天然绿色无公害,保证新鲜,预定截止6月11日16点,6月12日开始陆续配送。



豆奶比牛奶营养更全面 优惠活动:买一箱送2盒

维维豆奶综合了大豆和牛奶的营养成分,具有口感细腻、香味浓郁、营养丰富,动植物蛋白互补,含有人体所需的氨基酸、维生素,而且不含胆固醇,是动脉硬化、心脑血管疾病、肥胖症等患者理想的食品,使营养结构更均衡合理,具有增强人体免疫力、延缓衰老的作用。订购热线:96060

特惠价:55元/箱(21盒)



江宁横溪西瓜 销售火爆 品优价廉 产地直供

预售截止为6月9日下午,6月10日陆续发货。



42元/约10斤(4只装) 59元/约15斤(4只装)



端午粽子特惠 精品礼盒 咸甜都好吃

真真老老真满堂礼盒 1.12kg



- ◆经典肉粽:140g/只×4个
- ◆红袍豆沙粽:140g/只×2个
- ◆金丝蜜枣粽:140g/只×2个

扫描二维码,快速订购



优惠价:42元/礼盒装

情系五芳礼品粽 280g×5袋/盒



扫描二维码,快速订购

- ◆140g 大肉粽
- ◆140g 里脊鲜肉粽
- ◆140g 蛋黄鲜肉粽
- ◆140g 红烧排骨粽
- ◆140g 栗子鲜肉粽
- ◆140g 香菇鲜肉粽
- ◆140g 五谷粗粮粽
- ◆140g 珍珠八宝粽
- ◆140g 润香豆沙粽
- ◆140g 飘香甜豆粽

优惠价:86元/礼盒装

五芳斋咸鸭蛋 营养出油



经济实惠礼盒装 规格:60g×18只/盒 净重:1080g



扫描二维码,快速订购

订购热线:96060 优惠价:66元/18枚礼盒装