

从重量、价格到品相,22个品牌“每日坚果”大测评

碎坚果多、果干粘一起,来伊份不咋滴

每天一袋坚果,身体更健康?近年来,“每日坚果”成为网红食品,风靡市场。9月11日,江苏省消保委发布22个品牌“每日坚果”的消费调查报告。现代快报记者了解到,测评从重量、价格、品相等多方面进行比较,同时检测其中的营养成分。你想知道的内容都在里面哦。

现代快报+/ZAKER南京记者 徐岑

价格:线上线下差距大

本次调查选取30个样品,涉及22个品牌。先来看看每袋“坚果”有没有缺斤少两。

调查人员随机抽取5包样本,使用3台电子秤分别称重,取平均值。结果显示,14个样品的实际称重少于标注重量。其中,线下购买的恰恰每日坚果,标注重量是每袋26g,实际称重取均值重量为24.86g,少了1g多。

这是不是欺骗消费者?专家表示,根据标准,标注净含量在0-50g的定量包装商品,允许短缺标注净含量的9%以内。因此,所有样品均达标。

再来看看价格。调查结果显示,由于线上平台部分品牌促销活动多,优惠力度大,同品牌线上线下价格差距较大。另外,不同线下店销售的相同品牌,价格也不一致。比如,沃隆“每日坚果”,线上价格一盒96.2元,线下价格是163元。

品相:部分品牌相对较差

好不好吃、品质怎么样,是大家最关心的。随机拆包对比发现,部分品牌果仁饱满、数量稳定、品质好、果干分明;部分品牌相对较差,比如来伊份坚果,坚果有碎果屑,果干粘在一起。

再对比坚果和果干种类,大部

品相略差品牌



品相较好品牌



各大品牌的品相 省消保委供图

分品牌的种类在6到7种,少数3个品牌仅5个品种。此外,一些知名品牌种类达8种。

现代快报记者注意到,每日坚果中核桃仁和腰果仁最普遍,22个品牌产品中都有。此外,21个品牌产品含有蔓越莓干、榛子仁、扁桃仁、蓝莓干大部分品牌中也都有。红枣干、樱桃干、红葡萄干、南瓜子仁是部分品牌的特有种类。

建议:正常人每天不超10克

最后来比比营养成分。江苏省消保委委托南京海关动植物与食品检测中心,对15个样品进行能量、蛋白质、脂肪、碳水化合物等内容的营养成分检测。结果显示,每

100g“每日坚果”的能量相当于400克米饭,蛋白质相当于100g鸡蛋,脂肪相当于300g鸡肉,碳水化合物相当于50g面粉。

江苏省医学营养学会副理事长、南京医科大学公共卫生学院教授莫宝庆表示,正常人群建议坚果每天食用不超过10g,一周食用50到70g为佳。此外,需要控制体重和减肥人群应减少食用坚果,“三高”人群也不建议食用坚果。

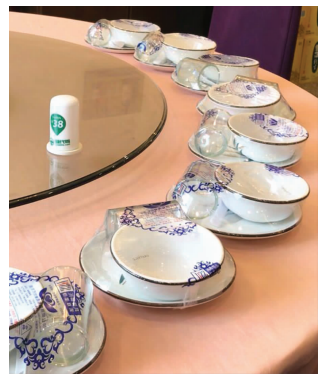
江苏省消保委还发布购买提示,购买坚果时要注意是否有霉味和哈喇味。如果有不新鲜油脂的味道,说明其中可能有较多油脂氧化产物,可能加速衰老和加重疾病的发展。

烫碗筷能杀菌?除非水温100℃

木筷子易油脂残留,最好定期更换

倒热水烫碗筷,你去饭店吃饭,是不是也会这么操作?9月11日,南京市玄武区市场监管局发布餐具抽检报告。现代快报记者了解到,此次检测涉及21家餐饮店,其中不乏网红店哥老官、海底捞、串串店等。抽检的35批次餐饮具中,一次性餐具6批次,集中消毒餐具10批次,餐饮店自洗消毒的餐具19批次。结果显示,均符合国家规定,合格率100%。

现代快报+/ZAKER南京记者 徐岑文/摄



集中消毒餐具抽检合格率100%

35批次餐具全部合格

近期,玄武区市场监管局对辖区内大型餐饮单位、超市快餐店、自助餐厅、网红餐厅等单位使用的餐具进行随机采样。现代快报记者了解到,共涉及21家餐饮店,包括哥老官、海底捞等一批品牌店。抽检项目包括,是否卫生(大肠菌群、沙门氏菌)、是否存在洗涤剂残留(游离性余氯、阴离子合成洗涤剂)、是否存在非法漂白(二氧化硫)等。结果显示,35批次样本全部合格。

木质筷子要定期更换

虽然检测都合格,但从具体数值上看,还是有细微差别的。在一家餐饮店对集中消毒餐具进行快检时,记者注意到,检验筷子和餐盘的试纸与试剂反应后,均呈现出表示“洁净”的蓝色。但是,检测筷子的试纸,蓝色明显更深。“这说明,相比餐盘,筷子的洁净度差一些。”据检测单位南京海关动植物与食品检测中心业务部主

管梁军介绍,主要是因为筷子大部分为木质,木头纹理较多,容易渗透油脂,造成油脂残留。

“木质筷子如果长期有油脂残留,容易造成霉变,产生异味。”玄武区市场监管局食品科科长罗亚玲提醒,使用木质筷子的商家应定期更换。清洗前,浸泡效果最佳。

烫碗筷有用?看情况

虽然抽检结果良好,但毕竟覆盖面有限,仍不排除存在餐具清洗消毒不合格的情况。那么,餐前用开水烫碗筷有用吗?据梁军介绍,一般来说,用100℃的开水烫碗筷并维持一段时间,确实有一定的杀菌作用。但是,饭店里给客人饮用的茶水通常达不到这个温度,冲洗只是洗去浮尘等。梁军表示,如果消费者发现碗筷有明显不洁或存在异味,可以使用热水进行简单冲洗。其中,优先选择烫洗木质筷子。

此外,如果发现餐具具有严重破损、不洁,可保留证据,并向市场监管部门投诉。

天天出彩

福彩七乐彩(2019106期)		
中奖号码:2 5 7 10 12 14 16		
特别号码:30		
一等奖 0注	每注奖额 0元	
福彩15选5(2019247期)		
中奖号码:2 3 7 10 13		
一等奖 0注	每注奖额 0元	
福彩3D游戏(2019247期)		
中奖号码:6 7 0		
一等奖 江苏中奖注数 297注	每注奖额 1040元	
二等奖 0注	每注奖额 346元	
三等奖 1250注	每注奖额 173元	
福彩“东方6+1”(2019106期)		
中奖号码:3 0 6 3 1 3		
一等奖 0注	每注奖额 0元	

体彩鸡毛信

体彩排列3(19247期)		
中奖号码:4 8 9		
投注方式 本地中奖注数	每注奖金	
直选 282注	1040元	
组选3 0注	346元	
组选6 1004注	173元	
体彩超级大乐透(19106期)		
开奖结果:05 08 10 32 35 +02 10		
本期中奖情况		
一等奖基本 1注	10000000元	
追加 1注	8000000元	
体彩排列5(19247期)		
中奖号码:4 8 9 1 8		
一等奖 107注	每注奖金 100000元	

南通绿城诚园,高层品质标杆!

当诚园来到南通,作为绿城二代高层标杆作品,更是将“绿城的品质”贯彻到底。从整体规划到细节雕琢,每一栋都遵循着“精细、安定、恒久”的理念,形成一套严格的营造标准。绿城诚园项目位于崇川区新东区板块,毗邻城市主干道通富路和洪江路高架,交通出行便捷。项目北面为弘阳上城、国城璟府等,项目西边为观阳名邸,项目南边为碧桂园翡翠华府,项目周边已交付小区环绕,生活氛围较浓。

绿城诚园周边整体配套较为完善,项目北面不远即为南通汽车东站;到国城生活广场、大润发、南通妇幼保健院、中南城都很便捷。项目周边出行较为方便,且项目南面即为洪江路高架出入口,使得出行更为便捷。

绿城诚园总建筑面积200127.87㎡,容积率1.91,绿化率34%。户型共5个面积段,分别为96㎡、118㎡、128㎡、158㎡、218㎡,基本能涵盖所有客群,购房者可选性也较多。

通讯员 曹慕妍

江苏省职业介绍中心现场公益招聘活动部分信息

9月12日(周四) 综合性人才专场招聘活动

- 南京一阳环保科技有限公司
- 南京云点房地产经纪有限公司
- 江苏省邮政速递物流有限公司南京分公司
- 上海旗胜电器有限公司江苏分公司
- 江苏国信物业管理有限公司
- 南京依滢物业管理有限公司
- 南京状元楼酒店有限责任公司
- 南京新世纪物业有限公司
- 无锡市海怡物业管理有限公司南京分公司
- 舒心(南京)环保能源科技有限公司
- 南京汇仁恒安物业管理有限公司

9月18日(周三) 餐饮、酒店、行政、金融类等人才专场招聘活动

- 上海申铁杰能信息科技有限公司
- 江苏锦江南京饭店有限公司
- 南京新世纪物业有限公司
- 苏果超市有限公司
- 江苏通信置业管理有限公司
- 江苏全瀚通信科技有限公司
- 南京新里程置业有限公司世茂滨江希尔顿酒店
- 南京银城物业服务服务有限公司
- 南京依滢物业管理有限公司
- 江苏恒好餐饮管理有限责任公司
- 江苏东恒国际物业服务有限公司
- 南京升佑餐饮管理有限公司
- 南京海泰隆食品有限公司

某大型综合性商场招聘:现场管理(保安)

40岁以下,身高1.70米以上,五官端正,身体健康;高中及以上学历;退伍军人、有大型商场或宾馆现场管理工作经验者优先。强电维修工:20-50岁,需持有电工上岗操作证。朱小姐 86388107

活动预告

- 9月19日(周四) 综合性人才专场招聘活动
- 9月20日(周五) 现代服务业人才及高职院校毕业生专场招聘活动
- 9月25日(周三) 贸易、快速消费品、财务、物流类等人才专场招聘活动
- 9月26日(周四) 综合性人才专场招聘活动
- 9月27日(周五) 高校毕业生及综合性人才专场招聘活动

网上招聘服务活动

2019年全国高校毕业生就业服务行动(9月1日-9月30日)