

猪肉鸡蛋价格有点儿贵 蔬菜涨跌互现

本报讯(记者 潘丽亚) 8月21日记者从漯河地调队获悉,据漯河地调队食品价格监测调查显示,与8月上旬相比,8月中旬,我市猪肉、鸡蛋价格持续上涨,蔬菜价格互有涨跌,其他食品价格较为稳定,受大雨影响并不明显。

“最近猪肉价格一直在上涨,目前五花肉每公斤35.6元。”21日上午,在市区辽河路一家生活超市,销售人员告诉记者,从8月上旬开始,我市市场上的猪肉价格开始大幅上涨。从漯河地调队统计的数据来看,进入8月,猪肉价格持续上涨,8月上旬带脂里脊



8月20日,市区一超市内蔬菜价格。本报记者 潘丽亚 摄

每公斤31.96元,上涨23.1%;五花肉每公斤33.80元,上涨6.3%。8月中旬,五花肉每公斤35.60元,上涨

5.3%。受降路农贸市场一位猪肉摊的老板告诉记者,截至8月20日,我市猪肉价格未受非洲猪瘟疫情影响,但后期价格可能会有所下降。

受中秋节将至的影响,月饼开始在市场上畅销,而鸡蛋作为制作月饼的原材之一,市场价格持续上涨,目前散装鲜蛋每公斤10.2元,上涨10.9%。

除了猪肉、鸡蛋价格持续上涨外,蔬菜价格互有涨跌。8月中旬大葱每公斤5元,上涨25%;黄瓜每公斤3元,下降25%;西红柿每公斤3.2元,下降20%。



今天,我市局部有阵雨雷阵雨,最高气温下滑至29℃,夜间最低气温22℃。明天起至周日又恢复晴朗天气,秋高气爽的感觉愈加明显,最高气温33℃左右,最低气温23℃左右,气温变化不大,早晚凉爽,午间大家仍需注意防晒防暑。

在季节转换之际,天气变化快,气温也常常起伏不定,市民朋友一定要预防呼吸道疾病,尤其患有老慢支、哮喘的病人要特别注意适时及时添衣物,以免诱发呼吸道疾病。同时,还要注意预防秋季腹泻,不宜再吃太凉、太冷的食物,睡觉时别忘记加上一床秋凉被。

今明后三天天气

- 8月22日 多云到阴,局部有阵雨雷阵雨 22℃~29℃
- 8月23日 多云到晴 23℃~31℃
- 8月24日 晴间多云 23℃~32℃

(感谢王颖提供信息)

定制衣柜做好后无柜门 经协商,商家已重新定制并安装

市民求助:8月10日,市民刘先生拨打本报新闻热线3139148,称他定制的衣柜安装好后少了两个柜门,商家迟迟不给解决。

记者调查:随后,记者见到了家住市区长江路的刘先生。刘先生告诉记者,他的新房正在装修,今年6月份他在太行山路一商家定制了整屋的衣柜,由于定制衣柜制作时间较长,一直到8月初衣柜才安装完毕。

“我去验收时,发现书房有一个柜子没有柜门。我给商

家打电话,商家却称当时定的时候就没有门。做个衣柜不装柜门,那还有啥意义?”刘先生提起定制衣柜很是生气。

刘先生家的衣柜是商家做活动时预定的,在确定好柜子的图纸后,刘先生付了全款。现在因为这个柜门,刘先生几次找商家解决,都没有结果。

记者跟随刘先生来到该商家进行协商,可是销售人员却称在设计时,刘先生并没有要求在此处安装柜门。

“刘先生家这个衣柜是L型的,拐角处有弧度,无法安

装柜门,所以当时设计时,我们就已经告诉刘先生,这个柜子不能安装柜门。”销售人员告诉记者。

可是刘先生却不认同商家的说法,刘先生称,当时商家只是口头说衣柜有弧度的地方不能安装柜门,但在设计方案确定后,商家并没有明确告诉他。现在柜子安装好了,有弧度的柜子仅剩一米宽,没有柜门如何存放东西。

协商结果:随后,销售人员表示会将刘先生的情况反映给厂家。8月13日,刘先生给

记者打来电话称,该厂家同意重新定制柜门并免费安装。

8月20日下午,记者了解到,刘先生家的柜门已安装完毕,刘先生对此次调解结果很满意。

微求助

漯河晚报

新闻热线: 0395-3139148
QQ群: 183744831
腾讯微博: @漯河晚报
新浪微博: @漯河晚报

有困难 找晚报

“贴秋膘”不等于吃肉

立秋以后,是否一定要多吃肉,“以肉贴膘”?专家建议,入秋后要防“上火”、莫贪凉,“贴秋膘”不等于“吃肉”,应根据自身身体状况,平衡营养饮食。

专家认为,无论“三伏

贴”还是“贴秋膘”,根本上是中医“天人相应”及“未病先防”思想的体现。

那么“贴秋膘”是否等于多吃肉?专家认为,“贴秋膘”进补不等于只增加肉类、脂肪等的摄入“以肉贴膘”,而要结

合自身营养状况,吃得健康。中医认为秋天比较燥,肥腻的肉类、油炸食品不宜多吃,防止“上火”和消化不良。

专家认为,“贴秋膘”并非对每个人都必要和适用。如果目前体重处于正常范围内、

营养状况也不存在不足,并不一定要额外“贴秋膘”,根据身体状况注重日常健康饮食即可。此外,虽说立秋节气已至,可仍处于“三伏天”中,建议不要贪凉,避免影响自身的调节能力。 晚综

生活小常识

总是掉头发或缺五种营养元素

掉头发的原因有遗传因素、疾病等多种情况。如果总是掉头发,不妨检查一下自己的日常饮食是否缺以下五种关键营养素。

铁 年轻女性、服用H2受体拮抗剂(包括西咪替丁、雷尼替丁、法莫替丁等)来抑制胃酸的患者、素食者,是缺铁的高危人群。精瘦肉类、海鲜、动物内脏、坚果、豆类和一些蔬菜(如菠菜)中含有丰富的铁。

锌 吸收功能差的人群、孕妇、肝病者、肾病患者,以及过量饮酒的人群容易缺锌,服用降压药也会影响锌的吸收利用。牡蛎、红肉和禽肉都是富含锌的食物,豆类、坚果以及蟹、龙虾

中也含有一定量的锌。**维生素D** 研究发现,脱发的女性往往体内维生素D水平较低。三文鱼等海鱼中含有较为丰富的维生素D,强化维生素D的乳制品(牛奶、酸奶等)里也含有一定量的维生素D。

蛋白质 许多追求快速减重的人会发现,严格控制饮食一段时间后头发变得稀疏脆弱,这是蛋白质摄入不足导致的。同时,也有少量研究发现,在补铁的基础上加强L-赖氨酸的摄入可以更有效地改善长期脱发女性体内的铁含量。建议从鱼虾、豆制品、低脂乳制品、去皮禽类和精瘦肉中获取充足的优质蛋白质。

必需脂肪酸 建议适量食用一些无调味坚果作为零食,在补充健康脂肪酸的同时还能获取铁、锌等有利于头发健康的营养物质。推荐每天吃一小把,大约30克。 晚综



分类信息

2cmx4cm 单价50元 4cmx4cm 单价100元

本版对所有信息的手续都严格进行审查,但不能保证每一条信息的真实性,请客户在使用本版信息时认真核实相关资料,签订有效法律合同,因本版信息导致的一切纠纷自行负责。

联系电话: 0395-3132295 3117189 13781707655

家政服务

洁爽保洁公司

专业单位家庭保洁 外墙玻璃幕墙清洗 石材 地毯 专业外墙漆

6188458 13653950591

出租出售

厂房、库房出租 位于交通路南段格瑞特小学南头红绿灯左拐,一个300平方米,一个660平方米。15839583088

厂房出租 钢构400平方米,银鸽大道北段路东13603474456

婚介信息

世纪缘 2003年创办

加! 世纪缘七夕相亲活动 圆满成功!

地址:市人民路美盛大厦B座十楼 相亲热线:3398505 2121213

- 征婚:男(31730) 30岁,离婚未育,1.80米,个体年薪20万,诚实可靠,有上进心。贤贤惠持家,温柔真诚的女孩。电话:2121213 微信:13523953597
- 征婚:女(61682) 32岁,离异,1.64米,本科学历,金融行业,活泼可爱,觅一位有上进心的男士为伴。电话:18839527539 微信:13137960297
- 征婚:男(91783) 40岁,离异,1.70米,事业单位,成熟稳重,有责任心,觅一人品好的女士。电话:13721374788 微信:1021659026
- 征婚:女(33070) 25岁,未婚,1.66米,本科学历,事业单位。觅本科学历,稳定工作,阳光帅气,人品好的男孩。电话:13721374788 微信:1021659026