

评选备受关注 商家积极参与

枣庄市民最喜爱的餐饮单位评选报名火热进行中

一心一意关注食品安全,十全十美创建和谐社会,由枣庄日报社联合枣庄市食品药品监督管理局,在全市范围内开展的枣庄市民最喜爱的餐饮单位评选活动,目前正在火热报名中,已经有数家枣庄知名餐饮单位报名参加。

做餐饮就是做良心,品质第一,服务至上。但近些年来,食品安全问题层出不穷,过期食材、假冒伪劣、卫生不达标等问题,牵动着每一个市民的神经。本次活动旨在促进我市餐饮行业的规范守法经营,全面提升食品安全水平,切实保障公众“舌尖上的安全”。

众所周知,枣庄是一座新兴的旅游城市,旅游资源丰富,同时枣庄境内的特色美食也是人人皆知。本次活动通过评选我市最被认可的餐饮企业,推出能够让我市消费者和市外旅游者体验枣庄饮食精美的餐饮企业,能够全面展示我市餐饮业发展水平,大力宣传餐饮企业形象,发挥品牌引领作用。

同时我市正在开展“创造国家卫生城市”和“创造省级文明城市”活动,放心餐饮示范单位的评选对“双城同创”取得的成就也是一种体现,深入推进城市建设工作,把精神文明融入市民的日常生活,落实到对餐饮节俭、安全、卫生和健康的

追求上,发掘、推介、宣传“放心餐饮示范单位”。

本次评选的对象是从事烹调加工、销售饮食制品并为消费者提供就餐场所和消费服务的企业,包括餐馆、酒店、学校、幼儿园食堂、饮品店、小吃店、农庄、酒吧、茶楼,以及宾馆、旅馆的餐饮部分。

参赛的单位均是正式开业满一年以上,餐饮服务食品安全综合等级B级以上,各项手续齐备,各项措施符合餐饮服务食品安全操作规范,能够有效控制食品安全风险,食品安全保障水平较高。市民可以根据自己对餐饮单位的了解,从文化特色、饮食文明、食品质量、服务接待、经营管理等方面考虑斟酌,对餐饮单位投上宝贵的一票。市民可在7月1日通过来信、电子邮件、电话等方式对参赛单位进行评选。

“民以食为天,食以安为先”食品安全关系广大人民群众身体健康和生命安全。加强食品安全工作是各级党委政府的重大政治任务。早在4月份,国务院办公厅关于印发《2017年食品安全重点工作安排的通知》,加快解决人民群众普遍关心的突出问题,提高食品安全治理能力和保障水平,推进供给侧结构性改革和全面小康社会建设。山东省人民政府也于近期印

发了《2017山东食品安全重点工作安排》。以“食安山东”建设为统领,深入实施食品安全战略,深化“双安双创”,坚持源头严防、过程严管、风险严控,不断提升全省食品安全治理能力,助推食品产业健康持续发展,捍卫公众“舌尖上的安全”。

对于餐饮单位来说,食品生产经营企业既是合格、优质食品的生产者,是功臣;同时,也可能转化成劣质有害食品的制造者,又可能成为罪人。决定食品质量的关键因素既不是技术,也不是管理和设备,关键在人,在于食品生产经营业主和从业人员的职业操守和道德水准。

市民最喜爱的餐饮单位评选,是对枣庄餐饮单位最新的一次调查,每个人心里都有一杆称,究竟谁能在这次评选中赢得市民的好评,拔得头筹,让我们拭目以待。

活动已从6月6日正式启动,截止日期为9月25日,在此期间,评选活动将始终遵循“公开、公平、公正”的原则进行,主要按企业申报、部门审查、网络评议、专班评审、媒体公示、表彰授牌等程序进行。餐饮单位报名截止日期正一天临近,如果您的企业具备上述的标准,那您还在等什么,快快来报名吧!



山东悦购伏羊文化节盛大开幕

7月22日上午,在枣庄市中区光明西路68号院,由山东悦购电子商务有限公司主办的伏羊文化节开幕,活动邀请鲁南特色羊汤传承人,现场制作羊肉汤。

活动现场,除了美味的羊肉汤,枣

庄东湖书画院组织了枣庄、上海知名书画家崔培鲁、张泰昌、刘震等人挥毫泼墨,为观众现场献艺。山东汇德庄户剧团精彩表演,……滚滚热浪席卷枣庄,款款文化亮相鲁南。

三伏天喝羊汤在枣庄有着悠久历

史,俗称伏羊肉,伏天食用羊肉的习俗,既暗合“天人合一”的质朴养生理念,也含有一定的科学依据,在伏天吃羊肉对身体是以热制热,排汗排毒,将冬春之毒、湿气驱除,是以食为疗的大创举。



空无静清 一片茶叶的涅槃

清风拂过松枝千篇一竹梢,泉溪水流在乱石上跳跃,茶炉里的红炭着茶烟升腾起暖和的舞蹈。茶香则把人的思绪引向空灵的悠远,这便是禅意了。如是在茶亭中行茶,那么竹杓的舀水声,瓦釜中水的鸣唱,花瓶中寓意诚挚的插花和洁净优美的茶具,空气中弥漫着的茶香或檀香的气息,把眼、耳、口、鼻的观感集中在一起,这就是在浮躁城市中的一方净土,一片禅境的空间。人们用心去构造一切,用心去品味这一切,就压缩了与历史时空的距离,超脱于尘寰喧嚣于一刻,让我们的身心冷静又睿智的思考过

去未来,得到的是自信与振奋。

请你审视一下泡过的茶叶吧。宛若人生结束,它奉献出一切,让别人健康、愉悦、向上,茶叶在茶的世界里无碍地涅槃圆寂了。

中国本土道家中的“无”与外来又经融会了佛家的“空”,两种观念的交流,最完美,最高境界。然而它又是“无”与“空”的。在禅家看来,“静”与“清”这两个字是可以作为表达的。韩国把禅与茶高度概括为“清和礼乐”;日本把禅与茶归为“和敬清寂”四个字就反映了茶道精神中的审美内涵。道家的“清静自在”,儒家的“般若清静”,儒家的“清心寡欲”,清

的审美意识和“无”与“空”一样丰富。深奥的玄淡称“清淡”;论人的气质品格是“清者贵,浊者下”;还有“木清则仁、火清则礼、金清则义、水清则智、土清则思”。

作为茶,集五清为一身,在茶室中与清新的音乐,清气的书画,清净的茶道具,清而礼的言谈都达到养心务必先清心的环境要求。无论茶室内外,在茶中修心,在修心中喝茶。因为社会存在决定人的思想意识。眼下,原本东方民族主导的人文科学,西方民族重自然科学的大区域已被现代的通讯传播手段瓦解。人们在多元的文化中失去了精

神的信仰支撑和心理平衡。因此,世界上越来越多的人爱上了东方的茶,这虽是一碗由茶叶浸泡出来的茶水,然而它又是已杯容纳了东方文化精髓的东西,已不是一杯有固定价值的解渴的饮料了。当我们以清醒的思维去净化这杯茶汤的时候,它就像一口贮满了禅思的深井,清而不浮,静而不滞,淡而不薄,能汲取多少,全在个人。

茶把它的根细密地扎根于大地,吸收着天地日月的精华,它的本身就是美德;它再经过各种加工在淡而无味的水中复活奉献,这是一种可观可触的轮回。其实,一

个人就是一片茶叶。人生下来就分分秒秒在变化,只是这一过程一个要六七十年,一百年,不易很快的乐趣和心底的收获,得到会心的一笑,那就是茶汤中的美与禅了。



俗话说“小暑不算热,大暑三伏天”。高温和潮湿是大暑时节的主要气候特点,要想平安度过大暑,要学会这几个养生招。

饮食把握三原则

第一,多吃些燥湿健脾的食物。大暑时节,除了炎热外,还会出现多雨或阴雨绵绵的天气,气候表现特点以潮湿闷热为主,所以从传统养生学的角度讲,特别要注意对“暑湿”的预防。暑湿侵害人体可出现胸膈满闷、饮食无味、口中黏腻、头昏脑涨、肢体困重等症状,所以应以消暑清热、化湿健脾的方法进行预防或治疗。

第二,益气养阴的食物不可少。大暑天气酷热,出汗较多,容易耗气伤阴,此时,人们常常是“无病三分虚”。因此,除了要及时补充水分外,还应常吃一些益气养阴的食品以增强体质,使湿热之邪无隙可乘。但所选食物一定要清淡,不可过于滋腻,否则极易碍胃,导致消化不良。如山药、大枣、海参、鸡蛋、牛奶、蜂蜜、莲藕、木耳、甲鱼、豆浆、百合粥、菊花粥等都是夏日的进补佳品,可根据个人口味选用。

第三,蛋白质供给需充足。大暑气温较高,人体新陈代谢增强,能量消耗大,因此蛋白质的供应必须酌量增加,每日摄入量应在100~120克为宜。植物蛋白可以从豆制品中获得,动物

粗粮,富含钙、磷、铁、维生素B2等营养元素,常吃对身体有益,而且,高粱还有温中健脾、固肠胃、止吐泻的作用。高粱性温,可以和绿豆一起熬粥喝,口感很好。另外,夏天也可以经常喝点赤豆粥、绿豆粥、薏苡仁粥、丝瓜粥以及绿叶蔬菜粥等。

吃苦也有讲究

夏天到了,上火最易缠身,此时很多人就会买两根苦瓜或凉拌或清炒以败火。而吃苦也有讲究,不要以为吃得苦中苦就能换来甘中甜。

从中医角度讲,苦味食物都属于寒凉性质,具有清热泻火、燥湿健胃的功效,因此特别适合于炎热的夏季食用。

并不是任何人都能吃苦,体质比较虚弱者不宜食用。一般来说,老人和小孩的脾胃多虚弱,不适宜过多地食用苦味食物。脾胃虚寒、脘腹冷痛、大便溏泄的患者也不宜食用苦寒食物,否则会加重病情。

淡淡的苦味具有健脾开胃的作用,欧洲人在宴会前喝的开胃酒,就有淡淡的苦味,用来增强人的食欲。对于夏季食欲不好的人来讲,苦味食物可健脾开胃。但过重的苦味或进食苦味食物过多,就会引起胃部不适、恶心、呕吐或泄泻等副作用,所以吃苦味食物要适量。

大暑就该吃苦? 夏天最后一个节气该这么过

蛋白除了奶制品外,还应适当吃点肉。夏季的肉食以鸡肉、鸭肉、瘦猪肉、鸽肉等平性或凉性的肉制品为首选。大暑养生讲究“就凉避暑”,但天气热,胃口差,身体抵抗力也会降低。粗粮不但营养丰富,而且荞麦、玉米等都是凉性或温补的食物,夏天吃正合适。

多吃粗粮好度夏

荞麦面(性凉消暑)国家二级公共营养师高睡睡:荞麦面是好东西,天气热的时候我就经常吃。但是 I 做的荞麦面有小窍门,跟大家分享一下。一般先准备白面400克,然后荞麦和莜麦分别取100克,接着和在一起做面条。因为荞麦和莜麦本身比较黏,而且口感硬,不太适合做面条和饼,和白面和在一起,口感和质感都会好很多。荞面味甘性凉,夏天吃还有消暑的作用;而莜麦(也就是燕麦)中富含β-葡聚糖,有很好的降血脂、降胆固醇的作用。

玉米糊(调中健胃)北京中医药脾胃科副主任汪红兵:玉米属于平补的食物,无论是哪种体质的人,都可以适当吃一些。玉米是一种健康粗粮,具有调中健胃、益肺宁心的作用,夏天很多人食欲不好,经常吃点玉米很好。另外,玉米还有辅助降血糖、降血压的作用。对于脾胃虚弱的人,给大家推荐一款山药玉米糊,买点玉米粉和山药粉,然后按3:1的比例煮成糊状,食用后对脾胃很好。

高粱粥(清热补益)国家二级公共营养师王翠侠:高粱做粥喝,对小孩消化不良,成人脾胃虚有一定的补益作用。高粱也是很好的健康



不同的苦味食物要区别对待。所谓“苦味食物”是因为食物中含有某些苦味的化学成分,苦味就在于此。有些苦味食物所含有的是对人体有益的苦味化学成分,如苦瓜中的苦瓜苷有降血糖的作用,芹菜中的芹菜素有降血压作用,茶叶中的生物碱和多酚类物质有提神和抗氧化作用等,适量地进食对人体有益。

而有的苦味食物含有的则是对人体有毒的化学物质,例如不成熟的甜瓜瓜蒂和根部就是苦味的,所含的是具有苦味的甜瓜毒素,一旦食用会引起胃疼、呕吐、腹泻,严重者可危及生命。

张教授说,临幊上就曾有因误认为甜瓜根部的苦味有消暑清热作用,进食引起中毒的报道。

另外,苦味的黄瓜也含有毒素,不能食用。

时时刻刻的“当下”。体会并发现禅的意境,禅的精神,体悟到思维的乐趣和心底的收获,得到会心的一笑,那就是茶汤中的美与禅了。

