

花生过敏预防法不影响宝宝营养摄入

新华社伦敦电(记者 张家伟)英国和美国研究人员日前在美国《应变和临床免疫学杂志》上发表报告说,在宝宝饮食中加入花生制品来预防花生过敏的方法不仅有效,还不会影响到宝宝的营养摄入及正常发育。

花生作为一种重要的食物过敏原,很容易引起严重过敏症状,因此为预防宝宝长大后对花生过敏,有一种预防方法是在他们饮食中加入一定量的花生制品,让他们在成长过程中逐渐适应。但此前一些观点认为,这么做有可能影响到宝宝的营养摄入、母乳喂养持续时间及正常发育等。

英国政府资助的一项长期临床试验结果的初步分析已显示,与完全不吃花生相比,这种预防花生

过敏的方法能使敏感宝宝对花生过敏的风险下降81%。

英国伦敦大学国王学院等机构的研究人员在这项试验收集的数据基础上,进一步分析了在宝宝饮食中添加花生是否会对宝宝的成长产生影响。

这项临床试验由640名4到11个月大并在英国居住的宝宝参加,他们都属于易对花生过敏的婴儿。研究人员将他们分成两组,其中一组每周3次、每次至少吃两克花生蛋白;另一组完全避免吃花生。这种饮食方式一直持续到宝宝5岁为止。这一过程中,研究人员持续观察了他们的健康状况。

参与研究的伦敦大学国王学院的玛丽·菲尼说,以往一些说法

称,不足6个月的宝宝吃花生会缩短他们的母乳喂养期,但最新分析显示,即便在宝宝饮食中加入花生,喂养期也没有受到影响。

身高和体重数据显示,吃花生的宝宝与完全不吃花生的宝宝没有太大区别。两组宝宝摄入的热量和蛋白质的情况也非常接近。唯一的差别是,吃花生的宝宝平均脂肪摄入量会更高,而不吃花生的宝宝碳水化合物摄入量更高。

参与研究的伦敦大学国王学院的乔治·迪图瓦认为,这项研究显示在婴儿阶段开始吃一定量的花生制品,从营养学角度来讲是“安全的”。但需要注意的一点是,父母或看护人不应给5岁以下儿童进食整粒的花生,避免孩子被噎到。

干煸四季豆

材料:四季豆。

调料:植物油、葱末、姜末、蒜末、糖、盐、鸡精、干辣椒。

做法:1.将四季豆去筋洗净,沥干水分。

2.锅中放植物油,6成热放入四季豆小火炸至九成熟,捞出沥油。

3.锅内留底油烧热,把葱末、姜末、蒜末、干辣椒爆香。

4.加入炸好的四季豆、盐、糖、鸡精炒匀即可出锅。



五香牙签肉

材料:里脊肉300克。

调料:食用油、盐、酱油、料酒、孜然、五香粉、淀粉、白胡椒粉、蚝油、白糖、芝麻。

做法:1.里脊肉洗净切成1厘米见方小丁,加入盐、酱油、料酒、白胡椒粉、蚝油、白糖、五香粉、孜然、淀粉、食用油各适量,用手抓拌均匀,腌制1小时。

2.牙签洗净把肉串起,均匀撒上淀粉备用。

3.锅中倒入植物油烧至七成热,下入串好的肉炸至金黄色捞出。

4.出锅后撒入适量孜然、五香粉、白芝麻即可。



钢新公司餐饮营养部

食 品 安 全

食药监总局公布半年内连续两批次以上样品抽检不合格企业名单

新华社北京电 国家食品药品监督管理总局近日在2016年全国食品安全宣传周启动仪式上,公布了近半年内连续2批次以上样品抽检不合格的食品生产经营单位名单。

根据食药监总局通告,具体名单如下:

黑龙江农垦英博华威乳业有限公司生产的4批次婴幼儿配方乳粉品质指标不合格。

加比力(湖南)食品有限公司生产的3批次婴幼儿配方乳粉品质指标不合格。

重庆御味缘食品有限公司生产的3批次水果制品食品添加剂项目不合格。

武城县丰利食品有限公司生产的2批次糕点食品添加剂项目不合格。

海南鸿琛工贸有限公司生产的2批次水果制品食品添加剂项目不合格。

三九企业集团兰考葡萄酒业有限公司生产的2批次葡萄酒品质指标不合格。

新疆哎呦喂食品有限公司生产的2批次水果制品食品添加剂项目不合格。

大连三山岛海产食品有限公司生产的2批次水产制品微生物项目不合格。

哈尔滨鑫旺泰和商贸有限公司销售的4批次婴幼儿配方乳粉品质指标不合格。

海口龙华源春盛商行销售的2批次水果制品和1批次肉制品食品添加剂项目不合格。

重庆市盘溪农产品批发市场家明食品批发部销售的3批次水果制品食品添加剂项目不合格。

三亚国润实业有限公司销售的2批次水果制品食品添加剂项目不合格。

兰考县鸿运副食商行销售的2批次葡萄酒品质指标不合格。

北京市石门莉莉食品批发店销售的2批次糕点分别存在品质指标和食品添加剂不合格情况。

北京市八里桥红玲食品经营部销售的2批次糕点食品添加剂项目不合格。

大连沃尔玛百货有限公司销售的2批次水产制品微生物项目不合格。

据了解,宣传周期间,有关部委以“部委主题日”的形式,先后开展法律法规宣讲、道德诚信教育、科学知识普及、科技成果展示等食品安全主题宣传活动。

出 售

本人现有大钢尖草坪35宿舍住房一套,两室一厅,四层,60平方米,大钢产权,欲出售,价格面议,非诚勿扰,有意者请与刘先生联系,电话:13593174360。

本人现有大钢35宿舍旧楼房一套,水、电、暖齐全,有意者请与李女士联系,电话:15698308930。

住房手续挂失

范晋蕊,不慎将其购买的新中建实业发展有限公司并州东大街优派对小区A座3单元A3号的商品房买卖合同及补充协议遗失,合同编号为00065186,声明作废。

赵华清,不慎将太钢程家村高层宿舍5栋19层1903号的全部购房手续遗失,特此声明。

刘彦江,不慎将其父刘永欣(已故)的迎新南二巷6号太钢103宿舍5栋5单元302号的交款收据遗失,特此声明。

李同先,不慎将太钢滨河小区9栋2单元0503号的首付收款凭证遗失,特此声明。

徐根生,不慎将太钢二十六宿舍20栋3单元49号的购房发票遗失,特此声明。

营业执照挂失

张福瑞,不慎将编号为:14010767000931的大原市杏花岭区福瑞压面店的工商营业执照正、副本遗失,特此声明。

税务登记证挂失

山西鼎力建筑劳务有限公司,不慎将编号为:晋税字140108660430321的税务登记证正本遗失,声明作废。

工程师职称证挂失

山西矿山建设股份有限公司,曹云龙,不慎将证书编号为:080031123,身份证号:142225196806121011,评审时间:1995年11月的工程师证书遗失,声明作废。

山西矿山建设股份有限公司,杨阿奎,不慎将证书编号为:080032350,身份证号:142225196912171012,评审时间:2000年12月的工程师证书遗失,声明作废。

准运证挂失

青龙钢厂,不慎将车牌号为:晋AP1664、晋AP1737、晋A63109、晋A63113、晋A63125、晋A74539、晋AB6319、晋A74516、晋H48404、晋AB8621、晋KB5668、晋AB1567、晋A95549、晋AB2487共14辆车的准运证遗失,特此声明。

食药监总局通告2批次婴幼儿配方乳粉不合格

新华社北京电 国家食品药品监督管理总局14日发布消息称,食药监总局5月组织抽检婴幼儿配方乳粉227批次,抽样检验项目合格的样品225批次,不合格样品2批次。

不符合食品安全国家标准、存在食品安全风险的样品1批次,涉及的标称生产企业、产品和不合格指标为:陕西美力源乳业有限公司生产的金装经典婴幼儿配方羊奶粉(1)中菌落总数5次检测结果分别为1500CFU/g、2200CFU/g、4400CFU/g、1300CFU/g、1500CFU/g,不符合食品安全国家标准规定的5次检测结果均小于或等于10000CFU/g且至少3次检测结果小于或等于1000CFU/g的要求。

符合食品安全国家标准但不符合产品包装标签明示值、不存在食品安全风险的样品1批次,涉及的标称生产企业、产品和不合格指标为:吉林省的敦化美丽健乳业有限公司生产的金贵族幼儿配方奶粉(3)中二十二碳六烯酸检出值为0.796mg/100kJ,产品包装标签明示值要求为 ≥ 1.12 mg/100kJ,比产品包装标签明示值要求低0.324mg/100kJ。

黑龙江辰鹰乳业有限公司生产的金婴慧婴儿配方奶粉(1)产品标签营养成分表中硒的单位印刷错误,将单位“ μg ”错误印刷为“mg”。

对上述检出不合格样品的生产企业,食药监总局已通知相关省食品药品监管部门按照《中华人民共和国食品安全法》的规定,责令生产企业及时采取停止销售、召回不合格产品等措施,彻查问题原因,全面整改,并对相关企业依法进行调查处理。

《中国居民膳食指南(2016)》核心推荐(四)

国家卫生和计划生育委员会

膳食指南修订专家委员会总结了最新食物与人群健康关系的科学证据,梳理了我国居民主要营养和健康问题,为改善大众营养、引导食物消费、促进全民健康,《中国居民膳食指南(2016)》中提出了六条核心推荐条目

适量吃鱼、禽、蛋、瘦肉

● 鱼、禽、蛋和瘦肉摄入要适量

● 每周吃鱼280g-525g, 畜禽肉280g-525g, 蛋类280g-350g 平均每天摄入总量120g-200g

● 优先选择鱼和禽

● 吃鸡蛋不弃蛋黄

● 少吃肥肉、烟熏和腌制肉食品



防暑降温小常识

气温升高应注意防暑降温,当气温超过37℃以上,人体的散热主要是通过汗液蒸发,当周围的环境高于人体的正常体温,通风较差、湿度较高就很容易发生中暑。

中暑根据症状的轻重,可分为以下几种:一是先兆中暑:是指在高温环境中一段时间后,出现轻微的头晕、头痛、耳鸣、眼花、口渴、全身无力及行走不稳。二是轻症中暑:指除以上症状外,还发生体温升高,面色潮红,胸闷、皮肤干热,或有面色苍白、恶心、呕吐、大汗、血压下降、脉搏细弱等症状。三是重症中暑:指除以上症状外,常突然昏倒或大汗后抽搐、烦躁不安、口渴、尿少、昏迷等症状。

户外作业、年老体弱、有慢性心血管、肝肾疾病等慢性病患者、产褥期妇女、肥胖者及暑假出游人群都是中暑的偏爱对象,尤要注意防暑降温。此外,甲亢病人因为本身代谢亢进、产热增加,如果不注意防暑降温,也容易发生中暑。长时间工作或强体力劳动,又没有充分的防暑降温措施时,缺乏对高热环境适应能力的人群,体温调节中枢发生障碍,汗腺功能衰竭和水电解质丧失过多,也特别容易发生中暑。