

# 菠菜微量元素物质检测以及费用

产品名称	菠菜微量元素物质检测以及费用
公司名称	江苏广分检测技术有限公司销售部
价格	.00/个
规格参数	食品镉测定:菠菜微量元素物质检测 周期:3-5天 检测范围:全国
公司地址	江苏省昆山市陆家镇星圃路12号智汇新城B区7栋
联系电话	0512-65587132 13906137644

## 产品详情

菠菜，雅一些的叫法是鸚鵡菜，又叫红嘴绿鸚哥，很是生动形象。《本草纲目》中认为，食用菠菜可以“通血脉，开胸膈，下气调中，止渴润燥”。古代阿拉伯人也称它为“蔬菜之王”。

许多人都记得，动画片里大力水手用来补充能量的东西就是菠菜。

菠菜是一年四季都有的蔬菜，菠菜营养极为丰富，因其维生素含量丰富，被誉为“维生素宝库”，糖尿病、高血压、便秘者更宜食用。

### 营养价值：

菠菜茎叶柔软滑嫩、味美色鲜，含有丰富维生素C、胡萝卜素、蛋白质，以及铁、钙、磷等矿物质。除以鲜菜食用外，还可脱水制干和速冻。

### 植物粗纤维

菠菜含有大量的植物粗纤维，具有促进肠道蠕动的的作用，利于排便，且能促进胰腺分泌，帮助消化。对于痔疮、慢性胰腺炎、便秘、肛裂等病症有治疗作用；

### 胡萝卜素

菠菜中所含的胡萝卜素，在人体内转变成维生素A，能维护正常视力和上皮细胞的健康，增加预防传染病的能力，促进儿童生长发育；

### 类胡萝卜素物质

菠菜保护视力主要是缘于其所含的一种类胡萝卜素物质，这种物质可以防止太阳光所引起的视网膜损害。每周吃2~4次菠菜，可降低视网膜退化的危险。菠菜中的蛋白质、核黄素及铁、磷等无机盐含量也较许多蔬菜高，这些成分对眼睛都有保健作用。

## 钙质

菠菜中含有丰富的胡萝卜素、维生素C、钙、磷及一定量的铁、维生素E等有益成分，能供给人体多种营养物质；其所含铁质，对缺铁性贫血有较好的辅助治疗作用；

## 微量元素

菠菜中所含微量元素物质，能促进人体新陈代谢，增进身体健康。大量食用菠菜，可降低中风的危险；

## 类胰岛素物质

菠菜叶中含有一种类胰岛素样物质，其作用与哺乳动物体内的胰岛素非常相似，故糖尿病患者(尤其是2型糖尿病患者)不妨经常吃些菠菜以使体内血糖保持稳定。

## 抗氧化剂

菠菜中含有大量的抗氧化剂，具有抗衰老、促进细胞增殖作用，既能激活大脑功能又可增强青春活力。菠菜对防止大脑老化有一定作用，实验观察证明，多食菠菜有助于减少老年人常见的记忆力减退现象。

## 蛋白质

菠菜的蛋白质量高于其他蔬菜，且含有相当多的叶绿素，尤其含维生素K在叶菜类中高(多含于根部)，能用于鼻出血、肠出血的辅助治疗。菠菜补血之理与其所含丰富的类胡萝卜素、抗坏血酸有关，两者对身体健康和补血都有重要作用。

## 叶酸

菠菜含有一种十分重要的维生素——叶酸，孕妇多吃菠菜有利于胎儿大脑神经的发育，防止畸胎。

## 铁

菠菜含有丰富的铁对缺铁性贫血有改善作用，能令人面色红润，光彩照人，因此被推崇为养颜佳品。

## 维生素B族

丰富的B族维生素含量使其能够防止口角炎、夜盲症等维生素缺乏症的发生。另外菠菜中还含有大量的维生素E和硒元素，具有抗衰老、促进细胞增殖作用，既能激活大脑功能，又可增强青春活力，有助于防止大脑的衰老，防止老年痴呆症。

## 维生素C

菠菜中维生素儿维生素C的含量高干一般蔬菜，常吃可维持眼睛的正常视力，防止夜盲症。

## 酶

菠菜所含的酶对胃和胰腺的分泌功能起良好作用，宜于高血压、糖尿病患者（菠菜根尤适于糖尿病患者）。

## 镁

菠菜中含有镁，如果每日摄入的镁少于280毫克，人就会感到疲乏。镁在人体内的作用是将肌肉中的碳水化合物转化为可利用的能量，所以吃些菠菜具有很好的缓解疲劳的作用，是春季不可多得的防困蔬菜。

## 维生素K

菠菜富含多种维生素，更是维生素K的补充来源之一，维生素K是骨骼强健营养素，不过几乎没人提起，得不到应有的重视。我们都在谈论钙质、镁和维生素D，这些当然很重要，不过较不为人所知的维生素K对于造骨具有关键性作用，能启动骨钙素(Osteocalcin)，把钙分子留在骨头里。

## 功效与作用：

菠菜味甘、性凉，入大肠、胃经；可补血止血，利五脏，通肠胃，调中气，活血脉，止渴润肠，敛阴润燥，滋阴平肝，助消化；主治高血压、头痛、目眩、风火赤眼、糖尿病、便秘、消化不良、跌打损伤、衄血、便血、坏血病、大便涩滞。近来用以治贫血。

## 消食养胃

有助于胃酸的分泌和食物的消化，宜于治疗饮食积滞证。也有助于中和胃酸，缓解胃痛。

## 止血凉血、活血祛瘀

适宜出血性疾病的患者。菠菜还可促进人体气血运行，宜于治疗血瘀证。

## 降糖消渴

有降低血糖的作用，促进糖分分解，具有使过剩糖分转化为热量的作用，改善体内的脂肪平衡。

## 预防便秘

常食菠菜可保持肠内粪便湿润，以利通便。患有习惯性便秘者可常食用菠菜猪血汤。用鲜菠菜500克，洗净切成段；猪血250克，切成小块，和菠菜一起加适量的水煮成汤，调味后于餐中当菜吃，一日至少吃两次，常吃对习惯性便秘十分有效。

## 排毒

菠菜质滑而利，气味偏冷，凡因痈肿毒发、酒瘾成毒者，吃些菠菜入胃清解，可以将热毒从肠胃中排出。

## 清洁皮肤、抗衰老

菠菜提取物具有促进培养细胞增殖的作用，既抗衰老又能增强青春活力。我国民间以菠菜捣烂取汁，每周洗脸数次，连续使用一段时间，可清洁皮肤毛孔，减少皱纹及色素斑，保持皮肤光洁。

## 防治口角发炎

菠菜有生血作用，血虚者可常食菠菜。菠菜中还含较高的天然核黄素(维生素B2)与硫胺，春季气候干燥时经常吃些新鲜菠菜，可以防治此病。

## 食菠菜可以预防眼睛疲劳

菠菜是叶黄素的来源之一，而叶黄素对于预防眼睛衰老导致的“视网膜黄斑变性”十分有效。美国俄亥俄州大学的研究者则表示，深绿色叶菜中的大量叶黄素，对于预防白内障有很大帮助。

同时，绿叶蔬菜还是维生素B2和β-胡萝卜素的好来源。维生素B2充足的时候，眼睛便不容易布满血丝；而β-胡萝卜素，可以在体内转变成维生素A，预防“干眼病”等症。

不过，菠菜的好处还不止于此。它富含钾、钙和镁元素，能帮助眼部肌肉增强弹性，不容易发生近视。

因此，专家建议每周应至少吃两次菠菜。

## 降低心脏病的发病率

菠菜中含的亚硝酸盐能给心脏病突发者“通气”。

菠菜中含有丰富的亚硝酸盐，当患者心脏病发作时，亚硝酸盐就可以转化成一氧化氮气体，帮助拓宽或疏通动脉，进而让更多的氧气到达心脏，防止心脏缺氧而导致恶果。

## 适宜人群：

一般人群均可食用。

## 禁忌人群：

肾炎、肾结石患者、胃肠虚汗、腹泻者忌食。

## 菠菜的检测依据：

GB 2762 食品安全国家标准 食品中污染物限量

GB 2763 食品安全国家标准 食品中农药最大残留限量

GB 5009.11 食品安全国家标准 食品中总砷及无机砷的测定

GB 5009.12 食品安全国家标准 食品中铅的测定

GB 5009.15 食品安全国家标准 食品中镉的测定

GB 5009.17 食品安全国家标准 食品中总汞及有机汞的测定

GB/T 5009.20 食品中有机磷农药残留量的测定

GB 5009.34 食品安全国家标准 食品中二氧化硫的测定

GB/T 5009.102 植物性食品中辛硫磷农药残留量的测定

GB/T 5009.103 植物性食品中甲胺磷和乙酰甲胺磷农药残留量的测定270

GB/T 5009.105 黄瓜中百菌清残留量的测定

GB 5009.123 食品安全国家标准 食品中铬的测定

GB/T 5009.135 植物性食品中灭幼脲残留量的测定

GB/T 5009.144 植物性食品中甲基异柳磷残留量的测定

GB/T 5009.145 植物性食品中有机磷和氨基甲酸酯类农药多种残留的测定

### 菠菜的检测项目：

铅（以Pb计）、镉（以Cd计）、铬（以Cr计）、阿维菌素、敌敌畏、毒死蜱、氟虫腈、甲氨基阿维菌素苯甲酸盐、甲拌磷、甲基异柳磷、甲氰菊酯、克百威、氯氟氰菊酯和高效氯氟氰菊酯、氯氰菊酯和高效氯氰菊酯、灭幼脲、噻虫嗪、霜霉威和霜霉威盐酸盐、水胺硫磷、涕灭威、氧乐果等等。

### 菠菜的检测费用：

一般菠菜检测费用根据您的检测项目来收费的，根据不同的情况检测不同的项目检测费用也不同，正常检测一份菠菜费用在几百几千不等。