

# 沈阳食堂蔬菜配送

产品名称	沈阳食堂蔬菜配送
公司名称	沈阳当日鲜农副产品有限公司
价格	6.00/斤
规格参数	沈阳食堂蔬菜配送:沈阳食堂蔬菜配送 型沈阳食堂蔬菜配送:沈阳食堂蔬菜配送 沈阳食堂蔬菜配送:沈阳食堂蔬菜配送
公司地址	沈阳市浑南新区浑南中路19-7号55门
联系电话	02488615257 13478146888

## 产品详情

蔬菜是健康饮食的重要组成部分，无论你是素食者，还是为了保持体形而不得不吃蔬菜，它都有助于改善你的整体健康，最大限度地发挥减肥功效。为了您的健康，我们上海蔬菜配送为您提供了五种增强免疫力的蔬菜。

- 1.西红柿 尽管理论上西红柿是一种水果，但大多时候它是作为一种蔬菜被食用。西红柿中除了含有防御癌症的番茄红素外，还富含控制血压的维生素a和维生素k。
- 2.西兰花 有效抵抗疾病的蔬菜中，西兰花认了第二，没有敢认第一的。它们是预防直肠癌、肺癌、胃癌的抗氧化剂库。西兰花中还含有丰富的叶酸、维生素c和  $\beta$ -胡萝卜素，有助于增强免疫力，对抗感冒和流感。
- 3.孢子甘蓝 这些小蔬菜可以为孕妇提供丰富的b族维生素和叶酸，此外，omega-3脂肪酸、钾、膳食纤维、维生素c和维生素k的含量也相当丰富。
- 4.胡萝卜 胡萝卜对眼睛、头发和皮肤都有滋养效果。它们是胡萝卜素的最好来源，可以改善夜间视力，胡萝卜中含有丰富的维生素c和维生素a，有助于调节血糖水平，对心脏也有好处。
- 5.芦笋 芦笋也是孕妇首选食品之一，其中的膳食纤维、叶酸和维生素b6，有助于最大限度地维持心脏健康。钠和钾含量高，也是大肠健康的保证。

沈阳蔬菜配送<http://www.024scps.com>