

营养礼盒——衡养七谷营养餐

产品名称	营养礼盒——衡养七谷营养餐
公司名称	天津鸿滨伟业食品有限公司
价格	.00/个
规格参数	品牌:瑰谷 商品条形码:6944518102686 产品标准号:Q/12DJSP0026
公司地址	中国 天津市 东丽区南于堡工业区瑰谷道3号
联系电话	86 022 26795688/86825148 13920479547

产品详情

品牌	瑰谷	商品条形码	6944518102686
产品标准号	Q/12DJSP0026	规格	960g*12
净重	960g	保质期	360
生产厂家	天津鸿滨伟业食品有限公	原产地	天津
	司		

衡养七谷营养餐

最近几年，中国居民的膳食平衡状况显著改善，营养不良率和营养缺乏率继续降低。但根据营养学界最近的一项调查发现，中国居民对膳食平衡的理解并不全面，参照中国营养学会推出的《中国居民膳食指南》中的膳食宝塔，大家纷纷意识到要均衡摄入各种营养，但却忽略了膳食宝塔每层的食物也要配合食用，对于位于塔基的谷物类食物，往往就是食用两三种。

针对这种情况，营养学界提出了七谷衡养的理念，引领了膳食平衡的新风暴。

七种谷物，均衡食用

七谷衡养是最近营养学家推出的健康饮食新理念，七谷包括:大米、小麦、大豆、玉米、燕麦、薏仁、荞麦，我们日常的主食应该是这七种谷物搭配食用，这样才能比较全面地吸收到各种营养元素。

在营养学家推荐的这七种谷物里，不乏被我们长期忽略的营养丰富的谷物，比如说燕麦，它的磷、铁、钙等矿物质的含量在所有粮食作物中居首位，维生素含量则远远高于大米、小麦，可溶性纤维素含量达到了6%，是大米和小麦的7倍。另外，燕麦中还有其他谷物所缺乏的皂苷。这些营养物质使它具有通便、防肠道肿瘤、改善睡眠的功能。通过实验还证明，吃燕麦可以调节血糖。每餐食用燕麦片100克，对控制餐后血糖急剧上升、预防糖尿病非常有好处。

含有众多营养元素、对身体健康如此有益的燕麦自然获得了大家的青睐。同时，含有七谷衡养配方的麦片也受到消费者的追捧，早晚一杯麦片成了各个年龄层的消费者热衷的事情。麦片市场也为消费者提供了众多选择，比如衡养七谷营养餐麦片就针对不同的人群推出了不同的产品，有很受上班族欢迎的即食免煮燕麦片系列，也有适合中老年人的中老年营养麦片和核桃营养麦片，食用方便，简简单单就能补充身体所需的各种营养。七谷衡养，平衡膳食在中国营养学会推出的《中国居民膳食指南》中，用宝塔的形式将五大类食物合理搭配，构成符合中国居民营养需要的平衡膳食模式。“膳食宝塔”利用各层位置和面积的不同，反映了各类食物在膳食中的地位和应占的比重。其中谷物位于最底层，它们是膳食中能量的主要来源。最新的《中国居民膳食指南》(2007)也向大家推荐:每天最好能吃谷物类食物300g~500g。

谷物是膳食平衡的基础，只有吃好了谷物，才能做到膳食平衡。七谷衡养饮食理念包括了七种营养丰富的谷物，能够满足人体对谷物营养的需求。营养学家推荐大家的食用方法是七种谷物经常变换花样，早中晚变，隔天换。食品领域的专家也纷纷意识到了七谷衡养的好处，推出了以此为主题的食品。衡养七谷营养餐麦片就首先为消费者推出了七谷配方的麦片，受到了消费者的好评和青睐。衡养七谷营养餐采用7种谷物为基础，全面提取了大米、小麦、燕麦、玉米、荞麦、薏仁、大豆中的营养精华，这是即溶营养麦片史上配方的突破，打破了麦片只有2~3种谷物配方的传统！

七谷衡养，平衡生活

七谷衡养的饮食理念追求得是一种平衡的养生之道，首先是摄取谷类食物的平衡，再次是各种食物包括谷物、蔬菜水果、肉类蛋白质的均衡食用，做到膳食平衡。这种平衡的养生之道越来越受到人们的追捧，甚至有很多时尚人士都将其作为生活理念。

对于大多数人来说，一杯营养的衡养七谷营养餐+燕麦饼干的确是不错的选择，营养学家也非常认可这样的早餐:营养丰富，吃起来清淡对肠胃好，而且营养元素容易被人体吸收，能满足人体对早餐应该摄入能量的需求。衡养七谷营养餐加饼干的搭配还可以作两餐之间的补充食物，及时方便地补充能量。