

来思尔核桃乳天猫店

产品名称	来思尔核桃乳天猫店
公司名称	云南皇氏来思尔乳业有限公司
价格	.00/件
规格参数	品牌:来思尔
公司地址	云南省大理州大理市大理镇食品工业园区
联系电话	4008977727 18987244511

产品详情

牛奶越浓越好？日常喝牛奶避免几个误区

云南皇氏来思尔乳业有限公司是皇氏集团上市公司(股票代码002329)控股的乳业公司。公司位于云南大理苍山下，洱海边，山水风光，景色怡人。天然的高山牧场，优质奶源，孕育出了皇氏来思尔公司这一独具特色的西南乳业企业。

公司有国内为数不多的酸奶菌株库，几十年来通过采集、分离，保存有几百株益生菌种，其中利用特色菌株开发的产品风味独特，功效明显，其独特性无法仿制，产品得到业内专家和消费者高度认可。

牛奶不能和什么一起喝呢？牛奶的营养价值丰富，有些人在喝牛奶时由于不喜欢牛奶的味道或其他原因，会习惯往牛奶里添加其他东西，这样做是否正确呢？今天，我就来告诉你哪些食物是不能和牛奶一起喝的，快来看看吧。

牛奶越浓越好？有人认为，牛奶越浓，身体得到的营养就越多，这是不科学的。所谓过浓牛奶，是指在牛奶中多加奶粉少加水，使牛奶的浓度超出正常的比例标准。也有人惟恐新鲜牛奶太淡，便在其中加奶粉。而如果是婴幼儿常吃过硬牛奶，会引起腹泻、便秘、食欲不振，甚至拒食，还会引起急性出血性小肠炎。这是因为婴幼儿脏器娇嫩，受不起过重的负担与压力。

1、牛奶和巧克力。

有人以为，既然牛奶属高蛋白食品，巧克力又是能源食品，二者同时吃一定大有益处。事实并非如此。液体的牛奶加上巧克力会使牛奶中的钙与巧克力中的草酸产生化学反应，生成“草酸钙”。于是，本来

具有营养价值的钙，变成了对人体有害的物质，从而导致缺钙、腹泻、少年儿童发育推迟、毛发干枯、易骨折以及增加尿路结石的发病率等。

2、牛奶和鸡蛋。

专家指出，牛奶加鸡蛋的早餐并不科学，蛋白质难以提供能量。现在有超过9%的孩子早上只吃牛奶加鸡蛋，粮食长期在早餐中缺位。大多数的家长们以为这样的早餐就是与国际接轨，殊不知这是非常错误的观念。牛奶鸡蛋是好东西，但是用错了地方。经过一夜十多个小时的能量消耗，早晨的人体急需靠含有丰富碳水化合物的早餐来重新补充能量，而牛奶和鸡蛋不能提供足够的能量。

3、牛奶和米汤、稀饭。

有人认为，这样做可以使营养互补。其实这种做法很不科学。牛奶中含有维生素A，而米汤和稀饭主要以淀粉为主，它们中含有脂肪氧化酶，会破坏维生素A。孩子特别是婴幼儿，如果摄取维生素A不足，会使婴幼儿发育迟缓，体弱多病。所以，即便是为了补充营养，也要将两者分开食用。

4、牛奶和橘汁或柠檬汁。

有些人建议在牛奶中加点橘汁或柠檬汁，这看上去是个好办法，但实际上，橘汁和柠檬均属于高果酸果品，而果酸遇到牛奶中的蛋白质，就会使蛋白质变性，从而降低蛋白质的营养价值。

5、牛奶和药。

也有人认为，用有营养的东西送服药物肯定有好处，其实这是极端错误的。牛奶能够明显地影响人体对药物的吸收速度，使血液中药物的浓度较相同的时间内非牛奶服药者明显偏低。用牛奶服药还容易使药物表面形成覆盖膜，使牛奶中的钙与镁等矿物质离子与药物发生化学反应，生成非水溶性物质，这不仅降低了药效，还可能对身体造成危害。所以，在服药前后各1、2小时内最好不要喝牛奶。

若想了解更多乳制品的详细信息，可搜索“云南皇氏来思尔乳业有限公司”进行查看了解！

联系人：李经理

联系手机：18987244511

联系电话：4008977727

联系QQ：190602253

公司网址：<http://www.ynlesson.com/>

网上商城：<http://www.lessonmilk.com/>

地址：云南省大理州大理市大理镇食品工业园区

昆明市人民东路289号集大广场2410室