

特色干果零食加盟 乌鲁木齐特色零食加盟 袋鼠屋食品公司

产品名称	特色干果零食加盟 乌鲁木齐特色零食加盟 袋鼠屋食品公司
公司名称	河南袋鼠屋食品有限公司
价格	面议
规格参数	
公司地址	河南省郑州市巩义市杜甫路街道万洋国际商贸城 3号楼210-214号
联系电话	15303837999

产品详情

特色零食加盟

吃零食，释放压力

心理学研究表明，人类或动物都有一种本能的“皮”饥饿，需要定期不断地抚摸皮肤以满足其需要，这种抚摸包括自我接触和他人抚摸。婴儿时期，如果缺乏父母的抚摸、拥抱和亲吻，尤其是母亲的亲密行为，会导致儿童成年后的社会适应不良等身心障碍。当一个人处于极度紧张、忧郁和痛苦时，会不自觉地通过自我抚摸来缓解紧张，减轻jiao虑，消除内心冲突，保持心理平衡。

心理学家认为：从性质上讲。吃零食行为与自我抚摸行为的机制也是相同的。吃零食的目的并不仅仅在于满足肚子饥饿的需要，而在于，对紧张情绪的缓解和内心冲突的消除。当食物与嘴部皮肤接触时，它能够通过皮肤神经将感觉信息传递到大脑zhong枢而产生一种慰藉。使人通过与外界物体的接触而消除内心的孤独；

当嘴部接触食物并做咀嚼和吞咽运动的时候，特色香辣零食加盟店，使人对紧张和jiao虑的注意中心转移，在大脑的摄食zhong枢产生另外一个兴奋灶，从而使紧张兴奋区得到抑制，最终使身心得以放松。此外，特色干果零食加盟，当夫妻、朋友和同事相聚时，吃点零食作为“伴奏”，也有助于润滑人际关系、融洽感情及和谐气氛。特色零食加盟

特色零食加盟

合理安排吃零食的时间

两餐之间，上午九点钟和下午三四点钟，离正餐时间已有2个多小时。由于儿童代谢较成人快，此时，乌鲁木齐特色零食加盟，他们可能会出现轻微的饥饿感。如果能够让他们适量地吃些零食，就会起到防止饥饿和增加营养的作用，也不会出现影响正餐进食的情况。

要选择有营养的食品

要选择富有营养的食品作为零食，如牛奶、酸奶、水果、蛋糕、肉松、牛肉干等。各种薯片、话梅干、果冻等食品营养价值比较低，不宜长期作儿童的零食。特色零食加盟

葵花子：可以养颜。葵花子含有蛋白质、脂肪、多种维生素和矿物质，其中亚油酸的含量尤为丰富。亚油酸有助于保持皮肤细嫩，防止皮肤干燥和生成se斑。

花生：能防pi肤病。花生中富含的维生素B2，正是中国居民平日膳食中较为缺乏的维生素之一。因此有意多吃些花生，不仅能补充日

常膳食中维生素B2之不足，而且有助于防治chun裂、眼睛发红发痒、脂溢性皮炎等多种疾病。特色零食加盟

特色干果零食加盟-乌鲁木齐特色零食加盟-袋鼠屋食品公司由河南袋鼠屋食品有限公司提供。河南袋鼠屋食品有限公司（www.tz1288.com）是从事“销售：散装食品、预包装食品、蔬菜、水果、花卉等”的企业，公司秉承“诚信经营，用心服务”的理念，为您提供优质的产品和服务。欢迎来电咨询！联系人：张经理。