

吴中食堂 食堂外包 百膳香快餐

产品名称	吴中食堂 食堂外包 百膳香快餐
公司名称	苏州百膳香快餐配送有限公司
价格	面议
规格参数	
公司地址	江苏省苏州市相城区相城经济开发区澄波路333号
联系电话	13776107153 13776107153

产品详情

苏州百膳香快餐配送有限公司是一家经工商、卫生、税务等相关部门审批成立的专业A级餐饮服务型企业，长期致力于工厂、企业、学校、医院等企事业单位职工膳食托管、外送、食堂承包、厨房设计等后勤服务工作。

非常不起眼的六大长寿食物！

粥护胃补元气。粥在熬煮过程中，已将食物中的有效成份释放溶解在汤水中，因此很容易被消化吸收，适合胃口不好、身体虚弱的人。粥的食疗功效千变万化，葱白粥有杀菌效果、芹菜粥可以让大小便顺畅，在滚烫粥里撒上青葱，能预防感冒.....此外，粥还可以协助药物达到更好的疗效，例如杏仁、茯苓等药材，必须与粥一起食用，才能让药效持续，达到更好的效果。怎么吃最健康：热粥好，配合肉汤、菜汤或蔬菜熬煮成粥更好，可以让食物营养精华一次被吸收。

苏州百膳香快餐配送有限公司是一家经工商、卫生、税务等相关部门审批成立的专业A级餐饮服务型企业，长期致力于工厂、企业、学校、医院等企事业单位职工膳食托管、外送、食堂承包、厨房设计等后勤服务工作。

食堂承包专业解析美女吃不胖的八大饮食知识

只在该吃饭的时享用美味

当你面对美食时，先问问你自己是否真的饿了。如果不饿，去做些你感兴趣的事情分散一下食品对

你的诱惑力。如果真觉得饿了，才可以大快朵颐。不过，餐前先吃一点低热量食品，如苹果、黄瓜，员工食堂外包，对抑制食欲会大有益处。

吃个“水亮”早餐

对减肥者来说，一天最重要的关键在于“早餐”，研究表明，早餐吃得健康、吃得满意的人比那些根本不吃早餐的人瘦。那是因为早餐帮助促进你的新陈代谢，这样你这一天会燃烧更多的热量，早餐不能省。而适度的蛋白质，吴中食堂，如瘦肉、鸡蛋，会帮助你瘦得“水水亮亮”，如果你觉得早晨吃东西会令你觉得不大舒服，那你可以只吃些水果。

苏州百膳香快餐配送有限公司是一家经工商、卫生、税务等相关部门审批成立的专业A级餐饮服务型企业，长期致力于工厂、企业、学校、医院等企事业单位职工膳食托管、外送、食堂承包、厨房设计等后勤服务工作。

各式快餐的做法

洋葱西芹炒牛肉：牛肉先用生粉和酱油腌一下，然后热油放豆瓣下锅炒，牛肉炒熟以后，再放洋葱和西芹。

拍黄瓜：黄瓜切成小段，食堂外包，然后用刀背轻轻的拍了拍，然后加盐腌一会，把腌出的水倒掉，食堂承包，加陈醋和大蒜拌匀。

胡萝卜鸡蛋饭：胡萝卜切成丁，在开水里加点盐煮熟，然后沥干水放在米饭上。鸡蛋是加了点盐和清水调匀之后，煎的。

吴中食堂-食堂外包-百膳香快餐(推荐商家)由苏州百膳香快餐配送有限公司提供。苏州百膳香快餐配送有限公司(www.szbsxkc.com)是从事“集体配送,餐饮管理服务,企事业单位食堂内包含管理服务”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：王总。