

馒头别买太暄腾的

□据《生命时报》

馒头是老百姓餐桌上最常见的主食,但据广东省卫生厅通报,2月初该省在食品有害金属检查中发现,馒头中的铝超标严重,引起了不少人的担心。

“馒头中含有铝元素,可能是过量加入了含铝的膨松剂导致的。”中国农业大学食品学院教授姜微波

表示,膨松剂即酸性磷酸铝钠,常用于制作面粉、裹粉、煎炸粉及油炸、焙烤食品,能让食物松软可口,在国家规定的剂量下适量使用是无害的。但是如果添加量太大,就会造成铝元素超标。此外,除膨松剂过量外,馒头铝含量超标还可能是因为添加了非法“膨松剂”——硫酸铝钾(钾明矾)或硫酸铝铵(铵明矾)。

中国农业大学食品学院营养与食品安全系主任何计国表示,与蒸馒头常用的酵母发酵法相比,用膨松剂做馒头可使加工过程更加简单。此外,使用膨松剂可使馒头吃起来更加松软可口,而且显得更白。

何计国表示,如果馒头中的膨松剂过量,人体摄入的铝过多,会伤害人体的中枢神经,导致老年痴

呆的发生。另外,有试验表明,过量的铝元素还会导致心脑血管疾病的发生。

专家提醒消费者,添加了膨松剂的馒头从外观和手感上是能辨别出来的。如果馒头的个头特别大,颜色特别白,摸起来很松软、暄腾,吃上去松软得像面包,那就是添加了膨松剂,千万不要购买。

出门看天



今日天气 全区晴天间多云,西南风 2级~3级,3℃~22℃。

历史上的今天 1985年的今天,市区最低气温为-3.9℃,是历史上当天的最低值。

晨练指数 1级,早晨的天气条件有利于外出晨练。

气象与健康 春天最适合做的运动是伸展运动。年轻人最好做瑜伽,老人可以练练气功,唤醒身体。

12日 全区晴天间多云。

13日 全区晴天间多云。

特别提醒 移动、联通用户拨打12121气象信息电话,可随时了解天气变化,掌握最新气象动态;未来3天天气预报请拨1,一周天气预报请拨2,还有更多精彩信息等着您。(洛阳市气象台)



失主看过来

9日上午,胡女士在中州路与解放路交叉口附近捡到部黎的医保卡和一张洛阳银行的借记卡,请失主拨打电话 63302667 联系认领。

9日下午,宁先生在九都路与解放路交叉口附近捡到一个蓝底白字的车牌,号码是豫C06583,请失主拨打电话 13838809475 联系认领。

近日,颜女士在中铁十五局加油站捡到一个蓝色女款推拉包,包内有崔站辉的解除终止劳动合同书、两个吹风机、一些照片和衣服,请失主拨打电话 15038669852 联系认领。



捡到请举手

9日下午,王子轩在新建小学附近丢失一张学生月票卡,卡外有个用毛线做的卡包,卡包内还有两张月票卡交费单和1张学费单,请捡到者拨打电话 13608651707 联系失主。

10日上午,4个女孩打车从行署路和涧东路交叉口到通元花园,下车时将一个带有心形图案的黑色塑料袋忘在车上,里面有一个粉色化妆包,包内有张云倩的身份证(山东省滨州市)、农行卡、雅芳化妆品等物,请捡到者拨打电话 63303502 或 18739085429 联系失主。

10日下午,杨先生打车从关林到九都路汽配市场时不慎将杨义的驾驶证、驾驶员从业资格证和一张中石油的加油卡遗落在车上,请捡到者拨打电话 13703885553 联系失主。

(文玉 整理)

空气质量 (10日)	
污染指数	49
空气质量状况	优
首要污染物	-

福彩“双色球” 幸运大抽奖

部分以前没中奖的彩票,还有机会让您获得千元奖金

□常娜

本报讯 福彩“双色球”一直是彩民最喜爱的彩票之一,在我市上市以来为彩市增添了不少喜庆。为感谢我市广大彩民对“双色球”的支持和厚爱,市福彩中心定于即日起至4月15日,开展“福彩‘双色球’幸运抽奖得现金”活动。

活动期间,凡在洛阳市属福彩投注站购买的2010028期~

2010042期“双色球”彩票,单张投注金额在50元以上(含50元)且未中奖的,均可参与抽奖。彩民将符合条件的彩票粘贴在抽奖卡背面,并在抽奖卡正面填写姓名、身份证号、联系电话等个人信息,交由投注站。经市福彩管理中心工作人员检查合格后,抽奖卡将被装入信封参加抽奖。

届时,在公证员的公证下,市福彩管理中心将通过公开抽奖的

方式,最终抽出20名幸运者,每人将获得市福彩管理中心奖励的1000元现金。活动详情请各位彩民到各福彩投注站进行了解。

洛阳彩事
洛阳福彩管理中心协办
统筹:陈小伟 13503889959

两女生“合作”中大奖

□常娜

本报讯 笔者从市福彩管理中心获悉,6日,在上海市场步行街“刮刮乐”销售小卖场,两名19岁的女生以4元钱投入中得“勇

士闯关”大奖5万元。来兑奖的女孩子高兴地表示,自己来自商丘,在老家时曾偶尔见到父亲买彩票,没想到自己的“购彩生涯”刚起步,就中了这么大的奖。

她说,她十分感谢“合伙人”的支持,要不然她也不会在这第一张没有中奖的情况下再到一张彩票,大奖自然也就无从谈起。她说,虽然奖金平分后每人“只”得到2万多元,但她的心中仍然充满喜悦。

洛阳航班进出港信息									
洛阳飞往					飞往洛阳				
目的地	航班号	星期	起飞时间	到达时间	起飞时间	到达时间	单程公布票价	机建燃油费	
北京	MU5696/5	每日	10:30	11:55	12:50	14:20	860	70	
上海	MU5390/89	每日	15:10	16:40	19:10	20:50			
广州	CZ3364/3	一三五	11:10	13:35	07:50	09:45	890	100	
深圳	CZ3358/7	二四六	22:20	00:30	08:15	10:35	1410	60	
杭州	G52711/7	二四六	13:00	14:30	19:30	21:30	1330	100	
重庆	G52696/5	二四六	22:55	00:30	15:10	16:40	270-910	60	
成都	G52711/2	二四六	18:00	20:30	11:15	12:30	290-960	60	
拉萨	G52711/2	二四六	18:00	成都中转	21:05	22:30	430-850	60	
九寨	G52711/2	二四六	18:00	成都中转	成都过夜中转提前购票		1400	160	
林芝	G52711/2	二四六	18:00	成都中转	成都过夜中转提前购票		1200	130	
西昌	G52696/5	二四六	22:55	重庆中转	成都过夜中转提前购票		1600	160	
					重庆过夜中转免费住宿		770	90	

洛阳中转国际部分航班时刻表									
洛阳北京或上海飞往					洛阳北京或上海飞往				
目的地	起飞时间	到达时间	单程票价(元)	往返票价(元)	目的地	起飞时间	到达时间	单程票价(元)	往返票价(元)
东 京	15:10	12:50	1840	2700	墨 尔 本	15:10	12:07:00	3500	4000
名 古 屋	15:10	12:50	1840	2920	悉 尼	15:10	12:09:30	3500	4000
冈 山	15:10	12:40	1940	3300	温 哥 华	15:10	12:10:30	3630	5750
大 阪	15:10	12:00	1840	2700	法 兰 克 福	15:10	12:05:40	3520	5080
首 尔	15:10	11:55	1280	2200	洛 杉 矶	15:10	12:11:30	4100	6500
吉 隆 坡	15:10	12:30	2420	3400	纽 约	15:10	12:20:45	4200	6620
新 加 坡	15:10	12:05:00	2750	3980	巴 黎	15:10	12:06:20	3080	5080

四种方法可解“春困”

□据《健康报》

俗话说,“春困秋乏夏打盹”。春困虽不属于病态,但疲惫的精神状态给工作和生活都会带来不利的影响。不过,有4种方法对预防和减轻“春困”有一定效果。

饮食结构合理调配。春季尤其是早春时节天气寒冷,可以食用豆类、黄豆、芝麻、花生、核桃等高热量食物,及时补充能量。从“春夏养阳”的角度出发,要少吃黄瓜、绿豆芽等寒性食品,多吃葱、姜、蒜、韭菜等温性食品,以祛阴散寒。另外,可多吃鸡肉、动物肝脏、

鱼类、瘦肉、蛋黄、牛奶、豆浆等高蛋白食物,还要摄取足够的维生素。多到户外走走。走出室外举目眺望,用良好的视觉刺激消除“春困”。

听听音乐。困倦时,可以选听一些能振奋人心、富有韵味的音乐,也可随着节拍唱唱跳跳。

合理运动。有困意时,活动活动肢体,可舒筋活血,通利关节,使大脑兴奋起来。除瑜伽、普拉提、太极拳外,可以选择徒步快走,每周3次,每次30分钟,步频控制在每分钟60步~80步,起到伸展关节、放松肌肉的作用。

洛网
WWW.LYD.COM.CN
——洛阳人的网上家园
点击生活 服务无限
地址: 洛阳新区开元大道报业大厦22层 广告热线: 0379-65233618

你中了吗
玩游戏 中大奖
请到 中福在线 销售厅
玻璃厂南路洛神大酒店对面
西苑路牡丹公园西门斜对面
南昌路南头顺城街门面房

“中原风采”福彩22选5开奖公告		
第2010062期中奖号码		
02 03 10 12 16		
中奖情况		
奖等	中奖注数	每注金额
头等奖	6注	28125元
二等奖	707注	50元
好运二	388注	28元
好运三	425注	186元
好运四	11注	2922元

福彩3D游戏河南省开奖公告		
第2010062期中奖号码		
5 1 3		
中奖情况		
奖等	中奖注数	每注金额
单选	2185注	1000元
组选三	0注	0元
组选六	1385注	160元

福彩“七乐彩”开奖公告			
第2010027期中奖号码			
基本号码		特别号码	
01 04 09 15 16 28 29		25	
中奖情况			
奖等	全国中奖注数	河南中奖注数	每注金额
一等奖	0注	0注	0元
二等奖	8注	0注	40095元
三等奖	351注	13注	1827元

体彩“排列3、排列5”第10062期开奖公告			
玩法	中奖号码	全国中奖注数	单注奖金
排列3	146	直选	12113注 1000元
		组选3	0注 0元
		组选6	19893注 160元
排列5	14665	15注	10万元

体彩超级大乐透开奖公告		
第10027期中奖号码		
05 23 26 32 34 02 09		
奖等	全国中奖注数	每注金额
一等奖	5注	500万元
二等奖	41注	12000元
三等奖	71注	6000元
四等奖	821注	3000元