



激情圣诞 重金华彩

雪花晶莹,银铃叮当,醇酒飘香,歌声悠扬。圣诞节,一个充满欢乐和感恩的节日,济南的一些五星级大酒店纷纷推出了盛大奢华的各类圣诞 PARTY。圣诞大餐的单人票价从几百元到上千元都有,不同的环境,不同的享受,不同的座位,不同的内容,很具体地体现在不同的圣诞大餐的票价上。

记者在采访中了解到,山东大厦金色大厅平安夜激情晚宴,每位净价 2680 元/2380 元;其中该大厦花园咖啡厅,豪华平安夜自助晚宴每位净价 980 元。刚刚更名的山东政协大厦维景大酒店二楼宴会厅豪华平安夜自助晚宴价格分别是 688 元/888 元/1288 元/位。

新近崛起的济南东部新客行喜来登酒店,其“喜来登之夜”主题圣诞平安夜,每位价格人民币 1688 元/1888 元/1999 元。而对于当晚该酒店的盛宴西餐厅来说,是另一个不眠的夜晚,价格每位人民币 398 元。一楼“雅”日本餐厅,每位价格人民币 298 元起。

相对于动辄上千元的豪华圣诞大餐来讲,山东新闻大厦推出 198 元/每位的圣诞自助大餐倒成了价格低的了,但也有鲜嫩多汁的上等香煎牛扒、法国鹅肝及各种新鲜当季海鲜供您品尝。翰林大酒店平安夜鹿鸣阁自助大餐入场券 568 元/人,可品尝中西合璧美食大餐,有大型文艺汇演,抽取惊喜大奖。

饕餮盛宴 惊喜连连

采访中记者得知,今年五星级酒店主打路线是奢华:容纳了明星、魔术等表演的圣诞演出;上等香煎牛扒、法国鹅肝及各种新鲜当季海鲜、龙虾、鱼翅等菜肴,还有最富圣诞特色的烤火鸡、烤全羊及深海大鱼;现场抽奖活动的奖品有欧洲双人游、家电产品、豪华客房、钻石手镯等。

山东大厦金色大厅平安夜激情晚宴,伴随着百余种各地美食,无限量提供红酒、软饮和啤酒,专业艺员的现场激情演出,丰厚的奖品等您来赢取,满价购票还可得到不同档次的套房 1 间夜或单人间 2 间夜。花园咖啡厅平安夜自助晚宴,满价购票可得到花园咖啡厅正套餐券 2 张。

山东政协大厦维景大酒店二楼宴会厅,豪华平安夜自助晚宴伴有盛大的文艺演出,为您

的感官带来双重享受!更有精彩游戏以及抽奖活动邀您参加。特等奖是欧洲六国双飞十日游;一等奖是海尔三门立式冰箱;二等奖是阿米尼电动自行车;更有意想不到的惊喜大奖等您揭开神秘的面纱!

“喜来登之夜”主题圣诞平安夜,现场有著名艺人正宵精彩出演,共度圣诞良辰美景。幸运抽奖超级大奖为钻石手镯,另外还有超过 50% 的中奖机会,赢得包括豪华酒店入住及其它诱人奖品。

索菲特大酒店将隆重推出梦幻主题圣诞狂欢派对“魔幻之光”,装饰一新的红色比萨高意大利餐厅特别奉献原汁原味的传统圣诞大餐,位于酒店 49 层的银顶旋转餐厅将展示一个绚丽的圣诞氛围。大厨们精心准备的“欢乐节日大餐”将带给您超值享受,在传统圣诞餐桌上,烤火鸡将是圣诞大餐的例牌主菜。酒店还将特别邀请来自台湾的“情歌传唱天后”李



翊君,在平安夜为泉城的广大歌迷带来《风中的承诺》、《萍聚》、《雨蝶》等经典情歌。

山东新闻大厦的圣诞自助大餐,还有最富圣诞特色的烤火鸡,烤全羊及深海大鱼让您享用;而可爱的姜饼屋,美味的摩卡森林蛋糕,造型生动的树根蛋糕,香甜的缙豆慕斯等精制甜点更是孩子们的最爱。另外平安夜每位前来就餐的客人均可获赠高汤鲍鱼及木瓜虾仁一份,更可参加幸运抽奖活动。

雨荷人家大酒店

招牌菜:带皮肉焖大鱼、雨荷香骨鸭、皇朝汗蒸鸡、齐鲁第一肘
免费订餐电话:400-616-2009
地址:少年路 23 号(大明湖西邻)

星级圣诞 奢华晚宴

□李伟

再有两周就是圣诞平安夜,各家酒店圣诞大餐预定开始红火。虽说圣诞节是个舶来品,但却丝毫不影响人们对这个节日的喜爱,星级酒店奢华的圣诞大餐伴着丰厚的奖品刺激着高端消费的时尚人群。



养乐多健康小课堂之—— 冬天也要养一肚子“好菌”

冬季肠道麻烦多

进入冬季,天气干燥寒冷,室内外温差大,人又缺乏运动,容易抵抗力下降。而对于广大的上班族来说,年末工作繁忙,压力大,应酬又多,更难免在饮食上摄入过多高蛋白、高脂肪、低膳食纤维的食物,从而为有害菌在肠内繁殖搭建了温床,进而导致肠内菌群失调,带来不少健康问题。

健康专家提醒,天气转凉后,人的抵御力下降,再加上胃肠道负担过重,所以出现腹泻、便秘等肠道不适症状的人明显增多。因此,大家应特别注意天气变化和饮食,莫让肠道麻烦“钻了空子”!

养一肚子“好菌”

其实从我们出生的那天起,肠道就成为了细菌的乐园,其中有好菌、坏菌,还有中性菌,总数约有 100 兆之多。在大肠里,每分钟死亡和再生的细菌多达 200 万~500 万,而在小肠中,这个数字还要高上 10 倍。正是这些细菌彼此间的平衡决定了肠道的健康与否。当天气、饮食,甚至心情压力

等原因影响到肠内平衡,使坏菌增多时,我们不妨有意识地去增强肠内好菌的势力,重新恢复肠内的平衡状态。毫不夸张地说,养一肚子“好菌”,培养肠道自己的“特种部队”,就能有效减弱那些坏菌和有害物质对肠道健康的破坏。

挑对“好菌”有绝招

众所周知,乳酸菌是我们肠内首当其冲的好菌代表。但市面上各种所谓含乳酸菌的产品都一样有效吗?其实不然,只有那些拥有“益生菌资格”的乳酸菌才能真正对肠道健康起到作用。但要成为益生菌通常须经过菌株来源、安全性、有效性等综合指标来衡量,可谓条件苛刻,其中菌株的活性则是首要条件。

如果你面对琳琅满目的产品还是一头雾水,请记住以下窍门:首先挑选包装上标注了“活性”“乳酸菌”字样的产品,这样才

能保证买到的“好菌”能活着到达我们的肠道。二是要选择每毫升乳酸菌含量在 100 万以上的,并保证每天几十亿的摄入量。对了,还千万要警惕那些“乳酸”饮料,虽然仅一字之差,但里面根本没有用到乳酸菌,更别提活菌,所以作用可差远了!

最后再提醒大家一句:乳酸菌的活性在低温下才能得到很好的保证,保质期一般在 1 个月左右。所以可以直接到超市的冷藏柜中选购,还有别忘了仔细阅读产品的标签,比如配料表、名称标识等,这样才能挑到肠道中意的“好菌”哦!



蜂产品行业危机凸显国人消费观念成熟

近日,笔者走访了北京几家大型超市发现在蜂蜜专柜有不少消费者驻足选购。超市销售人员介绍危机之后,低价格、小品牌的蜂蜜产品销量相对下降明显,但诸如颐园等知名品牌销售情况并未发生太大变化,由此可以看出消费者对大品牌还是非常信赖的。

笔者随后电话采访了北京颐园董事长陈红军,他表示,本次“掺假事件”的确对蜂产品行业造成了较大冲击,但颐园品牌长期积累的口碑发挥了作用,

因此销售未受影响。虽然受农副产品价格高涨以及蜂蜜减产的影响,但颐园坚决不会通过掺假来降低成本。

在谈到“掺假事件”对行业的影响时,陈红军表示,这次危机对于蜂产品行业来说,是一次行业环境净化的契机,加大行业监管,适时淘汰一些不良企业,对维护行业稳定,促进行业健康发展有很好的促进作用。陈红军的观点是,“食品企业坚守道德准则胜过一百个创新,要做就做老百姓信赖的品牌。”

“健康平衡的智慧——劲酒健康大讲坛”泉城开讲

11月28日,由《齐鲁周刊》主办,劲牌有限公司协办的“健康平衡的智慧——劲酒健康大讲坛”在泉城济南正式开坛宣讲。《齐鲁周刊》副社长董振、山东省企业家俱乐部秘书长刘伟长、劲牌有限公司劲酒品牌总监徐杨和近百名济南市民共聚一堂,与国内著名国学专家何逸舟教授共同探求“健康平衡”的智慧。在讲坛活动举办同时,劲酒也于济南启动面向全国的“中国地区规避饮酒风险能力”该活动将为我

国各界准确了解和预防国民饮酒现状及危害,提供数据支持。

讲坛活动启动的“中国人饮酒健康指数”调研,由劲牌公司与国际权威机构美国内布拉斯加大学酒精过量预防中心、新生代市场监测机构共同举行。据悉,此次调研结果将为研究控制与预防国民饮酒危害提供数据支持,用以增强中国地区规避饮酒风险能力,促进健康饮酒理念的传播,为推动全国的饮酒健康工作开展提供详细的客观依据。

Advertisement for RBC Coffee West Restaurant (英倫·皇家咖啡西餐廳) featuring Christmas dinner packages. Packages include: 单人份 128元, 双人份 228元, 三人份 328元, 家庭套餐 498元. Includes text like '提前预定 好礼相送', 'MERRY CHRISTMAS 圣诞快乐', and '实力成就卓越 休闲创造价值'. Address: 济南市济大路7号 (省财政厅西邻). Phone: 0531-82988588. Website: HTTP://WWW.RBC-COFFEE.CN