

# 你买的奶油蛋糕很可能不含奶

## 专家:奶油分动物奶油和植物奶油,后者不含奶且吃多了有害

孩子过生日时都期待能吃到美味的生日蛋糕,奶油蛋糕是生日蛋糕中的一大类,孩子和家长一般都认为蛋糕上的奶油是从奶里提炼出来的。其实不是所有的奶油都和奶有关,有很多蛋糕用的是植物奶油,它与奶无关,并且吃多了还对人体有害。

本报记者 许亚薇  
实习生 单文怡 徐宁

### 商家 看似一样的蛋糕 身份却悬殊

同样是八寸的奶油蛋糕,有的卖100多元,有的却接近300元,除了品牌因素外,到底还有什么差别?

3月5日,在济南市文化路一家全国连锁蛋糕店,橱窗里摆着几个奶油蛋糕,蛋糕的标签上写有“乳脂鲜奶蛋糕”,六寸的蛋糕价格高达200多元。

“这是动物奶油做的蛋糕,比植物奶油蛋糕贵一倍,口感也比植物奶油好。”该蛋糕店店员说,有的蛋糕由动物奶油和植物奶油混合而成,大多数顾客都是买价格较为便宜的混合奶油蛋糕,还有的顾客会买慕斯蛋糕,即用淡奶油(动物奶油)制作底盘,用植物奶油裱花。“植物奶油造型更好看,动物奶油不好造型。”店员说。

两种奶油制作的蛋糕,价格为何如此悬殊?蛋糕店的工作人员不愿回应,只是反复强调动物奶油的口感更好。

在济南市文化路另一家蛋糕店里,老板表示她家的糕点、蛋挞均由植物奶油制作而成。“植物奶油和动物奶油一样,都是健康的、新鲜的。”老板肯定地说。

### 市民 大多不知植物奶油 和动物奶油区别

“我不太清楚植物奶油和动物奶油有什么区别。”领着孩



植物奶油中含有大量氢化油,吃多了对人体有害。

子前来买蛋糕的市民李女士说,她选择购买好看又便宜的蛋糕,不在乎奶油的种类。也有前来购物的学生问:“植物奶油不应该比动物奶油更健康吗?”

在历山路某大型超市选购饼干的王女士坦言,买奶油饼干时,从未注意过配料表上的奶油成分,“主要是看味道和牌子,好吃最重要。”

实际上,在多数奶油饼干的配料中都含有“植脂末”这类成分。植脂末、植物奶油、植物黄油实际上都是氢化油的俗称。许多饼干、糖果的配料表中虽然没有标注植脂末,但大都标注有“氢化植物油”、“氢化棕榈油”等成分,有的面包外包装则直接标明其使用了“人造奶油”。

“也许植物奶油更健康吧?”大多数人通常认为写有“植物”二字的食物不会含有大量脂肪、激素等,但是,绝大多数消费者并不了解,植物奶油

是植物油经过氢化反应之后的油,即我们在面包、饼干、咖啡、蛋糕的包装袋上看到的氢化植物油,并不是由“奶”制成的“奶油”。

### 专家 植物奶油少吃无碍 吃过量有害

植物奶油中含有大量氢化油,是反式脂肪酸,对心脑血管健康存在严重威胁,因此,在不少国家被禁用。

我国虽未对反式脂肪酸的含量进行详细规定,但早前我国卫生部明确表示婴幼儿食品中不得使用氢化油脂,食品中反式脂肪酸最高含量应当小于总脂肪酸的3%。

山东营养学会副会长杜慧真说,动物奶油是由动物乳汁制成的,植物奶油是由植物油加工成的。植物油经过氢化之

后成为植物奶油,具备了饱和脂肪酸的性质,尤其是含有反式脂肪酸,过量摄入反式脂肪酸对人体有害,“增加高血压、心脑血管疾病、糖尿病、动脉粥样硬化的发生几率。”

但是许多标明添加了“植脂末”的食品为何明确标示该产品的反式脂肪酸含量为0呢?

杜慧真表示,虽然我国规定添加了氢化油脂的食品必须在标签的营养成分表中标示反式脂肪酸含量,但如果每百克食品中的反式脂肪酸含量低于0.3克就可以标示为0。因此,许多明确标注了反式脂肪酸为0的食品并不代表其不含有此类物质,只是说不会对人体造成影响。

杜慧真说,“偶然吃一些反式脂肪酸不会对人体有太大影响,但如果每天以奶油、饼干、咖啡为主食,摄入反式脂肪酸的量就会超标。”

## 清华北大发布 自主招生简章

新华社北京3月5日电 清华大学、北京大学5日公布2015年自主招生简章。清华大学今年招收9个专业大类47个专业共计约400人,北京大学自主招收普通类和医学类的24个专业。

记者从清华大学获悉,其2015年自主招生申请学生至少应具备以下特质之一,并提供相关证明材料。类型1:学科竞赛类,具有各学科竞赛突出特长的学生;类型2:研究创作类,在科技发明、研究实践、文学创作、创意创新等方面具有突出表现的学生;类型3:突出才能类,在语言、逻辑、智力、记忆、国学等方面具有特殊天赋或才能的学生。每名考生只能申请一个类型。

北京大学的招生简章中,明确指出将严控招生规模,“宁缺毋滥”。考生可报考普通类和医学类24个专业。其中,申报普通类专业者须具备以下条件之一:拥有发明创造或参加科技类、人文社科类国内外竞赛获得优异成绩者;有相关学科特长、创新潜质,并在国内外相关专业学习实践活动中获得优异成绩者;在高中阶段参加全国中学生学科奥林匹克竞赛全国决赛获得优异成绩者。

选拔程序上,清华招生分为初评、初试、复试、认定确认及公示四个步骤。北大将探索多种招考方式,以全面了解考生学科特长和创新潜质,不再只限于传统的笔试、面试。

据悉,清华大学自主招生报名时间为3月5日至31日,北京大学自主招生报名时间为3月6日至3月31日。

## 省财政拨1.82亿 助第一书记扶贫

本报济南3月5日讯(记者 王茂林 通讯员 孔进) 记者从山东省财政厅获悉,为认真贯彻落实中央和省委、省政府创新机制扎实推进农村扶贫开发工作部署要求,深入推进新一轮省直单位选派第一书记抓党建促脱贫工作开展,近日山东省财政拨付扶贫资金1.82亿元,集中支持608个省派第一书记帮包村实施扶贫开发项目,每个帮包村补助30万元。

为确保资金落实,强化资金运行管理,提高使用效益,省委组织部、省财政厅、省扶贫办联合下发了《关于加强省直单位选派第一书记帮包村扶贫资金管理工作的通知》,明确资金使用范围和各级各有关部门、省派第一书记、县挂职副书记等职责分工,严格拨付时限,强化监管措施,确保扶贫资金安全高效运行,支持省派第一书记帮包村尽快脱贫致富。

# 久坐玩游戏,13岁男孩患上“腰突”

## 医生:电子产品让儿童颈椎腰椎病患者大增

本报泰安3月5日讯(记者 路伟) 泰城一名13岁男孩因长时间坐着玩游戏,诱发腰椎间盘突出症,不得不住院治疗。医生介绍,近十年来,颈椎腰椎病年轻化趋势越来越明显,这和长时间低头玩手机、坐着打游戏有很大关系。

13岁男孩强强(化名)是泰安市一名小学生,春节前他突然觉得腰特别疼,父母知道情

况后立即带他到医院检查。检查结果出来后,医生的一番话让强强的父母大吃一惊,强强竟然得了腰椎间盘突出症。“孩子这么小,也没受过外伤,怎么可能会得这种病呢?”强强的父母非常纳闷。

像强强一样小小年纪就得颈椎腰椎病的孩子还有很多,泰山颈腰椎病研究所所长霍勇介绍,他收治的患者中,年

纪最小的只有9岁。霍勇说,最近十年来,颈腰椎病低龄化趋势越来越明显,这种病已经不再是中老年人的“专属疾病”了。“电子产品兴起之后,孩子们的娱乐方式变化了,长时间保持一个姿势坐在电脑前腰椎受不了,容易造成腰椎间盘突出症。”霍勇说,另外,孩子的书包变重也是导致腰间盘突出症年轻化的

原因之一。

手机游戏流行起来后,催生了不少“低头族”,其中孩子占了很大比例。“长时间低头玩手机,颈椎很容易出现问题。”霍勇说,颈椎病早期症状是头疼、头晕,容易造成误诊,耽误治疗。“如果孩子经常出现头疼、头晕、腰疼,注意力不集中、烦躁等症状,就应尽快到医院检查确诊。”霍勇说。

齐鲁晚报

分类广告

电话: 0531- 85196183    85196234

地址:济南市经十路16122号山东报业大厦副楼3楼分类广告部

<div>综合招商</div> <div>◆美国汽车养护用品</div> <div>招地市级代理18263076098</div> <div>◆电子加工15668197911</div> <div>◆外贸手工活</div> <div>053280826688</div>	<div>扑克麻将</div> <div>◆售普通扑克报牌器</div> <div>2015新产品13589018831</div> <div>◆售扑克认牌</div> <div>13173037333</div> <div>◆售: 普通扑克、认牌、</div> <div>牌九18396885530</div>	<div>食品招商</div> <div>◆青州大型小瓶水苏打水厂</div> <div>招县级代理13605369046</div> <div>综合招聘</div> <div>◆招矿工5000-12000元</div> <div>13181255538</div> <div>友情提示:请交易双方妥善查验对方的相关手续和证件,本刊信息不作为承担法律的责任和依据。投资信息需谨慎,仅供参考。</div>	<div>挂失声明</div> <div>◆刘子恒出生证编号</div> <div>1370879318挂失</div> <div>◆济南长兴安装工程有限公司</div> <div>挂失资质证书正本, 证号</div> <div>B3082037010126特此</div> <div>声明</div>	<div>公 告</div> <div>田小波(身份证号:</div> <div>37018119820110xxxx):</div> <div>因你违反了《事业单位人事</div> <div>管理条例》和我局全方位目</div> <div>标考核细则的相关规定。经</div> <div>局党委研究, 决定解除与你</div> <div>的劳动关系, 作辞退处理。</div> <div>现依据相关规定向你送达</div> <div>《关于解除与田小波劳动关</div> <div>系的决定》, 请你自公告发</div> <div>布之日起30日内到我局政工</div> <div>人事科领取该决定书, 逾期</div> <div>视为送达。</div> <div>章丘市城市管理行政执法局</div> <div>二〇一五年三月六日</div>	<div>广信快运</div> <div>专线物流加盟招省、市、县加盟</div> <div>招商热线: 400-008-5031</div> <div>光能苏打水招商</div> <div>诚招市县级代理 15966631088</div> <div>广通速递</div> <div>5月14日领取“全国快递证”省、</div> <div>市、县合作商0531-89605986/87/89</div> <div>中天万运 快递物流</div> <div>招山东各市县级合作商</div> <div>聘驻地经理</div> <div>400-0056-001、0531-58662369</div>	<div>急 寻</div> <div>求购各种酿造白酒核桃大枣茶</div> <div>叶大豆玉米农副产品, 干货类</div> <div>木耳桂圆莲子咸鱼鸭鸡等。</div> <div>18055271820 传真0552-2057272陈</div> <div>生态原浆酒招商</div> <div>免费铺货+房租+广告+人员工资+赠</div> <div>车, 年终返利, 风险厂家担。手机</div> <div>13515682918 QQ: 2544347622</div> <div>五粮液福喜迎门酒</div> <div>特惠招商</div> <div>您要发财吗? 您要出人头地吗?</div> <div>那就请加盟五粮液股份公司福喜迎</div> <div>门酒! 该酒品质优异, 是中国酒协</div> <div>特别推荐产品, 尤适婚宴寿宴喜庆</div> <div>宴。价格低, 利润高, 央视网正热播</div> <div>“福喜迎门”微电影喜剧片及赠车、</div> <div>广告费、业务员工资等市场支持,</div> <div>特惠诚征县市级以上总经销商!</div> <div>网址:www.wlyfxy.com 加盟QQ:159815698</div> <div>028-68988888 18811182888</div>
---	--	---	---	---	--	---