



蛋奶粮油家家都需要

用最接地气的年货表心意

文/本报记者 林媛媛 片/本报记者 周青先

过年了,很多人都打算去拜访一下久不见面的亲戚朋友,但是咱老传统讲究礼节,走亲访友可不能空手啊,买礼物就成了最让人头疼的事儿!今年从中央到地方都讲究节俭,咱们不妨也跟随这股风,不选华而不实的东,选点蛋奶粮油这些最实用、最接地气的礼品,既实用还能表达心意,两全其美。

给老人送礼:

送什么也不如送健康 粗粮玉米油是好选择

如果是给老人选购礼品,恐怕什么礼品也比不上健康的礼品最能表达孝心。所以,给老人选择一些低脂、低糖、高钙的食品是非常合适的。

很多老人习惯每天喝牛奶,所以春节看老人的时候不妨带上一些。老人体内的钙含量降低,而且高血脂、高血糖的情况也很常见,不太适合喝脂肪含量高以及含有糖分的牛奶,给老人应选择主打低脂无糖补钙概念的牛奶,相信老人也一定能感受到你特别的心意。

老年人尤其要关注心血管健康,其中的关键就是“清淡”。而口

感清淡的食用玉米油本身不含有胆固醇,相反对于血液中胆固醇的积累具有溶解作用,能减少血管硬化的产生。对老年性疾病如动脉硬化、糖尿病等具有积极的防治作用。而玉米油富含维生素E,对心脏疾病、血栓性静脉炎等也有明显的疗效和预防作用。过年时,给老人带上一桶,讲讲玉米油的好处,老人一定高兴。

而糙米、杂粮中含有大量的纤维素,对高血脂、高血压、高血糖病人,有特别的治疗效果,也是春节给老人拜年的绝佳礼品。



给年轻人送礼:

不妨尝试新概念食品 进口食品受他们欢迎

年轻人喜欢尝试新鲜的东西,所以去年轻的朋友家走访拜年,不如带一些新概念食品。如最近很火的治疗性食品,用吃饼干的方式治疗年轻人常见的胃病,喝酸奶促动消化来减肥,都很受年轻人的欢迎,带上一份肯定能投其所好。

现在越来越多的年轻人也开始注重健康,对于他们来说,最常见的花生油、色拉油已经out了,年轻人追求的是更健康的食用油,比如说橄榄油或者亚麻籽油。春节之前,各大商场超市的食用油纷纷推出了礼盒装,并且各种促销手段齐上阵,物美价廉,正好

是选购的好时机。

说起在家做饭,最简单的自制豆浆就是他们的第一选择。如果过年的时候给他们送上一盒豆类、芝麻等大杂烩的五谷礼盒,相信一定大受欢迎。

也许有的朋友在你心目中的分量比较重,你想送一些更有心意的礼品,那就可以考虑去超市的进口食品专区转一转了。年轻人爱吃零食,买点进口零食是不错的选择,欧洲的巧克力、美国的干果、日本的糖果、南亚的果干,分别选一些,然后自制一个零食组合包装。朋友打开之后,肯定是忍不住大声欢呼。

给孩子送礼:

富含各种营养的食品 帮助孩子更快更好成长

过年最高兴的就是孩子了,但是每年都给孩子送压岁钱是不是太没创意了。今年,不如换种方式,给孩子送营养送健康,帮助孩子更快更好地成长。

孩子长个子的时候,体内需要大量的钙和维生素,这时候选择一些专门的儿童成长型食品送给他们作为新年礼物,相信你会变成孩子眼中最可爱的人。现在,很多乳品都推出了针对儿童成长需求的产品,专为儿童设计

营养配方,是送给孩子很好的礼品。

大多数孩子都喜欢动画片,如果你送的礼品跟动画人物扯上关系,那一定很受欢迎。现在很多食品品牌都在跟动画公司合作,推出卡通形象或者卡通包装的可爱礼品盒,选择这么一件礼物,在给孩子带来美食的同时还让孩子得到了额外的惊喜,就算你想低调都不容易啊。

