



码帮选取的章丘龙山镇的正宗龙山小米、内蒙赤峰科尔沁地区的月子小米、五常稻花香米全部开仓特卖啦。三种新米经过码帮严格挑选，保证绿色生产。在种植过程中只施农家肥，靠天等雨，不喷洒任何农药，是真正意义上的有机产品。现在全部平价开卖。之前一直在吃码帮大米、小米的消费者这下有口福了。码帮商城下单即可品尝到今年一波鲜米，新米数量不多，赶快抢购吧！

□王迁

纯正东北五常米，营养主食好选择

三餐最重要 好米精细选

大米是我国消费者最常吃的主食。现在无论南北，米饭已经是老百姓一日三餐吃的最多的主食。在消费者观念中，五常大米早就已经是我国出产最好稻米的代名词。市场上各色品牌的五常大米琳琅满目，往往一个地区市场上十几种不同品牌不同价位的五常大米。消费者遇到众多的五常大米时，选择却成了难题。

记者了解到，目前市场上五常大米良莠不齐，很多经销商将五常大米与其他地方的米混合。标上五常大米的标志蒙骗消费者。很多消费者不敢买五常大米，也是因为市场上鱼龙混杂不好区分，而自己又没有能力去鉴别，一些不良商家以次充好。在全国范围来看，五常大米市场十分混乱。消费者根本不敢买五常大米。

产量小成本高 纯正五常很难找

现在在黑龙江五常县，有证的大米加工厂有二百多家，无证的大米加工厂也达到二百家，一位当地的大米加工厂负责人曾对媒体说过，全国打着五常稻花香的大米，有将近几百万吨，远远高出了五常大米每年60万吨的产量，一些不良商家会从五常周边地区，比如呼兰、榆树地

区，收购普通大米，或者用长粒香，冒充稻花香。

目前市场上低于七元每斤的五常香米都不纯正，为什么这么说呢？稻花香二号，现在在东北的，厂收购价，已经飙到五元以上，接近六元的价格加上经销商代理商分销商，各个层级的成本费用加在一起最终成本价在七元左右，所以说市场上低于七元每斤的五常大米都值得怀疑。

纯正五常稻花香 米中精品餐桌首选

五常稻花香大米做成饭食味清淡略甜，绵软略粘，芳香爽口，饭粒表面油光艳丽，剩饭不回生，是百姓餐桌上的首选，是日常生活中做米饭的佳品。

五常大米营养丰富，含有大量的淀粉。五常大米里面还含有7%—8%的蛋白质，据计算，对于一个在办公室工作的成年人来说，如果每天吃400克大米煮成的饭，就能获得30克蛋白质，相当于每日需要量的二分之一左右。五常大米中还含有对人体必须的维生素B1、维生素B2、维生素PP，以及钾、磷等矿物质，维生素B1对于人们的工作效率和情绪都很重要，如果缺了它，人就会感觉疲乏无力、肌肉酸痛、腿脚麻木、情绪沮丧。

长期以来，中医一直认为以大米煮粥常食，可补中益气，健脾养胃，益精强志，强壮筋骨，和五脏，通血脉，聪耳



明目，止烦，止渴，止泻，是膳食的“第一补物”，大米能提高人体的免疫功能，促进血液循环，从而降低患高血压的几率。此外，大米米糠层的粗纤维分子，有助于胃肠蠕动，对胃病、便秘、痔疮等有比较好的食疗功效。



码帮会员的口福。



秋冬滋补 美味小米

小米粥是健康食品。可单独煮熬，亦可添加大枣、红豆、红薯、莲子、百合等，熬成风味各异的营养品。小米磨成粉，可制糕点，美味可口。将小米、紫米、玉米渣、红豆、绿豆、花生豆、红枣一起煮至黏稠状，这种粥营养较全面，富含丰富的碳水化合物、蛋白质、脂肪、微量元素和维生素，尤适宜食欲欠佳、肠胃不好以及贫血的人食用。

小米南瓜粥、小米红枣粥是北方秋冬季经常吃的家常粥品。将小米泡半小时泡透的同时将红枣用刀割开去核。凉水入锅将红枣和小米倒入，大火烧开后小火慢熬，熬到红枣将近花开，小米稀烂稀烂的，关火出锅，这时候慢慢会有米油凝结。也可根据个人需要放入枸杞、桂圆肉或核桃、白果等滋补食品。

赤峰科尔沁月子小米 草原上的健康食品

绿色草原 悉出天然

科尔沁草原又称科尔沁沙地。气候冬寒冷、夏炎热，春风大。年均降水量360毫米。全区日照2900小时，日照率达67%。植被丰富牛羊成群。在这种未经耕地开垦的地区种植小米，利用多年生成的牲畜有机质土壤培育小米，使小米的营养成分达到最佳。科尔沁气候寒冷，小米生长缓慢，营养物质能够扎实地积累到谷粒当中。

赤峰的气候条件也决定了根植于赤峰旱坡地的粟和黍耐干旱、抗倒伏、适应性强、品质优良等特点，致使当地小米加工后的小米颗粒大、粒形圆、晶莹透明，品质非常高。所以有“敖汉杂粮，悉出天然”一说。正是由于赤峰的小米适口性好、营养丰富，非常适合妇女小孩食用，当地有月子小米的说法。

刚刚打出来的赤峰新小米营养尤其高。据权威机构测定，其含有人体必需的8种氨基酸含量丰富而比例协调。如赖氨酸0.22%—5.24%，蛋氨酸0.4%，色氨酸0.25%，亮氨酸1.87%，苏氨酸、异亮氨酸及缬氨酸等含量在0.42%—2.88%之间。维生素的含量亦较丰富，非常适合体质虚弱的人食用。

购买方式

在线购买：

码帮商城<http://mabang qlwb.com.cn>

现场购买：

1、每日9:00—17:30御品堂(舜耕山庄南邻，舜耕路28号，乘坐39、48、64、110、152、K100、K169路在舜耕会展中心站下车向南走100米路东)电话：8880333

2、每周六9:00—17:00码帮会员中心(经十路16122号山东省食药监局东20米副楼坐电梯至2楼，如走楼梯请到4楼)乘坐公交16路、31、62、79、115、117、152、BRT2、K51、K56在科学院路站下车向东40米)

客服电话：
0531—85196828 85196137
码帮商城官方QQ群：343348973