

N海都记者 梁展豪 文/图

中秋佳节临近,月饼是每家每户必备的时令食品,也成为亲朋好友之间传递情感的桥梁。不过,随着人们对健康饮食的关注不断增加,月饼也被一些人列入“减肥食物黑名单”。传统的高糖、高脂月饼逐渐失去部分市场,取而代之的是一些低糖、无糖月饼。低糖、无糖月饼销售情况如何?是否会比传统月饼适合糖尿病人?海都记者走访市场进行了一番了解。



低糖月饼并非不含糖

“无糖月饼”真的没糖吗?

专家提醒,无糖并非不含糖,一般会用甜味剂替代蔗糖;糖尿病人群和减肥者,对“无糖月饼”也要控制摄入量

市场 传统月饼仍占多数 低糖月饼份额少

26日上午,记者走访了福州的华丰贺氏、可斯贝莉、85℃以及永辉超市等门店,均未发现有低糖、无糖月饼在售。

之后记者又来到新华都(五四路店)看到,二楼

的月饼专区摆放着琳琅满目的月饼。在这里,记者发现了两款低糖月饼。销售人员说,目前虽没有无糖月饼,但有低糖款月饼,销量不错,其中一款只剩下3盒。

记者翻看低糖月饼礼盒的配料表发现,有别于传统月饼的是,位居配料表首位的是“麦芽糖醇”。

而在网购平台搜索“无糖月饼”会弹出多款

标着“木糖醇月饼”“专为忌糖人士定制”“适合长辈 不易升糖”等字眼的月饼。记者点击商品后看到,此类月饼也是使用“木糖醇”“麦芽糖醇”等代糖成分。

小贴士 不宜多食用 建议配茶吃

陈慧云告诉记者,月饼是高糖、高脂、高能量的“三高”食物,市民若有高血糖、高血压、高血脂、胆囊炎、急性肝炎、脾胃虚弱、湿热、体质偏热等,建议少吃或者不吃月饼。如果实在想吃,一定要控制量,把月饼代替部分主食,但是不作为正餐。3岁以下的儿童最好不吃月饼,3~6岁可吃1/4个。

陈慧云说,吃月饼最好在餐后2小时,一般人群建议一次吃一个(约

50g),少吃多尝,大家分着吃。过量食用月饼容易导致腹胀,引起消化不良、食欲减退、血糖升高等。老年人、儿童更不宜多吃,否则可能会引起腹痛、腹泻或呕吐,消化不良。月饼可以配茶吃,一般选择绿茶、黑茶或者酸梅汤等,既解渴去油腻,又可助消化,爽口增味。因为茶可促进分解月饼里的油,丰富的茶多酚能吸附油脂排出体外,避免摄取过多的热量。

医生 无糖并非不含糖 且热量不低

福建省第三人民医院治未病科营养师陈慧云表示,市面上常见的“无糖月饼”并非不含糖类,只是不添加糖(如蔗糖)。但在制作过程中一般会用麦芽糖醇、山梨糖醇、木

糖醇等非糖类甜味剂来替代蔗糖,最后都会在体内转变成葡萄糖被人体吸收。

按照我国国标《预包装食品营养标签通则》(GB28050—2011)中规定,

“无糖”是指固体或液体食品中每100g或100ml的含糖量不超过0.5g。而过量摄入代糖也会对身体产生危害,如肥胖、龋齿等。

其实,无论何种月饼,它的主要原料都是面粉和

糖、油、馅料等,这些原料一样可以升高血糖。因此,糖尿病人群和减肥者,对“无糖月饼”也要控制摄入量,学会看营养成分表,不能因为宣传而毫无顾忌地敞开吃。

盗取雇主50瓶茅台 一男子获刑

借上门施工之机下手,盗卖获利13万余元,被判处有期徒刑4年

N海都记者 杨江参
通讯员 高福宝

男子见财起意,利用为雇主保养别墅大理石的间隙,频频伸出贼手,分8次“顺走”屋中价值13万多元的50瓶茅台酒,最终受到法律严惩。近日,泉州鲤城法院依法公开宣判一起盗窃罪案件。

为还赌债见财起意 8次下手偷茅台

2022年10月,经人介绍,被告人曾某承接位于泉州经济技术开发区一处别墅的大理石保养业务。在上门施工期间,曾某无意中发现,雇主苏某在别墅储藏间内放置了

多箱茅台酒。为偿还因赌博欠下的债务,见财起意的曾某趁雇主家中无人,于2022年12月至2023年3月期间,分8次盗取别墅存放的各类茅台酒共计50瓶,随后售卖给他

人,从中非法获利134100元。后苏某发现家中茅台酒被盗,向公安机关报警。公安机关抓获曾某并追回涉案茅台酒13瓶(经鉴定价值33400元),曾某对盗窃行为供认不讳。

鲤城法院经审理认定,曾某以非法占有为目的,采用秘密手段多次窃取他人财物,数额巨大,其行为已构成盗窃罪,应予处罚。鉴于被告人曾

某归案后能坦白认罪,退出18000元赔偿被害人部分经济损失,自愿认罪认罚,依法对其从轻处罚。

最终,鲤城法院根据被告人的犯罪事实、

性质,情节,认罪态度及对社会的危害程度,判处被告人曾某有期徒刑4年,罚金2万元,并责令其退出82700元赔偿被害人。

归案后认罪认罚 依法从轻处罚

分类信息

广告热线:13799377276

公告栏

莆田市荔城区蓬天大药房有限公司华福门店遗失公章,声明作废。

厦门市翔安区美丽林丽日用品店遗失翔安区市场监督管理局2017-05-22核发的营业执照正副本统一社会信用代码92350213MA2Y7P0G94声明作废。

莆田市丹伊丽贸易有限公司遗失公章,编码:3503041906132声明作废。

厦门珩泰青精密模具有限公司遗失公章一枚,声明作废。

公告栏

三明市敬辰金属回收有限公司,公司不慎遗失公章一枚,备案编码:35040410004496,声明作废。

李燕松军官证遗失,证号军字第0073893号,声明作废。

莆田徽轩诚品贸易有限公司遗失公章一枚,编码:35030510003761,现声明作废。

广州锦伊伟贸易有限公司遗失公章一枚,编码4401061268726声明作废

公告栏

厦门牧兴实业有限公司凤梨山畜牧场遗失同安区市场监督管理局2008-12-03核发的营业执照正副本,注册号350212280003292声明作废。

厦门牧兴实业有限公司白沙仑畜牧场遗失同安区市场监督管理局2008-12-03核发的营业执照正副本,注册号350212280003284声明作废。

陈剑遗失购买闽侯县南屿镇乌龙江大道67号正祥祥禾公社11#1213办公、购房发票1张,编号:04193128,开票日期2018年10月26日,金额:703200元(全款),声明作废。

公告栏

厦门穿软工贸有限公司遗失同安区市场监督管理局2022-07-20核发的营业执照正副本,统一社会信用代码91350212MA8W1E3T0Q声明作废。

云霄县欧奈美甲店遗失云霄县市场监督管理局2019-10-9核发营业执照正副本,统一社会信用代码92350622MA339BG81W声明作废。

厦门市绿佑商贸有限公司遗失湖里区市场监督管理局2018-01-19核发的营业执照正副本,统一社会信用代码91350206302939339B声明作废。

公告栏

减资公告

经公司股东会决议,厦门恩沃格林股权投资有限公司(统一社会信用代码91350206MA35DM104E)法定代表人陈国安决定将公司注册资本1000万元人民币减至200万元人民币,自公告之日起45日内债权人有权要求本公司清偿债务或者提供相应的担保。联系电话:5288504地址:厦门市湖里区云顶北路16号308单元A723

厦门恩沃格林股权投资有限公司漳浦县总工会不慎遗失空白一式三联的工会经费收入专用票据共50份,票据号1713924931—1713924980,特此声明作废。

减资公告

经公司股东决定,厦门罡正医疗科技有限公司(统一社会信用代码91350211MA3465KMXJ)法定代表人钟宪斌决定将公司注册资本100万元人民币减至20万元人民币,自公告之日起45日内债权人有权要求本公司清偿债务或者提供相应的担保。联系电话:5288504地址:厦门市思明区龙山西路78号-2

厦门罡正医疗科技有限公司减资作废申明

福建省七鑫贸易有限公司,统一社会信用代码:91350825MA330J4E77。在国家企业信用信息公示系统公示减资公告由1000万减到50万,公告时间:2023年7月28日—2023年9月11日公告时间已到期,现股东会罗长明、黄丽华一致同意减资作废。