

吃喝玩乐



青岛啤酒股份有限公司
特别协办

<http://www.rarb.cn>
读者交流 QQ 群:42303081 热线:65887098 15858801631

你想吃遍、玩遍瑞安吗？
你想知道哪里好吃、好玩吗？
那就来“吃喝玩乐”吧。

借着夏风带来养生的消息
清凉、进补两相宜

有人说夏季只能清凉祛火,要想进补的话,效果也不好。其实一味“下火”,也会伤身体。除了少吃甜食和油腻的食物,多食蔬果外,很多人发现,过多地“清热解毒”,会让皮肤损失水分和光泽。

据海利酒楼林海珍介绍,瑞安夏季比较燥热,暑热与暑湿易侵袭人体,出汗过多导致食欲不振,在饮食方面要注意用一些祛除心火、益肝补气的食疗法。

■推荐

◎人參炖乳鴿
材料:人參,乳鴿一只。
功效:益氣,健脾,生津。

◎天麻當歸魚頭煲
材料:天麻,當歸,魚頭。
功效:祛風除濕,活血行氣,滋陰。

◎丁香石榴花燜水魚
材料:丁香,石榴花,水魚。

功效:理氣和中,潤肺化滯。

◎川歸荷葉蒸雞
材料:川芎,當歸,荷葉,雞。
功效:活血行氣,調經止痛。

◎冬菇淮山片
材料:冬菇,淮山。
功效:補腦鎮靜,益氣養血。

◎田七淮山排骨煲
材料:田七,淮山,排骨。
功效:散瘀止痛,補氣,活血,壯骨。

◎醒腦益智茶
材料:麥冬,五味子,枸杞,茯神。
功效:滋陰養肺,補腎養心,醒腦益智。

此外,在家常菜中,可以多吃富含膳食纖維的食物,如芹菜、魔芋等,它們能讓人有飽腹感,又不會增加體重。要多吃能量低的食物,如冬瓜、海帶、黃瓜等,能抵抗脂肪的吸收。要挑選低熱量的食物,主食也一定要吃,並且嚴格限制鹽的攝入量,每天不超過6克。

(林曉)

這個暑假,
讓我們帶著孩子
去農家找樂吧!

放暑假了,帶上孩子到農家樂玩一玩,讓孩子體驗一下吃土菜、干農家活、欣賞田園風光的快樂吧……

從市區驅車約半小時,就來到陶山鎮岱下村的富華農家樂。遠遠看去,綠色一片,竹屋、竹亭、竹橋……都以天然竹料建築而成,讓居住在城市里的人,一下子與那片久違的綠色相遇。

富華農家樂並不是一個單純的農莊,這裡占地100畝,坐落在一個大型人工湖上,空氣清新自然,環境優美。園區設有游泳場、足浴城

和奧運向前沖、採摘、垂釣、泛舟等一系列帶挑戰性的娛樂場所項目,讓你勞逸結合,緊張刺激之余又能玩得閑暇輕鬆,特別合適帶孩子游玩。

想象一下,曲曲折折的林間小徑,穿珠綴玉般連接着一幅幅山水小品。一間間休閒的小竹屋,就建在水間,呼吸着來自田野和竹叢中的清新氣息,塵世俗慮,萬念皆消。

當然,人約黃昏,月上樹梢,再來一圈篝火,邊歌舞邊燒烤就更美了。這樣的夏天,你難道不想留下來過一夜嗎?

(林曉)

吃/喝			
海利酒樓	瑞安水產城一區 65-80 號	65603187	65605187
葡萄園大酒店	羅陽大道宏瑞大廈 5 幢	66886677	66887777
花園大酒店	萬松路 7 號	66600666	66600555
新都大酒店	塘下廣場西路 255 號	65379779	65377888
君歐大酒店	塘下鎮環城大道汽摩配城旁	65966666	66000001
國貿大酒店	羅陽大道翔云大廈	66801888	66805555
瑞立商務酒店	萬松東路 188 號		65855555
新江南假日酒店	虹橋北路 25 幢	65617888	65629288
東山祥丰海鮮城	東山西路 18 號	65601158	65607158
華僑狀元樓	萬松路 6 號	65622878	65622868
豪廷商務會所	羅陽大道萬順錦園 A 幢	65918886	65918887
拉芳舍·外灘 1 號會所	外灘噴泉西首		65637666
瑪高酒業會所	外灘慶園春 10-11 號		66606077
瑞安市波特曼茶餐廳	塘下鎮塘西中心西路 2 號樓	66008999	66008666

2009 年度瑞安市
“放心藥店”、“醫療器械經營誠信企業”名單

放心藥店

1、瑞安市元康大藥房
(瑞安市首家醫保定點單位)
2、瑞安市真珍藥店
3、瑞安市頤養堂藥店
4、瑞安市益草大藥房

5、瑞安市瑞康藥店
6、瑞安市綠洲大藥房連鎖有限公司萬松店
7、瑞安市綠洲大藥房連鎖有限公司花園店
8、瑞安市綠洲大藥房連鎖有限公司塘下店
9、衢州市江南益壽堂醫藥零售連鎖有限公司瑞安莘塍店

醫療器械經營誠信企業

1、浙江惠仁醫藥有限公司
2、溫州市華泰醫療器械有限公司

3、瑞安市茂昌眼鏡有限公司
4、瑞安市安陽嘉視眼鏡店

(以上排名不分主次)

溫州伊凡地板有限公司解散公告

溫州伊凡地板有限公司股東會于 2010 年 6 月 7 日決議解散公司,并于同日成立了公司清算組。請公司債權人于本公告發布之日起 45 日內,向本公司清算組申報債權。(聯系人:張婷婷,聯系電話:66002655,地址:瑞安塘下北工業園區,郵編:325204)

溫州伊凡地板有限公司清算組
2010 年 7 月 9 日

瑞安市雅竟鞋材有限公司解散公告

瑞安市雅竟鞋材有限公司股東會于 2010 年 7 月 5 日決議解散公司,并于同日成立了公司清算組。請公司債權人于本公告發布之日起 45 日內,向本公司清算組申報債權。(聯系人:林春雷,聯系電話:13967772455,地址:瑞安市飛雲鎮雲周高旺村,郵編:325207)

瑞安市雅竟鞋材有限公司清算組
2010 年 7 月 9 日

瑞安市歌舞娛樂場所變更審核公示

瑞文娛公[2010]7 號

茲有瑞安市鑫園游戲廳申請變更經營地址及法定代表人(行政許可)變更事項。根據國務院《娛樂場所管理條例》(國務院令 第 458 號)、文化部《公眾聚集文化經營場所審核公示暫行辦法》(文市發[2003]31 號)的規定,現將申請事項有關情況向社會進行公示。公示期限為 2010 年 7 月 6 日至 7 月 19 日,共 10 個工作日。公示內容如下:

單位名稱	瑞安市鑫園游戲廳
原經營地址	瑞安市安陽街道萬松東路 489 弄 9 幢 1—7 號
擬經營地址	瑞安市安陽街道宏瑞大廈 4 幢 3—5 號
原法定代表人	黃再新
擬任法定代表人	陳宇鑫
經濟性質	個人獨資
擬場所面積	300 平方米

任何單位或個人如對該場所擬任法定代表人、擬設經營地址持有異議的,請在公示之日起 10 個工作日內以口頭或書面形式向我局反映(來信請提供有關真實身份材料,如姓名、性別、出生年月、職業、家庭地址等),特此公示。

受理科室:瑞安市行政審批服務中心文化窗口(行政審批科)
郵寄地址:瑞安市羅陽大道時代大廈一號樓文化辦事大廳(來信以郵戳時間為準)。
郵政編碼:325200
聯系電話:66885275

瑞安市文化廣電新聞出版局
2010 年 7 月 9 日