

广式月饼糖最多,“无蔗糖”月饼名不副实 宁波53批次月饼检测结果出炉 这些坑要避开

记 者 赵煜
通讯员 关熔 应璐 公智博

中秋节临近,月饼迎来消费旺季。宁波市质检院采购了53批次月饼、蛋黄酥等中秋节令食品开展风险监测。样品覆盖广式、苏式、流心、冰淇淋等品种,涉及蓉沙、果仁、蛋黄、肉/咸香等馅料,也包括预包装、散装、网红团购等多种渠道。检测结果昨日出炉——

从安全指标来看,致病菌、霉菌、酸价、过氧化值、山梨酸、脱氢乙酸等指标,全部符合食品安全国家标准,整体质量安全状况良好。

从总糖、脂肪含量来看,全部样品总糖中位数为19.4克/100克、脂肪含量中位数18.54克/100克,总体呈“糖高脂低、脂高糖

低”的特点。其中,广式月饼总糖水平偏高(最高27.1克/100克);蛋黄酥正好相反,总糖最低(7.9克/100克),但脂肪含量是所有品种里最高的(25.12克/100克)。

从馅料看,蓉沙类月饼总糖最高(27.0克/100克)、脂肪含量最低;果仁类、肉/咸香类脂肪含量更高,分别为21.84克/100克、20.49克/100克。

同时,市质检院还将月饼与常见食品的能量进行了对比,发现月饼的能量并没有想象中那么高。

与此同时,检测结果显示,低糖月饼热量未必更低。按照月饼50克一个来换算,本次检测的低糖月饼平均能量为223千卡,而普通月饼为215千卡,两者差距并不大。

“能量来源于碳水化合物、蛋白质、脂肪,而糖只是碳水化合物

中的一部分,不要误以为选低糖就等于低热量。”宁波市质检院高级工程师章银珠说。

本次检测还重点关注了市面上宣称“无蔗糖”和“低糖”的两类产品。其中,标注“低糖”的月饼3批次,糖含量(蔗糖、葡萄糖、果糖、麦芽糖、乳糖之和)介于1.7克至3.3克/100克,全部满足“低糖”要求。

但是,标注“无蔗糖”的3批次月饼,全部检出了蔗糖,最高一批次蔗糖含量达14.2克/100克,和产品宣称不符。

“产品宣称‘无蔗糖’并非生产的时候不添加蔗糖就可以。受原料本身影响,月饼想要真正做到无蔗糖,生产上有一定难度。”章银珠解释说,“无蔗糖”不等于“无糖”,这两个概念千万不要混淆。

最后,记者在这里也为广大消

费者整理了四点消费提示:

科学选购:优先选择证照齐全的商超、品牌专卖店及正规电商平台,谨慎购买朋友圈、流动摊贩售卖的“私房自制月饼”;购买时看清楚生产日期、保质期、配料表、SC编号,不买“三无”、过期产品,抵制过度包装。

合理储存:普通月饼置于阴凉、干燥、通风处保存;冰皮、流心、冰淇淋月饼必须冷藏或冷冻保存,开封后尽快食用,发现霉点、有哈喇味请立即丢弃。

适量食用:月饼属高糖、高油食品,建议单次食用不超过50克,并适当减少当日主食;糖尿病等特殊人群应尽量少吃。

留存凭证:如果遇到变质、虚假宣传、价格欺诈等问题,可拨打12315、12345热线或通过全国12315平台投诉举报。

中秋将至,秋月梨、柚子、橘子热销

记 者 孙佳丽
通讯员 贝佳妮 崔宁

距离中秋只有不到一周时间,宁波人的“果盘子”迎来销售高峰。昨日上午,记者在宁波果品批发市场看到,秋月梨、福建柚子、橘子等时令秋果唱“主角”,价格也较往年更为亲民,前来采购的个体商户及个人络绎不绝。

市场内,秋月梨被摆在摊位最显眼的位置,颜色嫩黄、圆润饱满的果子似一轮满月,切开后,果肉雪白。

“这几天订单特别多,之前一天卖出500箱已经不错了,最近单日可以卖到1800箱,甚至更多。”经营户王静介绍,秋月梨以山东莱阳产地为佳,甜度高、水分足,口感细腻。

因此,她每年都会提前向山东

莱阳当地的果园预订,并在8月到产地筛选,保证果子品质与供应稳定。

价格方面,天气对今年秋月梨的产量略有影响,但价格与去年基本持平,批发价格约为每公斤16元。

柚子同样是中秋的“应景果”,目前批发市场在售的有白柚、红柚、三红柚三种,白柚和红柚的批发价为每公斤3元至4元,三红柚批发价为每公斤3.6元至5元。其中,三红柚因“皮红、囊红、肉红”的三重特征,最受消费者欢迎。

“福建平和红柚名气大、味道好,我们的柚子就是来自那里。”经营户沈小林在宁波从事水果批发生意已有约20年,他告诉记者,今年柚子产地货源充足,批发价比半个月前便宜了20%至30%,”眼

下,我们这儿每天能卖掉1000多箱礼盒,预计中秋节后价格还会再降一些。”

在沈小林的档口,记者碰到了在横街经营一家水果店的余女士。有着多年水果销售经验的她,不仅对水果的产地、品质、口感等颇有了解,也深知消费者的喜好。

“很多顾客吃过后和我反映,平和红柚果肉外层白膜薄,味道甜,大家都很喜欢,所以趁着节前,赶紧再来进货。”余女士说。

此外,橘子也备受欢迎。其中,产自江西的早熟品种“大丰一号”价格为每公斤10元至12元,福建产区的特早蜜橘价格更便宜,每公斤只需4元至5元。

“价格总体有所下降,和上周比每公斤下降了1元。”经营户田耀钦介绍,眼下各产区橘子进入集中上市期,供应充足,价格自然走

低。

值得注意的是,宁波本地的象山橘子也已上市,与外来橘子平分秋色,批发价约每公斤4元,上市已有约半个月,口感正逐步提升。“现在吃起来很清爽,再过10天左右更好吃。”经营户毛信开说。

时令水果最近卖得有多好?宁波果品批发市场经营管理部副经理傅浩介绍,最近一周,果品市场整体销售额在2800万元左右,环比上浮约10%。其中,梨类销售额达253万元,环比上升32.16%,增速在主要品类中居前,柚子近一周销售额达208万元,环比上升22.74%。

“目前,市场果品日均储备量约2500吨,动态储备量约6000吨。节日期间,我们将保持各类鲜果货源充足、供应稳定,充分满足全市果品供应需求。”傅浩说。

■ 亚运宁波时刻

泳池捷报连连 宁波泳将摘金夺银

本报讯(记者龚旭琪 通讯员罗霄潇 陈皎宇)昨日,爱知·名古屋亚运会游泳项目进入第二个比赛日,宁波泳将继续在泳池中收获奖牌。女子200米个人混合泳决赛中,余依婷以2分07秒99获得银牌。男子4×200米自由泳接力决赛,中国队以7分00秒17夺冠并打破亚洲纪录,参加上午预赛的宁波老将汪顺也随队收获金牌。

女子200米个人混合泳决赛,余依婷与小将于迪上演了一场高水平的“中国德比”。最后50米自由泳成为胜

负关键。于迪在冲刺阶段完成反超,以2分06秒10率先触壁,夺得冠军并刷新亚洲纪录。余依婷获得亚军。

同一天,32岁的汪顺也再次为中国贡献力量。当天上午男子4×200米自由泳接力预赛,中国队派出徐海博、赵嘉悦、王浩宇和汪顺,汪顺担任最后一棒。汪顺入水后迅速完成反超,最终将优势守到终点,中国队排名预赛第一顺利晋级决赛。

晚间决赛,中国队后来居上以7分00秒17的成绩率先触壁,夺冠并打破亚洲纪录。汪顺也将这枚亚运金牌收入囊中。

两天两金 林鑫瑜为中国队创造历史



林鑫瑜在比赛中。

(新华社发)

本报讯(记者龚旭琪 通讯员陈皎宇)昨日,爱知·名古屋亚运会铁人三项项目迎来第二个比赛日。在蒲郡商会议所及周边道路进行的混合接力比赛中,由林鑫瑜、李明旭、黄安琪、张玺瑞组成的中国队一路占据主动,最终以1小时25分54秒夺冠,中国队首次获得该项目金牌。

混合接力赛程短、节奏

快,每名运动员都要完成300米游泳、6.6公里自行车骑行和2公里跑步,随后与下一棒完成交接。项目在比拼个人能力的同时,更考验队伍整体衔接与团队协作。最终,中国队以1小时25分54秒的成绩冲过终点,领先第二名日本队51秒。中国香港队以1小时27分25秒获得铜牌。

这是林鑫瑜在短短两天内收获的第二枚金牌。

今秋有“趣” 400余项精彩活动玩转宁波

记者 俞家嘉

昨日,2026年全省秋季文化和旅游消费季暨“家国同庆·浙里畅游”秋季系列活动在宁波正式启动。活动现场不仅发布2026全省秋季文旅消费券、“百千万”矩阵、推出超3000项文旅惠民福利,宁波“今秋·趣宁波”秋季文旅活动、“全省快递小哥游宁波”两大重磅特色内容也同步亮相。

2026年“今秋·趣宁波”秋季文旅系列活动聚焦美食、秋色、文博、禅意、赛事(演艺)五大领域,精心推出寻鲜、七彩、文脉、静心、活力五大主题游戏共计400余项文旅活动,串联山野自然与都市烟火、日间漫游与夜间游乐,无论是打卡出片族、文艺爱好者,还是亲子遛娃家庭,都能在宁波找到专属秋日旅程。

为进一步提振文旅消费、惠及广大游客,从9月21日起,宁

波同步发放第三期文旅消费券,总金额达2011万元。游客可通过飞猪旅行、携程旅行、大麦网、“有票就GO了”四大平台便捷领取、直接抵扣,切实降低出游成本,让秋日畅游更加实惠省心。

此外,宁波文旅联合邮政管理拓宽“票根经济”应用场景,重磅启动“工牌即票根,全省快递小哥游宁波”专项惠民活动。

全省快递小哥只需登录“有票就GO了”小程序完成身份认证,即可解锁全链条文旅专属优惠福利:可享受全市热门景区低至5折游玩、100余家合作酒店7折入住、城市精品休闲线路7折体验、40余家网红村咖免费打卡体验等权益,同时可领取366元滴滴出行专属券包,以及银泰、万达等核心商圈专属消费优惠,实现吃、住、行、游、娱一站式畅游。完成认证的快递小哥还可参与幸运转盘抽奖,40名幸运用户将获得“宁波免费两日游”专属大礼包,沉浸式领略甬城秋日风光与人文底蕴。

邀你用镜头定格校园之美 “‘甬’抱校园·拍爆青春”宁波高校图片征集活动启动

记者 王博

你的校园有哪些秀美的风光?有哪些独具特色的建筑?

你可以拿起相机和手机,把这些美好一一记录。

昨日,由宁波日报报业集团甬派传媒、“晴彩宁波”城市资源共享平台联合发起的“‘甬’抱校园·拍爆青春——拍一拍我的校园”图片征集活动正式开启。

作为“潮甬启新程·青春竞出彩”第四届大学生友好季人才礼遇活动的重要组成部分,本次活动旨在鼓励大家用镜头捕捉青春瞬间,定格宁波高校独特魅力。

本次活动以“拍爆青春”为导向,参与对象为宁波各高校全体在校大学生(本科生、研究生、博士生),教职工及毕业5年内的宁波高校校友。

征集时间为2026年9月21日-10月31日。

作品要求主题紧扣“‘甬’抱校园·拍爆青春——拍一拍我的校园”,内容可涵盖校园运动

场景(如操场打球、运动会)、学习场景(图书馆自习、课堂互动)、生活场景(宿舍团建、校园夜市)等青春相关画面。

作品形式为数码摄影,单幅、组照均可。单幅作品提交不超过10张;组照每组3-8张,需体现故事性、彩色、黑白不限;可提交带校园场景的Vlog截图。

作品格式为JPG/PNG,单幅大小2MB-10MB,无水印、无边框;后期处理可调整亮度、对比度,但不得合成、添加虚假元素,需保留校园场景真实性。

作品需为原创,作者拥有完整著作权,严禁抄袭。

优秀作品将在甬派APP“拍一拍我的校园”专题、“晴彩宁波”城市资源共享线上平台进行展示。活动结束后,我们将选出20件优秀作品,为作者颁发证书,并发放100元至2000元不等的奖品。

具体的投稿方式,请扫描右侧二维码。



桨板逐浪赴佳期

中秋佳节前夕,爱恋浪漫绽放。上周末,“海誓山盟 幸福港湾”北仑区2026年集体颁证婚礼在春晓街道明月湖度假营地顺利举办,8对新人在独具滨海风情的水上浪漫之约。本次集体婚礼将当代水上桨板元素与新中式东方美学巧妙融合,倡导文明节俭、简约质朴的婚恋新风,花好月圆喜迎中秋佳节。

(徐能 许天长 王佳 蒋晓东 摄)

“盛”柿迎客

■ 丰景甬动

记者 王博 通讯员 赵以勒

昨日,盛柿农场迎来采摘季,漫山柿树上缀满金黄果实,空气里裹着清甜果香。

盛柿农场坐落于海曙区章水镇赤水村,海拔600米,占地40亩,种植太秋甜柿1600余棵。

记者现场采访时看到,农场内人气十足,游客穿梭林间、挑果采摘,欢声笑语不断。

“早就听说太秋甜柿名气大,今天特意过来。果肉脆甜不涩口,水分特别足,口感太惊艳了!”一棵柿树下,游客马苏娟一边采摘,一边称赞。

农场深处,一名美食主播正举着手机现场直播,镜头对准挂满枝头的甜柿,热情推介。通往农场的盘山公路蜿蜒而上,不时有游客上下往来。

该农场于2021年建成,去年首次

挂果便凭借良好口碑热销一空。今年不少老顾客提前预订,回头客占比极高。

据了解,随着中秋、国庆等节假日接踵而至,农场将迎来采摘高峰。

“去年中秋和国庆假期,农场天天爆满,客流络绎不绝。今年,已经有不少老客户来电咨询了。”农场负责人王飞军说。

为满足游客的味蕾,迎接即将到来的采摘大军,王飞军不仅坚持原生态种植,让大家吃到最地道的甜柿,还在上山道路两侧增设多处指示牌,方便游客顺利找到农场。

“游客在盛柿农场采完柿子之后,可以先在赤水村内转转,去章水味道共富工坊采购点土特产,到农家乐吃上一顿地道农家菜。之后再前往李家坑村、茅镬古树群打卡,返程途中还能欣赏皎口水库、周公宅水库的湖光天色。”章水镇相关负责人说。

小小的甜柿,既甜了游客味蕾,也鼓了农户腰包,成为秋日农旅融合的亮眼名片。



王飞军正在采摘柿子。

(张昊桦 摄)