

走进大师厨房家常菜学习招募中

自然 健康 品味和谐生活

新民好吃学院联手沪上餐饮巨头和记小菜，共同举办的“走进大师厨房”经典本帮菜学习，日前正式开始接受报名。在学习美食制作的同时弘扬海派美食文化。

上海和记餐饮管理有限公司是上海知名餐饮企业。主要经营本帮菜，由于口味正宗，别具一格的装修环境，受到了众多消费者的肯定，目前已经在沪上经营多家连锁门店。

据了解，走进大师厨房——将在和记小菜总厨徐俊创办的中央厨房举办。学员们将先参观徐大师中央厨房，然后由徐大师亲自教授三道美味可口的家常

菜和一道例汤，这三菜一汤都是由徐大师亲自烹饪，接近平常百姓家庭口味又享有和记小菜的健康美味。

每一位学员均可获得印有和记小菜和新民好吃学院的围裙及价值20元的和记小菜优惠券一张。届时通过报名环节，选出最先报名的10位学员参与“走进大师厨房”烹饪学习，10位学员皆可获得有和记小菜与新民好吃学院联合颁发的“和记餐饮学院厨神”证书一张，限定版VIP卡一张。

爱美食享生活的你从现在开始拨打021-52927777进行报名。名额有限，欲报从速！

好吃学院中式点心班开始招生



去年，好吃学院首度开设中式点心班，由于是贴近老百姓生活的日常点心，课程火爆程度前所未有，几次课程开班前半个月就已完成报名。今年，不少学员反复征询中式点心班何时开始招

生，为了让沪上优质的传统美食走进日常百姓生活。好吃学院中式点心班于近日开始招生，有兴趣的学员可致电021-52927777进行报名。

中式点心导师杨时红，是中华职业学校中式点心学科带头人，早年前往日本学习点心制作，在日本潜心钻研点心制作十年，精通中华传统点心制作，将中华传统点心与日本健康饮食文化相结合，打造出好吃健康的中式点心。

现在起，**报名新民好吃学院中式点心班仅需200元/人**，详询：021-52927777

五谷杂粮 免费发放

上海地区60周岁以上离退休人员物资无条件免费发放通知

本公司致敬为国家做出贡献的离退休干部，为各条战线辛勤耕耘一生的老同志，您们辛苦了。

要想长期保持健康，学会科学膳食，五谷杂粮中含丰富维生素，以及人体必需的多种矿物质、微量元素、粗纤维等人体健康不可缺少的营养元素。

本公司为答谢退休老干部，以及曾在各个工作岗位做出杰出贡献的老同志们，为了解决中老年人膳食过于精细的问题，帮助中老年人科学合理的搭配食用粗粮，最终确定了上海地区1500名受益者名额，通过12个月合理膳食，帮助他们养成良好的饮食习惯。60岁以上的中老年同志将成为本次活动最大受益者。

针对本次活动我公司特精心挑选了数种营养丰富的杂粮，按照人体所需的矿物质和维生素的标准精心搭配。

本次精选杂粮5种(2500g免费赠送)除此之外：

(1)还将为每一位通过审核的中老年同志免费赠送福利卡，补助到江苏、浙江、安徽等上海周边四天三夜游158元/位。

(2)有机农庄基地免费品尝价值158元/位一次。

凡年满60岁以上离退休人员均可参加(此活动仅限一次)

1、详情请到本公司咨询，凡被通过审核后 will 免费获得12个月粗粮供应。

2、所有领取人员需本人前往，并携带本人身份证及有效证件，以家为单位，夫妻优先。

领取电话:4000872920 陈主任

领取时间:2016年5月12日、13日、14日、15日、16日、17日、18日、19日
(上午8:00-下午17:00)中午休息一小时(12:00-13:00)敬请谅解

领取地址:上海市普陀区新村路423弄绿地威科1号楼1004室

乘车路线 ① 321、68、78、165、547、702、907、937到志丹路新村路下车
② 107、224、510、944到甘泉新村路下车
③ 乘地铁7号线新村站下车1号出口步行300米

知名品牌“苏中大地”农产品上市

90元/10斤

苏中大地有机大米
真正吃口好的大米

- 天然有机的栽种方式
- 不使用化学肥料、农药和生长调节剂等
- 香气弥漫，米饭油亮晶莹
- 口感细腻，细细咀嚼微甜明显

150元/组
(凤鸡1只+凤鹅1只)

风鹅风鸡
古法制作鲜嫩可口

- 历史悠久
- 古法制作，风味弥新
- 肉质细腻，味道鲜美
- 富含人体所含氨基酸

150元/52只

高邮咸鸭蛋
席上珍品好滋味

- 纯天然养殖
- 产蛋多，蛋头大，蛋黄比例大
- 正宗高邮咸鸭蛋蛋白洁白，软嫩，蛋黄香、入口细柔，回味悠长。

“排骨年糕大王”鲜得来

鲜得来 眉毛都掉了

排骨、春卷大礼包

10块排骨
(每袋5块,共2袋)

2盒虾仁荠菜春卷
(每盒400克,共2盒)

大购价: **141元**

排骨大礼包

20块排骨
(每袋5块,共4袋)

大购价: **170元**

金宗北斗大红袍礼盒

158元/83克(10泡)

好色之茶礼盒
道听茶说礼盒

- 非遗传承人监制
- 高品质福建岩茶
- 条索清晰、叶底丰厚
- 100%产自武夷山区

福鼎白茶 越陈越香

68元/300克

福鼎白茶，历史悠久，被誉为“茶叶活化石”。过去，福鼎白茶是作为一种特种外销茶类，国内并未广泛流行，但老茶客都知道，福鼎白茶是茶叶中的精品，而且越陈越香。福鼎白茶浓厚回甘的滋味，天然古朴的制茶工艺，显著奇特的养生功能，让福鼎白茶的声誉再度绽放出来。

古法制作 茶香弥漫

福鼎白茶在制作上遵循古法，不炒不揉，主要靠晒，七分晒三分焙，保证了茶多酚的氧化，保存了茶叶中的营养。福鼎白茶通常做成圆饼，饼形圆润饱满，饼面条索清晰，银润晶莹，白茶汤色杏黄明亮，滋味鲜爽甘活，入口感觉非常好，此外白茶香气高扬，毫香明显。

198元/357克

越陈越好 七年是宝

福鼎白茶素有“一年是茶，七年是宝”的说法。白茶存放时间越长，口感越好，药用价值也越高，因此受到了众多收藏家的青睐。福鼎白茶养效果极佳，令肝火旺，烟酒过度，油腻过多经常熬夜的人喝过之后感到神清气爽，可以多喝福鼎白茶。

换季上选 100%桑蚕丝被

朱阁牌桑蚕丝被挑选桐乡上等的优质桑蚕茧，内芯为100%桑蚕长丝，非柞蚕丝，由4位拉被师傅纯手工拉制而成，手工定点，不易板结成团，被芯为全棉提花面料，非棉纱，白色提花十色清新，粉色提花送朋友或者儿女喜庆体面。

65cm检测口，让您直接触摸内胆，提前致电5292777可预约上门看样。

规格有1.6m*2.1m(单人被)、2.0m*2.3m(双人被)、2.2m*2.4m(双人被)三种。

内芯净重**2斤**(不包括被套的重量)，市价1080元/条，**现优惠价799元**；

3斤市价1530元，优惠价1199元；

4斤市价1980元，优惠价1499元，并送床品套件；

子母被的母被内芯净重3斤，子被内芯净重1.2斤，市价2180元，**优惠价1599元，送床品套件。**

您订购2条蚕丝被，也可获赠床品套件1套(三件套/四件套，花色随机)，优惠不重复享有，上海地区免运费。

新民晚报 订购热线: 52927777 (每天8:00-20:00)

登录: www.xinmindagou.com 在线订购 (因银行系统维护暂停)

首单立减10元

首单立减10元

首单立减10元