

通过 增加 海鲜 营养

中国居民膳食指南 最新调整



YUTAI
青岛渔泰

较上一版有哪些调整？



- 与2016年的膳食指南相比，2022年版本对膳食宝塔的推荐摄入量进行了细化。
- 最新的指南进一步限制了盐的摄入量，从原来的<6克减至5克以下。
- 增加牛奶和乳制品的摄入量。
- 而动物性食品则合并为120-200克。
- 谷类和薯类要均衡。

健康中国 合理膳食

- 中国营养协会建议中国公民吃鱼虾等水产类食物，对预防血脂异常和脑卒中等疾病有一定作用。
- 欧米伽3摄入量不足，再加上盐的摄入过多，是慢性病和癌症类型发病率上升的两个驱动因素。
- 建议每周食用畜肉类小于500克。



YUTAI
青岛渔泰

海鲜成为优先选择

- 鼓励每周最好食用2次鱼，或相当于每周300至500克。
- 鱼、虾、贝类和其他种类的海产品脂肪含量低，是更健康的蛋白质和欧米伽3的来源。
- 摄入更多的鱼、虾和水产品，经常食用奶制品和豆制品，适量的谷物、肉类和家禽，以及少盐的清淡烹饪，代表了一种健康的饮食方式。



YUTAI
青岛渔泰

作为B2B买家 您需要了解的内容

- 在中国，零售业已经成为并将继续成为海产品的一个重要营销渠道。在疫情封控期间，去市场购买海鲜很难实现。
- 随着住宿餐饮相关服务的关闭，海鲜产品主要通过零售和电子商务渠道进入消费者手中。
- 消费者已经体验到了在家里烹饪美味海鲜的可能性，并可能比疫情发生前更频繁地在家做饭。
- 消费者也更加关注海产品的质量、安全认证和海产品的健康益处。
- 拥有优质品类和质量的海鲜产品是为你带来更多顾客的关键。

为您的货架选择合适的海鲜



YUTAI
青岛海泰





跟上日益增长的海产品需求

选择可靠的供应商

- 稳定的供应以满足客户需求。
- 提供卓越的客户服务。
- 提供营销支持，让消费者了解众多海产品的好处，以增加销量。
- 依托可靠、优质的品牌吸引年轻消费者。

为变化做好准备



YUTAI
青岛渔泰

超过11年海产行业经验



扫码关注 了解更多



青岛渔泰



龙泽鲜