



◎ 刊首语

- 1 || 饮食要多样

热点 Feature

◎ 时讯

- 4 || 2013年第一季度“上海餐饮风向标”出炉等

◎ 本期策划

- 12 || 家常美味淡水鱼

对于鱼宴，不少文人墨客留下了诗句：“久闻呼伦湖，鱼宴留声明。梅花开席上，松树卧盘中。鲤鱼呈三献，戏珠武二龙。独怜清炖美，鲜嫩醉秋风。”此处可真谓：“烟波浩渺湖山美，鱼味天下第一家。”泛舟湖上，静观鸟飞鱼跃，不失为一件惬意十足的事情。

◎ 微讯天下

- 62 || 日本制成世界最长蛋糕卷等

品味 Taste

◎ 上海好味道

- 6 || 信心美食 || 江礼肠

◎ 石库门味道

- 8 || 故园乡味分外鲜（一）|| 沈嘉禄

◎ 不素之客

- 9 || 好餐厅 || 老波头

◎ 江湖食事

- 10 || 春天的送别 || 何菲

◎ 文人沙龙

- 26 || 舌尖上的端午 || 张怡

安全 Safety

◎ 热点追踪

- 16 || 用饮水机喝水有讲究 || 艾米莉

判断一种水是什么水不能看装到什么容器内，而要看标签上标示的水的类型；瓶装水、桶装水产品繁多，有的是天然矿泉水，但很多是纯净水或蒸馏水等。

◎ 监管动态

- 18 || 上海涉嫌使用掺假羊肉的餐饮单位被查处

- 18 || 上海全面清查餐饮单位肉品经营

- 18 || 防控禽流感，上海严查餐饮服务单位

- 19 || “减肥胶囊”等10种假冒保健食品被曝光

◎ 知识链接

- 19 || 哪些食品容易让孩子早熟

◎ 法规解读

- 20 || 上海首次发布冰点心地方标准

- 21 || 儿童食品安全，贵在平常心 || 舸道

◎ 环球速递

- 22 || 欧盟规定罐装宠物食品中三聚氰胺限量等

◎ 百姓关注

- 23 || 你的饮食中铝过量了吗 || 沈一萍

◎ 老马识毒

- 24 || pH试纸巧辨猪肉新鲜度 || 马志英

◎ 互动平台

- 25 || 举报热线：12331

食尚 Trend

◎ 九州美食

- 27 || 粥成主角 || 唐仁承

◎ 百佳好味

- 28 || 上海会馆舌尖惊艳 || 野鹤

- 29 || 禽流感来了，还能吃什么 || 老饕

◎ 江南当家菜

- 30 || 乌镇老鸭千张结 || 孔明珠

◎ 厨艺秀场

- 32 || 啤酒香辣小龙虾 || apple爱自己

◎ 红酒月历

- 33 || 半干起泡酒、半干白将是大众消费趋势 || 吴书仙

饮酒和吃饭对于大多数人来说是非常私人的事，昂贵的食物和酒有时并不见得您会喜欢，便宜的也不见得对您就不好，选自己喜欢和适合是最重要的。

◎ 厨厨动人

- 34 || 从大厨到老板——感悟汤龙 || 闲云

◎ 饕餮风尚

- 36 || 老店新开，美味升级 || 紫苏

- 38 || 名扬四海的五芳斋 || 陶观武

◎ 家厨事典

- 40 || 美国生鲜火鸡制品 || 桂楚汉

- 41 || 缤纷火鸡美食 || 桂楚汉

◎ 食粹

- 43 || 甜爱路上的浪漫小屋 || 苜萝

- 43 || 和风料理铁板堂 || 苜萝

◎ 调料十二宝

- 44 || 滋味中的“和谐大使”——味精 || 宋建华

◎ 东方厨情

- 46 || 美女秘制下酒菜

乐活 Lohas

◎ 名医观点

50 || 何如就此禁了“活杀” || 杨秉辉

◎ 健康生活

51 || 当心，有些癌症可能是“吃”出来的（一）|| 孟拓

◎ 药膳食疗

52 || 黑色食品的食养、食补与食疗（四）|| 吴鼎坤

53 || 常见病药膳食疗（五）|| 乾人

◎ 食亦有知

54 || 嘉仕有机，放飞梦想之地 || 指纹

55 || 走出蜂蜜减肥的误区 || 曾先知

◎ 营养大讲堂

56 || 防治高血压，千万别摊上大事（二）|| 金文泉

◎ 旅游时光

58 || 崇明，天然氧吧

没有多少工业污染的环境，是上海仅存的为数不多的自然土地，因此这里的食物并不以精制的烹调或复杂的用料来吸引食客，只需朴素的态度来呈现出食物本身的原味，就足以令人食指大动。

61 || 六月旅游日历等

◎ 健康食品超市

64 || 野生葛根粉等

下期要目

- 市井熟食
- 雨中野火饭
- 上班族午饭吃什么
- 龙两味
- 私房新菜
- 王家姆妈和李家伯伯看病的故事

封二 || 喜福来红蛋

封三 || 冠圣生野生葛根粉

封底 || 恩泉有机红花山茶油

专家委员会

(以姓氏笔画为序)

马志英 (上海市食品协会专家委员会主任)

王锡昌 (上海海洋大学食品学院院长)

厉曙光 (复旦大学公共卫生学院营养与食品卫生学教研室主任)

孙建琴 (复旦大学附属华东医院临床营养中心主任)

乔勇进 (上海市农业科学院农产品加工研究室主任)

沈丕安 (上海市名中医、主任医师、上海药膳协会会长)

李云飞 (上海交通大学食品科学与工程系主任)

杨秉辉 (中华医学会常务理事、中国健康教育协会副会长)

杨平 (上海市科委科普工作处正处级调研员、高级工程师)

陈娟娟 (上海市餐饮烹饪行业协会副秘书长)

陈有容 (上海市食品学会乳酸菌专业委员会主任)

陈德兴 (上海中医药大学教授、博导、上海药膳协会副会长)

张克春 (上海市奶牛研究所所长)

严维凌 (上海市食品研究所总工程师)

刘少伟 (华东理工大学生物工程学院食品科学与工程系教授)

姜培珍 (上海市疾病预防控制中心主任医师)

曹文明 (上海市粮食科学研究所副所长)



《食品与生活》

——上海市食品安全委员会办公室、

上海市食品药品监督管理局 (SHFDA)

指定合作媒体

本刊声明

- 1、从稿件投到本刊之日起，三个月内未得到录用通知、发表在杂志上的，投稿者方可自行处理。原稿件一律不予退还，敬请自留底稿。请勿一稿多投。
- 2、本刊作者须保证来稿中(含图、照)无侵犯他人著作权或其他权利的内容，并将对此承担责任。稿件自发表之日起，本刊拥有其专有出版权、网络传播权及转授第三方使用权等。
- 3、本刊选用或转载的文章图片，都按规定向作者支付稿酬，如三个月内未能准时收到稿酬者，请速与本刊编辑部联系。
- 4、如对上述合作条件有异议的，请在来稿上注明，否则将视作同意。
- 5、如发现本刊有印刷质量问题，请直接与印刷厂联系。电话：021-56928211。



醇正好味道 欢乐100%



年轻好体态 健康好人生



嘉仕有机 就是为你



采百花精华 酿王凯真品



天茸生态 自然健康



中国茶油 恩泉品质



传统红蛋 经典传承



健康福圣元 快乐好睡眠