



微信支付 新华社记者 王申摄



心跳实验 新华社记者 薛玉斌摄



科技下乡 放科技宣传传单万余份。



盾构始发 陈凯 姚祖会 张振鹏

营养快餐

秋季多吃7种水果

梨——去火 梨又被称作快果、玉乳，因鲜嫩多汁被称为“天然矿泉水”。

葡萄——补虚健胃

成熟的浆果中含有15%—25%的葡萄糖以及许多对人体有益的矿物质和维生素。

石榴——补充水分

石榴中富含矿物质，并具有两大抗氧化成分——石榴多酚和花青素。

甘蔗——滋养

甘蔗中含有丰富的糖分、水分，还含有对人体新陈代谢非常有益的各种维生素、脂肪、蛋白质、有机酸、钙、铁等物质。

山竹——去燥热

山竹果肉内含可溶性固形物16.8%，柠檬酸0.63%，还含有其他维生素B1、B2、C和矿物质。

樱桃——平肝去热

果实性味甘温，有调中益脾之功，对调气活血、平肝去热有较好疗效。

数字时尚

饭菜好吃不好吃，除了烹调技术，还跟水的质量相关，优质的水可以更好提升菜品的美味度。请关注——

饭菜香，水质很重要

本报 记者 马爱平 刚认为，过甜伤胃，过咸伤肾，过辣对身体的伤害是整体的，多数身体不好、气血两虚的人口味偏重。

打破砂锅



画中有话 10月9日，“虚拟养老院”——长沙市雨花区社区为老服务信息平台正式挂牌。

六档全球大热综艺落户优酷土豆

科技日报讯（沙雯）日前，中国网络视频行业领军企业优酷土豆集团宣布，与英国顶级节目制作商 FremantleMedia (FML) 达成了三年的独家战略合作。

老幼进补 驴肉为佳

本报记者 杨朝晖 有独特效果。中国农大食品科学与营养工程学院研究进一步证实了驴肉的营养价值。