

中秋月饼市场劲吹“健康风”

随着中秋佳节日益临近,传统节日美食月饼成为市场主角。9月24日,记者走访城区多个商超发现,今年的月饼市场,传统与创新、实惠与健康并存,除传统风味的五仁月饼外,低糖、无糖、杂粮等健康概念月饼非常受欢迎,月饼口味推陈出新,玩出了新花样。

□文/图 本报记者 刘晓梅



城区一家超市在售的月饼。

月饼热卖,健康概念格外吸睛

9月24日,记者在城区佳乐家超市谷德店看到,月饼专区布置得喜庆红火,展架上各式月饼琳琅满目。为迎合现代人的健康需求,低糖、无糖、杂粮等健康概念月饼被摆在货架醒目位置。无蔗糖黑麦老五仁月饼每斤售价35.9元,有不少顾客在选购。据工作人员介绍,这是一款用海藻糖代替蔗糖的月饼,甜度、热量低,更加健康。

79元一盒的糖醇月饼也非常受欢迎。“这种月饼适合老人吃,我母亲患有糖尿病,可以适当吃一些这种糖醇月饼,马上就要过中秋节了,我买两盒送给母亲。”正在选购月饼的王女士说。

在大润发超市(奎文店),在售月饼种类繁多,有晋式、京式、港式、广式、苏式月饼等。多款粗粮月饼吸睛,其中一款粗粮老月饼每斤售价12.9元,还有一款粗粮全麦月饼每斤售价13.8元,含有黑米、黑芝麻等食材的五黑月饼及含有枸杞、红豆等食材的五红月饼每斤售价18.8元。还有不少礼盒装的月饼同样打出了低糖、无糖、杂粮等健康概念,在口味上推陈出新,不仅有五仁、玫瑰月饼,还有山楂荞麦月饼、椒盐酥月饼等。每盒售价168元的糖醇月饼,有南瓜、山药、椒盐等口味,吸引了不少顾客选购。

“今年月饼市场主推健康化,而且性价比高,价格很实惠。”正在选购月饼的市民高先生对记者说。

新潮与传统口味相互交融

为满足不同消费者的需求,今年市场上许多月饼的体积变得更加小巧,不少大品牌 and 老字号月饼商家推出了迷你款小月饼,往年月饼每个重量多在100克左右,而迷你款月饼每个重量多在35克至50克之间,既满足了健康饮食的需求,又让消费者可以品尝更多口味。

在佳乐家超市谷德店,多款迷你装月饼深受市民青睐,售价268元一盒的迷你小月饼买一盒送一盒,每盒有24个月饼,口味各不相同,有龙井豆沙、大红袍豆沙、奶油抹茶腰果、蛋黄莲子等口味,月饼五颜六色,小巧可爱,非常诱人。“这种小月饼口感丰富,而且都是冰皮的,年轻人更喜欢。”工作人员说。

另外,在大润发超市(奎文店),流心冰皮的果香类月饼每盒售价七八十元,非常受欢迎,还有新疆蛋挞奶皮子奶酪月饼及各种口味的蛋月烧月饼。“我喜欢尝试新口味的食物,冰皮月饼口味独特,而且包装非常美观,孩子肯定喜欢。”市民王女士说,现在月饼的口味越来越多,经常有很多让人意想不到的新奇口味。

在采访中,记者发现,市场上没有超过三层的过度包装月饼和超过500元一盒的“天价”月饼,多数礼盒月饼的售价在每盒200元左右。一名超市工作人员说,现在厂家按照国家相关规定生产,月饼包装“轻装上阵”,更加注重健康化。消费者对月饼的选择,更关注产品本身的口味、健康内涵,而非单纯看包装和价格。

“潍坊银行杯·我的育人故事”主题征文大赛部分作品展示

目前,“潍坊银行杯·我的育人故事”主题征文大赛作品征集正在火热进行中,这不仅是一场文字的竞技,更是一次教育初心的集体回望与深情告白。来自全市的教育工作者纷纷提笔,将那些深藏于心底、闪耀着智慧与仁爱的育人故事娓娓道来,让我们透过这些参赛作品,提前感受那份浸润心灵的感动与力量。

欢迎全市教育系统的教职员工继续将作品发送到邮箱:wfrbwsfwh2025@163.com,或将稿件就近递交到潍坊银行营业网点。作品需注明作者真实姓名、所在学校、联系方式。投稿截止时间为9月30日。(特别声明:本次作品展示不作为大赛评奖依据)

□本报记者 窦圆娜 整理

我的育人故事

——不忘初心,让梦开花

时光流转,岁月匆匆,转眼我从教已有六个年头。当我提笔想写我的教育故事时,我问了自己三个问题:第一为何从教;第二何而为师;第三何以为教。

为何从教?为的是心底深处一颗教育的种子生根发芽。

平凡如我,小学一二年级时的我在课堂上胆小不自信,直到三年级遇到王老师,她的语文课改变了我。当我努力答对问题,王老师肯定的眼神特别真诚,鼓励我的语气特别笃定,让我坚信自己可以。原来一名教师可以有这么大的魔力呀。可能就是在那时,一颗教师梦的种子在我心里生根发芽。

何而为师?我的理解是付出,是给予,是心里有梦,是眼里有光。

在我正式踏出校门步入工作岗位之前的一个暑假,因为心中有一个教师梦,我选择了和社团内志同道合的同学们一起去支教。我支教的地点因海拔高,在炎炎夏日仍能感到丝丝凉爽。这里的学生大部分是父母外出务工跟随老人生活的留守儿童,孩子们对于一群大学生的到来感到很新鲜,但很快引起我关注的是角落里的他——一个倔强瘦弱、皮肤黝黑的男孩。他上课从不正视我,下课也不和别人谈笑,就像一只缩进自己壳里的小蜗牛,看不出他的快乐。我开始留心观察他,发现放学后他经常自己去操场,盯着篮筐看一会,在两个篮球架间溜达几圈后才恋恋不舍地走回家。我大概猜到了他的喜好,开始有意识地陪伴他,于是每天下午放学后,简陋的操场上,这个瘦弱的男孩后面,多了一条大大的“尾巴”。虽然我和他谈心,他也仍然是淡淡的毫无波澜,但是我明显感到他非但不排斥,甚至在我走慢时还会停下脚步等待。我提议用众筹的支教经费送他一个篮球,于是一

个多月后的支教生活结束那天,孩子们都领到了自己喜欢的文具,只有他收到一个篮球。他笑了,而且鼓起勇气和所有的支教大学生说了一句:“谢谢你们,我奶奶让我谢谢你们,老师。”最后他的目光落在了我身上。我面带微笑说不客气,但内心已经波涛汹涌。他叫我老师!我后悔没有说些什么,那时的自己也不知道该说些什么,但我从他的笑容和感谢中知道,我做了一名老师该做的事。

何以为教?我坚信是一棵树摇动另一棵树,一朵云推动另一朵云,一个灵魂唤醒另一个灵魂。

教育是最温暖的情话,我说给学生听,我的学生同样也会说给我听。身为教师,我一直有咽炎的老毛病。某次因各种原因咽喉发炎,嗓子失声,班里的孩子纷纷花式关心,让我多喝水、请假休息,甚至还有用调料盒子装来桂皮让我泡水的,这一看就是临时抓来的工具呀。事后我问他们怎么这么会关心人呢?他们说:“您平时就是这么关心我们的呀。”是啊,教育从来就不仅仅是知识的传输,同时还有育人的使命。

不忘教育初心,牢记教育使命,我希望我的坚守换来学生的健康成长,做一个有情怀的教师,做有温度的教育,做最好的自己!教育这条长长的路,我会慢慢走。

(作者:姜慧)

微光点亮星海

——一位新时代教师的初心与坚守

暮色沉沉,窗外小区的灯一盏盏熄灭,唯有我书房的那盏台灯依旧亮着。橘黄色的光晕透过窗玻璃,在空荡的客厅上铺开一条温暖的小径。我坐在桌前批改作业,笔尖滑到小宇的作文——《我想成为一个有用的人》。字里行间,那个曾经叛逆、倔强、总低着头少年,正一点点抬起眼睛,望向更远的天空。

第一次见到小宇,是在初一开学的清晨。他背着一

个旧书包,衣角泛白,眼神里带着生人勿近的防备。课间,他总是站在走廊尽头,双手插兜,仿佛与世界隔着一层看不见的墙。我知道,这样的孩子,需要的不是说教,而是耐心与温暖。

有一次晚自习,我发现他在草稿纸上“沙沙”画着精细的人物肖像,而不是写作业。我没有打断,只是轻轻走过去,俯身低声说:“你的绘画很是精致,要不要帮班级画黑板报?”他怔了一下,点了点头。从那天起,他开始主动在放学后留下来画黑板报,偶尔也会和同学交流几句,像冰面下的水,悄悄开始缓慢流动。

冬日的清晨,他只穿着单薄的校服。我把自己的手套递给他,他却红着脸摇头:“老师,我不冷。”我没有再劝,只是在他抽屉里放了一副棉手套和一张小纸条:“天很冷,别让手冻僵,你的画还等着它们呢。”第二天,他交上来的语文作业,字迹更加认真了,还画了一张卡通笑脸。

真正让他改变的,是那次校运动会。男子三千米赛道上,我陪着他从起点开始大步向前奔跑,他却在最后一圈摔倒,膝盖磨破了皮,仍咬着牙爬起来继续向前。冲过终点时,全班同学呐喊着他的名字,为他加油鼓掌。他满脸通红、大口喘着气望向我,我竖起了大拇指。那一刻,他的眼睛里,第一次有了光——那是被理解、被接纳后的光。

如今,小宇已经上初三,成绩稳步提升,还在县级绘画比赛中获奖。他说,他想考师范大学,将来像我一样,做一个能照亮别人的老师。

我常常想,教育的意义,不仅在于传授知识,更在于在学生心中播下爱与希望的种子。那盏深夜不灭的台灯,照亮的不仅是作业本上的字迹,更是一个个稚嫩而昂扬的灵魂。在这个新时代,教师的使命,是用自己的微光,汇聚成照亮学生前行之路的星海。无论岁月如何流转,我都愿守着这份初心,用爱与责任,温暖每一个孩子的成长旅程。

教育,是一棵树摇动另一棵树,是一束光点亮另一束光。而我,愿做那束不灭的微光。

(作者:李子超)