

# 豆腐、鸡腿、大白菜 为何成了学校食堂的当家菜

## 家长认为,营养再好吃多了也会腻,希望多增加些品种

不爱吃鸡腿,就怕吃肉圆,萝卜、豆腐、大白菜成了“老三篇”……日前,两位妈妈在谈到各自的女儿时,总结出了一个饮食“共性”问题。

不怪食堂菜口味不好,不探究为啥烧这些菜的原因,不少妈妈就希望食堂菜品能丰富一些。一位在三年自然灾害中吃过苦的奶奶更是一语中的:再好吃的菜都不能多吃!比如,时下流行的健康食品胡萝卜、野菜,她就不碰,她们那代人当时就吃够了。

### 大白菜烧粉丝,看了就犯恶心

丁女士和周女士在一家公司上班,两人闲聊买菜经历,谈到了一个共同话题,家里几乎不买萝卜、豆腐、大白菜。

“我家丫头不吃。”丁女士说,学校经常弄这“老三篇”,女儿吃够了、吃腻了、吃怕了。有一次,朋友送来一只咸鹅,老公用大白菜粉丝炖了一锅,闻起来格外香!不料,端上桌后,女儿看了就犯恶心。原来,冬天学校食堂特爱用大白菜烧粉丝,有时五天

能吃两三顿这道菜!

“是不是考虑成本,食堂做这几道菜相对多一些?”丁女士猜测,周女士认为也不尽然。她分析认为,方便是其中原因之一。

这两天,记者随机调查了20位小学生,其中有12个孩子都表示不喜欢吃萝卜、豆腐、大白菜,还有一名小学生总结了一句雷人的话,“萝卜烧肉,越烧越臭。”

“我觉得不完全是孩子挑食问题。”周女士说,大锅菜本来就不太好吃,经常吃孩子肯定腻。她还举例说,她家孩子本来很爱吃鸡腿,但是现在很反感,因

为学校经常烧鸡腿、鸡块、鸡柳、鸡翅。为了调节孩子口味,周女士表示,“现在再也不买冻鸡。”

小学生伙食果真如家长们所说的么?昨天中午,记者前往一家小学食堂看了个究竟。负责这家食堂的经理向记者出示了上周的菜单,从周一到周五,荤菜分别为红烧鸡腿、肉圆、鸡块、蛋饺、鸡柳。在蔬菜一栏中,豆腐、白菜、萝卜均在其列。不过,该经理告诉记者,他们的食谱都由营养师专门配备,豆腐中加了肉末,以前烧白菜粉丝,现在里面加了皮肚、木耳,改成了杂烩……

此外,他们的食谱也会轮换。记者看到该食堂本周菜谱,菜谱确实有改变,荤菜一栏从周一到周五改成了:鸡排、干层肉卷、鸡翅根、盐水鸡腿、白菜牛肉。“仔细看一看,你不觉得貌似差不多吗?”一名小学生幽默地说,“食堂师傅是不是跟‘冻鸡’有仇啊?”

### 再好吃的菜也不能多吃

“众口难调,我也不能怪大锅菜烧得不好吃。不过一种口味的菜,一吃就是6年真难为孩子。”丁女士说,真希望承包食堂的人能多用一点心思在饮食上,多给孩子换几个花样。

“再好吃的东西,都不能多吃。”丁女士的婆婆一语中的。婆婆介绍,现在人都把胡萝卜当“人参”、视作营养品,但她几乎不碰。三年自然灾害那会儿,每到秋天,家家户户都要从生产队里分回几筐斗的胡萝卜。从小,她就跟胡萝卜打拼了,胡萝卜饭、胡萝卜粥要吃好几个月,一想起那个味道就反感。“估计不止我一个,恐怕我们那个时代的人都吃够了!”

采访时,还有不少在三年自然灾害期间吃过苦的人,对时下流行的绿色健康食品不屑一顾。比如,家住红花地的徐大妈就不爱吃野菜,唐阿姨就怕吃南瓜,还把包菜称为“飞机包菜”。  
快报记者 钟晓敏

### 舌头转九球,功夫了得



廖朝文正在进行特技表演  
快报记者 辛一 摄

快报讯(实习生 朱蓓 记者 赵守诚)嘴里叼着3个摞在一起的啤酒瓶,瓶子顶端还顶着9个足球,然后通过舌头的力量,转动瓶子和足球。昨天,四川小伙廖朝文来到快报,表演了这套真功夫。

首先表演的是“钢叉转盘”,小廖拿出一根40厘米长的木棍,他称之为“口签”。接着掏出一把两头尖尖的钢叉,把一个盘子定在钢叉的尖端,然后拨动盘子的边缘,使盘子飞速转动起来。随后,又拿出一个鱼形的木片,将它和口签的尖端和钢叉的尖端对好。只见他嘴叼口签,整个钢叉和鱼形木片都随着盘子高速旋转起来。

舌头转9球是小廖的拿手绝活,他拿出两个瓶口固定在一起的啤酒瓶,在瓶子的上方放置一个特制的透明塑料板,再用一些小塑料瓶垫起塑料板的四个角,上面又放置一个塑料板,在两层塑料板上放4个足球。足球在塑料板上摆放得很稳,但其实分量已经不轻了。可小廖又加了一层塑料板,再放上5个足球。9个足球摞在一起,重心依旧很稳。他拿起另外一个酒瓶,将瓶口叼在嘴里。然后,使瓶底接上瓶口相连的两个酒瓶。这样,酒瓶带着足球,一起转动起来。

围观者齐声喝彩,但不知酒瓶与足球为何转动?小廖笑称:“就是用舌头推动的。”原来,他用下唇撑起酒瓶和足球,再用舌尖轻轻推动瓶口,小伙子舌头功力着实了得。小廖很得意,他说别人最多能转8个足球,而经过他的挑战,纪录被刷新了。

台上一分钟,台下十年功。马戏团出身的小廖从2007年开始练这项技艺,技术已炉火纯青。他是四川德阳人,从小进入川北马戏团,7岁练杂技,9岁练顶技,许多高难度的杂技动作都手到擒来。

目前,他的这项舌头转动9球的特技正申请世界吉尼斯纪录。(观看视频请登录 <http://tv.dsqq.cn/>) (郑先生爆料奖30元)

### 心情抑郁痴迷酒 老汉喝出乳腺增生

快报讯(通讯员 孔晓明 记者 安莹)五十多岁失业下岗,因为年纪的原因又不能找到合适的工作,老王长期心情抑郁,就迷上了喝酒,前不久老王发现自己的乳房有些疼痛,还有些肿大,担惊受怕的他去医院检查,结果被诊断为乳腺增生。

“心情不好的时候,我就跑到酒壶前喝几口,没想到会因为喝酒得上这毛病。”老王对医生说。南京市妇幼保健院乳腺科刘小川博士说,对于女性来说,乳腺增生、乳腺肿瘤算不上是什么新鲜事,但对于男性来说,由于平时很少关注,男性乳房问题常常被忽视,因此就显得更危险,国内临床男性患者约占乳腺癌患者的1%,大多为中老年人。

据悉,由于男性乳房没有小叶及腺泡的发育,因此乳房比女性要小得多,又因为男性的乳腺组织较薄弱,一旦发生乳腺肿瘤,很容易向四周扩散,无需太长时间就能够蔓延到乳房的皮肤和肌肉组织,这就是为什么男性乳腺癌患者往往在初次就诊时病情就已经是晚期的原因之一。

刘博士提醒,男性如果发现自己有乳房增大,应尽早去医院确诊,如果是生理性或药源性的,则不必过于紧张,能自行消退或在停药后消退,如果是病理性的,则应针对病因予以治疗。

# 17男生两年接送残疾同窗上学



好兄弟们风雨无阻接送刘胜杰

春雨淅淅沥沥下个不停,刘胜杰拄着双拐,在三位同学的搀扶下走向教学楼。到了教学楼下,同学又小心翼翼地扶着他上楼。近两年来,在这样的帮助下,刘胜杰才能准时坐在教室里。

两年前,刘胜杰刚刚考进江苏教育学院,17位男同学就自告奋勇地组成帮扶小组,每天接送他上下课,去洗手间,到图书馆。如今,有更多的同学加入到这个队伍中。

不是滋味……”最近,江苏教育学院的院长办公室收到了这样一封感谢信,写信人是江苏教育学院计算机专业的刘胜杰。

高中时,刘胜杰不幸患上了“强直性脊柱炎”,双膝僵硬,需要拄双拐才能行动。“刚进学校,我就被深深地感动了。”刘胜杰说,这一天的记忆深深刻在他的心中,“辅导员老师专门给我开了个欢迎班会,临了还将一张纸条塞在我手中,纸条上有各位老师、班干部的手机号码,并叮嘱我‘有事就直接联系他们’。”

### 两年不间断接送,风雨无阻

考虑到刘胜杰行动不便,同班的17名男生组成了一支帮扶小组,每天负责接送刘胜杰上下课。“每天早晨眼睛一睁,我脑子里出现的第一件事就是——今天谁去接刘胜杰。”徐尧是帮扶小组的组长,刚开始时,因为没协调好,居然大伙儿都忘记去接刘胜杰了。看着刘胜杰一个人拉着楼梯扶手,艰难地往上走时,他懊恼极了。

后来,他们安排了时间表,

每天三人负责。其中一个人骑着车去接,还有两个人负责在教学楼等,然后把他搀扶上楼。下课了,再负责把他安全护送回宿舍。

“真的很感动,近两年来,风雨无阻,每天都能准时看到他们的身影。如果要接我,他们至少要提前半小时起床。”刘胜杰说,碰上下雨、下雪的天气,他们要起得更早,给我打伞,把我保护在中间走,“我一点儿雨都淋不到,反倒是他们常常湿透了半边身子。”

### 偷偷买部手机送给他

两年来,刘胜杰和他们称兄道弟,成了最要好的哥们儿。“最让我感动的是,他们居然偷偷给我买了部手机。”刘胜杰说,有一次他不小心把手机丢了,郁闷了很久。没想到第二天,大家居然带来一部新手机,这是并不富裕的同学用勤工俭学的钱买的。

在17位好兄弟的眼中,刘胜杰虽然病魔缠身,却天生乐观、自信,正是这种精神感染了他们。

快报记者 谢静娴 文/摄

### 一张写满关爱的小纸条

“我们班的同学,对我的帮助真是太大了。他们的帮助不管是烈日当空的夏天还是寒风刺骨的冬天,无论是刮风下雨还是大雪纷飞都一如既往,有始有终。每当坐在他们接送我上下课的自行车上往返于教学楼和宿舍的时候,每当远处总是能望见等待我的同学在上下课的人流中翘首以待的时候,我的心中真

# 怪“博士”爱捣鼓 全家迈入电动化

日本有部动画片叫《阿拉蕾》,里面的怪博士最爱在家捣鼓机器娃娃。如今,南京瑞金新村里也有个怪“博士”,天天在家里捣鼓电机。你知道吗?他家的电动按摩床、电动擦窗机、电动擦鞋机全是他捣鼓出来的。

### 药罐子成养身达人

走进曹昌举的家,第一感觉就是“乱”,柜子上都放着书,还有各式各样的瓶瓶罐罐。“这不仅是我的家,还是我的研究所。”原来曹昌举把这里自命为他的南京生活工艺研究所,自封所长。

曹昌举今年72岁,退休前

是一家无线电厂的工程师,何时成了发明“博士”,还得从他退休说起。曹老长年患有肠胃疾病,他每月要吃上千元钱的药,简直就是个药罐子,可都不大见效。一气之下,他索性不吃药了,自己研究起养生之道。“我买来医学方面的书,潜心学习。”也在这个过程中,他关注起了按摩器材。

他还记得当初想买个按摩器,可去市场上一看,乖乖,要好几百块呢。他仔细瞧瞧,不过就是装了电机产生震动,回来后他就把旧洗衣机上的电机拆了下来,装在椅子下,通上电,往上一躺,嗯,效果不错。从此,曹老的家逐

步迈入了“电动化”时代。

### 全家电动化还不花什么钱

怎么个电动化?一试便知。“来来,你躺躺我的床。”记者小心翼翼往床上一靠,哎哟,震动了,高频率小幅度,身体立刻放松下来。曹老说这个电动床原理很简单,床下安了个旧电机,装个隔板,通上电就和按摩床没啥区别了。“一个按摩器多则几千,少则几百,我这个成本不过几十元。”他说,他现在每天早上第一件事就是躺在按摩床上,舒缓下腰背。

这还不止,电动化还运用到生活用品上,一根杆子上装上圆形的清洗球,一通电,清洗球

就在玻璃上自动旋转,摩擦过的地方干干净净。曹老说灵感来源于女儿,“她总抱怨擦玻璃手要来回动,太累了,这么一来就省事多了。”这不,连他家的鞋刷子也被改造成自动的了,一根棍子前头装了把刷子,呼啦啦一运转把记者皮鞋擦得个锃亮。他说这些小发明看上去有点简陋,不过都很实用。

曹老说自己研究小发明就是为了自娱自乐,不过现在他倒有了个想法,如果残疾人、下岗人员或是大学生看上了他的哪个小发明,他愿意无偿传授秘诀,“能帮他们自主创业那就更好了。”  
快报记者 赵丹丹