附件4

温馨提示

1. 建议选择正规渠道购买具有清晰标识的粽子产品，切勿贪图便宜，避免三无产品。
2. 挑选时，要注意观察包装袋是否有破损、漏气或涨袋等现象。如有异常切勿购买。
3. 分类存放，少量购买。端午节天气炎热，新鲜粽子每次要少量购买，即时食用，食用剩余的粽子应及时分类存放冷藏或冻藏。
4. 科学食用，不可一次性大量进食，粽子大多属于高糖（高淀粉）、高能量的食物，易造成消化不良。针对特殊人群（糖尿病、三高、肝胆等疾病患者）一定要控制食用量。