

太原早市写真之四

“肉联厂”里买卖旺

开门七件事，柴米油盐酱醋茶。早7时，北营北路的太原田和市场，有买有卖，热闹非凡。这里原来是太原市肉联厂大市场，当地人习惯简称为“肉联厂”。每天清早，“肉联厂”里的肉类调料、鲜活水产、蔬菜交易等分类市场相继亮相，柴米油盐酱醋茶，汇聚成烟火气协奏曲。

早点便民

市场内的蔬菜区中央位置，十几家一字排开的各色小吃档座无虚席。油条刚从热油中捞出，金黄酥脆，老豆腐白生生滑嫩嫩，二者“携手”，绝配；小笼包、稀饭，外加脆爽的茴子白咸菜，熨帖；热气腾腾的烧麦配上丸子汤，痛快。晋南油酥饼、现烤鲜花饼、老太原打卤面、手工水饺、肉丝饸饹面、炒拨烂子、炒饼丝、葱花烙饼……太原人的人气早餐，就在眼前。

“老板，给我来一碗馄饨、一个大肉包、一颗茶叶蛋！”食客张大爷坐下后扯开嗓门喊道。店主回应：“好嘞！馄饨还是多放小葱不要香菜对吧！”张大爷笑着点头：“对，老三样。”张大爷说，他住在附近的灯泡厂宿舍，经常来这儿吃早点。老摊位，老顾客，吃着放心。早饭吃完，顺便买点蔬菜、水果回家。店主告诉记者，早点摊6时就开始上人了。



海鲜便餐

水产箱里，一只巨蟹正和一只大虾展开一场恶斗，搅得箱里水花四溅。忽然，大虾将尾部探出水箱并猛击外侧玻璃，几次重击后，居然纵身一跃，跳入旁边空荡荡的水箱……“哈哈，这海鲜瞅着就新鲜，多少钱啊？”一圈买货人很兴奋。在水产区，各色海鲜魅力不小：悠闲游弋的东星斑、胡乱扑腾的大章鱼、挤作一团的基围虾，还有生蚝、扇贝、甲鱼、太子蟹、桂鱼、海兔等各种海鲜。乳山生蚝标出了8元/500克的优惠价，明虾标价30元/500克。也有高价货，帝王蟹250元/500克、波士顿龙虾180元/500克、花龙280元/500克……买家一旦选中目标，卖家迅速从水中捞出，刮鳞、去内

脏，利利索索打包。

海鲜市场楼顶是海鲜餐厅，专门为配套海鲜产品加工而设。一家名为“金贝壳海鲜加工坊”的经理告诉记者，顾客买到海鲜后，可以直接来楼顶餐厅加工，根据食材和烹饪方法收费不同。如大闸蟹干蒸是5元/只，红烧是7元/只；鲍鱼用葱油豆豉做是5元/只，用土豆焖是50元/份，捞饭、小米炖则是13元/位；小河虾水煮是18元/份，椒盐、韭菜炒是25元/份；带鱼红烧、干炸都是35元/份；生蚝蒜蓉粉丝蒸或者烤都是4元/只；花蛤水煮18元/份，爆炒、做汤20元/份……顾客可以让餐厅做好后拿走，或者直接在餐厅享用。

食材便利

“我要这块儿五花肉，回去红烧，称称看。”“放心吧，刚杀的猪，早上刚送过来，做红烧肉的话直接给你切成小块好吧？”早8时，肉类区熙熙攘攘。家住南中环街附近的王女士相中了一家猪肉摊位，她说，这个市场货品很全，她每周开车来，集中选购一次。

除了各种现杀的新鲜牛羊肉，市场里的各种袋装冻品也看得人眼花缭乱：奥尔良鸡翅、牛羊肉串、猪脑花，还有加热即食的佛跳墙、鱼翅、鲍鱼、海参、扇贝等，被塑封在不同的包装袋中。回家直接开袋或蒸或烤，很方便。还有西餐半成品可供选择，只需解冻后略做加工，即可制成一桌西餐美食：披萨饼底、冷冻蛋挞皮及蛋挞液、淡奶油、意大利面、汉堡胚、芝士鸡排、薯条、牛排……“心情郁闷的时候，逛逛早市，沾沾烟火气，沾沾热闹心，感觉被治愈了。”市民苏女士心情不错。

可口的食物具有神奇魔法，早起生机勃勃，一天生龙活虎。

记者 孙耀星 文/摄

公积金贷款最高80万元

本报讯（记者 贺娟芳）“房地产新政三十六条”落地20多天，楼市正在逐渐恢复，不少购房者想通过公积金贷款购买住房，公积金能贷多少？额度如何核定？6月15日，记者从市住房公积金中心了解到，贷款额度的核定与缴存年限、贷款范围和担保方式有关。

按照规定，借款人夫妻双方均正常缴存住房公积金且符合其他贷款额度核定要求的，最高贷款额度按照不超过80万元核定。单身职工或夫妻双方只有一方正常缴存住房公积金的，最高贷款额度按不超过50万元核定。具体贷款额度的核定与缴存年限、贷款范围和担保方式都有关。

最高贷款额度与借款人缴存年限挂钩，住房公积金贷款最高额度不超过：借款人缴存年限×10万元，缴存年限按照缴存月份除以12取整加1计算。根据缴存年限测算的最高贷款额度低于30万元的，按照30万元计算。如就

业18个月，18除以12取整为1，缴存年限是1加1为2，2×10万元为20万元，因为低于30万元，最终可按30万元贷款。同时，与贷款范围相关，购房类贷款，贷款额度不得超过购房合同总价的80%；商转公类贷款，贷款额度不得超过原商业银行贷款的剩余本金余额及购房合同总价的80%。与担保方式相关，以不动产权证书抵押为担保方式的贷款，贷款额度不得超过房屋价值的70%。以质押担保为担保方式的贷款，贷款额度不得超过质押权利凭证票面价值的90%。以自然人联保加住房公积金质押为担保方式的贷款，贷款额度不得超过所质押住房公积金的2倍。

值得注意的是，借款人提取了本人及配偶住房公积金账户余额后，再以购买同一套住房申请个人住房贷款的，应当在申请贷款额度中核减相应的提取金额。

开展定期监测 我市着力提升居民健康素养

本报讯（记者 魏薇）为及时了解我市居民健康素养水平及变化趋势，检验我市健康教育促进工作，市卫健委启动的健康素养促进项目提出，要更好地提升我市居民健康素养，培养更多的健康“明白人”。

健康素养是指个人获取和理解健康信息，并运用这些信息维护和促进自身健康的能力，同时健康素养水平也是衡量国家基本公共卫生服务和人民群众健康水平的重要指标，也是创建国家卫生城市的一项重要工作。

2021年，我市居民健康素养水平为23.33%，较2020年度提高了3.14个百分点，全市成人总体吸烟率为21%，虽然低于2020年度的21.85%，但较创建国家卫生城市标准还有一定差距，仍需加大控烟履约力度。

今年我市各县（市、区）均要开展健康素养监测工作，本次监测人群为全市范围内15岁~69岁非集体居住的城乡常住人口，并采用分层多阶段随机抽选调查样

本的抽样方式，相较于去年，我市今年选取的监测点城乡比例各半，能更准确地反映出我市常住人口的健康素养水平，为政府制定相关卫生健康政策提供科学依据。此外，我市还将继续加大健康促进县（区）建设工作力度，持续推进小店区创建国家级健康促进区建设及迎泽区、阳曲县创建省级健康促进县（区）建设工作。

太原创卫在行动

《吃菜平糖》一书免费赠送

温馨提醒读者，如果您有三多一少、疲乏无力、瘙痒、视物不清等糖尿病症状，甚至患有心脑血管病、尿毒症、白内障、足部坏疽等糖尿病并发症。不妨拨打免费电话400-8353-677领取一本《吃菜平糖》。

《吃菜平糖》由多位拥有丰富临床经验、通俗易懂。详细阐述了有关糖尿病方面的日常饮食方面的健康知识，很多读过这本书的糖尿病人群，通过书中介绍的方法自己给自己搭

配菜食，使自己的日常饮食更合理。

最好的医生是自己！只有做到正确的饮食和合理的生活作息才能真正意义的做到理想的健康状态。很多读过本书的糖尿病人都学会了自己配菜，甚至还有人带着《吃菜平糖》去买菜，改变了全家的饮食习惯。

《吃菜平糖》一书即日起全国免费发放。糖尿病患者均可拨打免费电话进行索取。

ISBN 978-988-8264-40-7
漯河贵雅商贸有限公司 广告

免费领取电话：400-8353-677

两家晋企上榜全国连锁百强

本报讯（记者 李静）6月15日消息，中国连锁经营协会最新发布的“2021年中国特许连锁企业TOP100”榜单显示，山西本土企业美特好、唐久在列，分别位列第49名、第83名。

根据“2021年中国特许连锁经营行业基本情况调查”统计结果，2021年全国连锁百强榜单出炉，参与调查的企业涵盖了餐饮、酒店住宿、汽车后市场、培训教育、房屋中介、便利店等众多行业。2021年全国连锁百强的销售规模近2.3万亿元，同比下降2.8%。门店总数近19万个，同比增长8.9%。百货、超市、便利店等零售业主要业态的销售额

同比增长分别为10.9%、0.3%、8.7%；其门店数同比增长分别为1.1%、2.3%、8.4%。苏宁易购、国美、红星美凯龙位列前三位，去年销售额分别为1971.99亿元、1468.7亿元、1373.7931亿元，分别同比下降52.6%、增长4.3%、增长27.2%；去年门店数分别为11281个、4195个、485个，分别同比增长15.3%、22.6%、1.9%。

我省本土企业有两家上榜，分别为美特好、唐久。美特好位列第49名，去年销售额为94.2761亿元，同比增长14.5%。唐久便利位列第83名，去年销售额为47.1975亿元，同比增长1%。