



“腊月二十四 掸尘扫房子”

# 春节将至 你家大扫除了吗？

放入锅中加水盖盖儿蒸煮。水沸腾后计时15分钟即可。”

“冰箱的冷冻层容易积累食物残渣,滋生病菌。虽然冷冻层不适宜病菌生长,但并没有彻底将病菌灭活的功效。应定期将冰箱解冻,用清洁剂彻底擦拭干净,通风等待清洁剂干燥。如果清洁剂没有消毒作用,也可以用75%的酒精擦拭消毒,通风等待

“此外，盘子、碗、杯子等各种餐具、厨具，除了平时使用洗涤剂清洁，还应该定期消毒。可以选择蒸煮法消毒。即将它们

## 生活资讯

## 生活资讯

# 北京市47种生活必需品价格监测表

单位：元/斤

	品类	卜蜂莲花	物美	美廉美	永辉	幸福	金马	顺天府	首航	欧尚	超市发	京客隆	天客隆大药	丰台永旺	新世纪	均值	涨幅%
芹菜		3.99	3.98		4.04	4.98		3.98		3.98	4.29	2.99	3.98	4.00	4.98	4.02	-2.96%
芦笋		2.14	3.98	3.48	3.46	3.48	3.90	3.48	2.20	2.25	3.28	3.19	2.99	4.00	2.99	3.27	-11.79%
生菜		3.99	4.65	3.98	3.99	4.98	9.08	4.68	5.99	4.04	3.98	3.99	4.99	6.00	3.98	4.37	15.54%
圆茄子		6.99	5.65	5.48	5.32	5.98	7.50	5.83	7.99	5.41	5.98	4.89	5.99	6.00	6.98	5.99	9.79%
葱花		5.49	5.31	5.49	6.32	4.88	9.90	3.98	4.98	3.95	3.99	7.99	5.99	6.00	5.98	5.78	-24.23%
青椒		5.29	6.65	6.48	5.99	6.98	6.90	6.94	8.58	6.29	5.99	5.99	6.99	6.00	6.98	6.55	-0.01%
尖椒		7.29	6.65	9.48	7.65	8.99	11.03	8.30	9.90	7.64	9.98	8.89	9.80	9.00	8.58	8.88	1.20%
豆角		5.29	11.99	11.98	7.65	7.98	9.90	5.88	6.58	6.24	8.98	6.69	7.99	10.00	9.80	8.99	14.59%
蒜苗		9.49	6.65	6.48	8.99	8.99	12.80	10.80	11.90	6.49	11.99			5.00	10.80	8.99	0.49%
西红柿		3.04	4.31	3.98	3.32	2.99	4.50	3.68	4.28	3.64	3.99	3.59	4.99	5.00	3.99	3.95	5.70%
白萝卜		2.19	2.12	2.38	2.22	1.99	4.06	2.78	2.68	2.49	3.39	1.99	1.99	2.80	2.58	2.83	5.18%
胡萝卜		2.24	1.88	1.68	2.22	1.68	5.44	1.96	2.39	2.89	1.89	2.49	2.68	2.50	2.58	2.50	9.45%
心型紫萝卜		2.29	2.48	2.83	2.54	2.48	8.42	2.98	2.99		2.90	2.49	2.68	3.50	2.58	3.17	4.37%
小白菜		3.49	6.30	6.50	4.99	4.98	4.90	4.93	4.99	5.29	3.99	3.99	4.99	4.17	4.99	4.88	1.56%
平菇		4.99	6.27	4.98		5.99	13.00	6.98		3.49	5.79	5.99	4.99	5.00	5.98	6.04	-2.85%
葱头		2.29	3.31	2.38	2.69	2.38	3.96	2.78	3.69	2.64	1.99	1.99	2.68	3.00	2.98	2.78	3.57%
绿豆芽		6.00	4.29	2.66	6.70		6.50	3.98	6.00	6.00	5.67	5.57	1.38	2.60	6.00	4.96	-5.57%
黄豆芽		6.00	4.29	2.66	6.70		6.50	3.98	6.00	6.00	5.57	5.57	8.00	2.50		5.15	-1.00%
土豆		2.29	1.91	2.08	1.92	1.98	2.52	1.98	2.04	2.19	1.69	1.89	1.78	3.00	3.96	2.23	1.29%
苦瓜		7.29	9.98	7.98	7.72	7.99	9.85	12.24	8.58	8.29		7.99	9.90	8.00		8.78	2.07%
冬瓜		4.79	4.98	4.98	4.76	4.98	6.21	4.98	4.99	3.74	4.38	4.19	4.99	6.00	5.58	4.97	8.87%
黄瓜		4.14	4.25	3.13	3.66	3.98	4.53	2.63	2.99	4.64	4.89	2.99	2.98	4.50	4.98	3.88	3.10%
圆白菜		3.98	3.85	3.48	2.99	3.98	4.87	3.98	4.99	3.64	3.98	2.99	4.68	4.00	4.58	4.00	0.98%
韭菜		5.30	6.99	3.94	4.66	4.98	11.00	5.98	5.99		5.99	5.99	5.99	5.00	4.98	5.90	-8.08%
菠菜		4.79	6.39	4.18	5.66	3.99	6.50	4.98	5.99	3.64	3.79	5.99	3.99	5.00	3.98	4.92	-4.53%
大白菜		1.88		1.98	0.92	1.48	2.04	1.98	0.99	1.19	1.29	1.39	3.99	2.00	1.98	1.78	10.43%
油菜菜		4.56	4.46	4.63	3.99	3.99	4.67	4.43	6.99	3.14	3.68	3.59	2.99	4.44	3.98	4.29	-6.76%
油麦菜		4.19	5.31	4.83	4.12	3.99	5.10	4.48	4.00	4.17	3.98	4.39	4.99	5.00	4.98	4.51	-8.28%
大葱		7.99	8.65	8.33	6.99	6.99	10.88	8.39	7.99	8.60	8.25	6.35	7.99	8.00	7.99	8.10	5.50%
生菜		7.79	6.31	6.93	7.32	5.99	11.40	6.98	8.98	6.99	7.98	6.99	7.99	9.00	9.80	7.89	-5.49%
大蒜		7.79	4.91	4.68	4.99	4.88	7.25	4.93	5.39	4.74	4.89	4.49	2.99	6.00	5.98	5.06	0.93%
鸡蛋		6.17	5.65	5.98	5.66	6.29	7.50	5.48	5.98	5.10	5.99	5.98	6.98	5.00	5.99	5.87	-10.58%
白条鱼		8.90	11.65	9.89	16.19	9.94	19.58	16.80	14.90	19.90	16.85	9.98	19.80	17.00	22.80	15.30	-2.41%
草鱼		13.35		11.49	9.65	14.35	24.50	12.80	9.90	9.95	9.90	13.80		9.00	13.80	12.66	6.18%
带鱼		21.35	18.65	16.98	13.31	35.80	19.90	22.35		16.95	26.90	24.00			29.80	22.37	-11.59%
鲜牛肉		96.90	47.19	44.48	82.31	32.94	59.70	51.34	95.80	63.90	36.20	41.80	29.80	43.00	48.80	47.44	-13.69%
鲜猪肉		31.40	36.31	33.18	32.65	39.40	54.75	32.89		23.94	34.34	34.90	59.80	25.00	39.80	36.80	-1.50%
鲜羊肉		99.65	50.33	44.33	41.98	85.85	71.00	80.80	99.80	63.90	47.40	60.80	48.00	53.80	54.96	58.94	-8.94%
羊肉片		37.85	31.65	38.43	52.98	46.35	68.50	39.80	39.80	51.80	51.19	24.95	39.80	48.00	49.80	44.35	-7.14%
鸭肉			33.80	7.50	13.80		28.37	8.30	7.99	20.90		7.80		12.00	15.80	16.68	-4.50%
馒头		2.52	2.19	2.79	2.49	2.49		2.08	2.19	2.29	2.95	3.69	2.99	3.50		2.68	1.01%
富锦粉		1.99	1.99	1.96	2.19	1.89	1.79	1.94	1.79	3.90	1.98	2.18	2.29	2.40	2.49	2.20	-6.10%
标准粉		1.99	1.90	1.84	1.89	1.89		2.19	2.19		2.19	1.95	2.15	2.00	2.48	2.06	-0.30%
金龙鱼植物调和油		69.90	69.90	70.45	76.67	61.90	94.16	99.90	72.90	64.90	63.90	128.00	72.90	95.00	159.90	74.96	-0.12%
鲁花花生油		159.90	159.90	164.45	159.83	159.90	159.90	159.90	159.90	159.90	159.90	159.90	159.90	159.90	159.90	159.87	0.00%
曾蜜		6.29	4.31	2.98	4.86	6.58	6.71	3.28		3.90	4.24	3.98	3.99	4.00	5.58	4.51	-4.28%
富士苹果		3.99	4.31	4.98	5.66	4.98	6.76	4.98	6.49	5.14	5.29	4.98	4.99	5.00	5.98	5.27	-3.59%

(以上信息由北京市职工物价监督总站提供)

· 广告 ·

## 规范辖区生鲜团购经营秩序

为营造良好的社区生鲜团购消费环境，丰台区市场监管局多措并举规范团购行为，保障团购食品安全。

一、强化主体责任。约谈企业负责人,签订食品安全承诺书,要求履

二、加强数据共享 与社区生鲜

交易平台共享企业信用数据,推送不合格产品监督抽检及食品安全风险监

测预警信息，对问题产品采取联合惩戒、下架措施，对线上销售不符合食品安全标准的涉网违法行为立案调查。

三、优化接诉即办。对涉网生鲜团购投诉举报，建立多科室会商机制。对举报集中问题，建立科所联办机制，指导市场所统一全局办理标准，提升满意率和解决率。

#### 四、定向监督抽检。结合全年抽

酒精挥发即可使用。”张泽巍说道。

## 卫生间： 地漏清洁不能忽略

如何把卫生间“斑驳”的水龙头擦得会反光。可以挤出一点牙膏，用剃须膏代替也可以。均匀地抹在水龙头的表面，用湿抹布进行擦拭，最后冲清水，擦拭干净就可以了，保证清洗完的水龙头锃亮、有光泽。

地漏上的头发覆盖在地漏表面，如果不清理的话，会造成堵塞，并且会散发一股异味。地漏的表面我们可以跟洗水龙头的方法一样，地漏的内部清洁可以扔几片泡腾片，用小苏打替代也可。泡腾片可以让地漏下方管道里的水滚动起来，带走垃圾。再倒入适量的食用醋，用热水冲一冲，就能够顺利地清除卫生间的异味了。

此外，张泽巍提示：“坐便器容易有排泄物沉积，滋生病原微生物。应定期用洁厕灵清除菌。若家中有患有传染病的病人，清洁后还应该用稀释的84消毒液消毒。”

**厨房：**  
**选择蒸煮法定期消毒餐具**

床单、被罩、枕巾……卧室中的各种床上用品长期接触人体皮肤和分泌物，容易滋生病原体。“和皮肤直接接触的这些用品，应该注意定期清洁。不及时清洗容易引发呼吸道、皮肤及眼部疾病。”张泽巍介绍，“平时清洗床单、被套、枕套时可以加入衣物除菌剂和消毒剂。被里、枕芯同样应该定期消毒，一般采用阳光下暴晒的方法即可。”

张泽巍提示，也要关注卧室中摆放的家具表面的清洁。“主要是清扫尘土，用布擦拭污渍即可，无需消毒。需要注意的是，要定期清洁大件家具的顶部、底部及与墙间的缝隙。这些地方经常会积累大量灰尘，在春季多风的时候，灰尘容易被吹出，危害人的健康。所以，应定期挪动家具彻底打扫。清洁时注意戴好口罩，隔绝浮尘。”

空调内部以及空调的过滤网上也会积攒大量的尘埃，若不定期清扫便会随风吹出危害使用者健康，建议定期拆卸过滤网，用清洁剂彻底浸泡清洗，并擦拭机身内部。

此外，不要忽略家用电器的除静电、除尘。张泽巍介绍，“电脑、电视这些电子产品在运行时产生的静电会吸附灰尘。久而久之，电子产品机身中聚集的灰尘越来越多，不仅会缩短电子产品的使用寿命，还会在散热的过程中排出危害使用者健康的尘埃，所以，要定期清洁。清洁时可以用吹风机从一个散热口吹风，并用湿毛巾擦拭其他散热口，灰尘就会被吸附在湿毛巾上了。”

厨房油渍清洁也是让大多数人头疼的问题，对此，张泽巍提供了几个实用的小妙招：

**妙招一 清洗砧板** 柠檬切两半，挤压出汁，撒上盐，用柠檬蘸上盐擦洗砧板表面，清洁的同时还能除异味。

**妙招二 清洗锅底 去除锅底**  
的黏着物，只需要小苏打和保鲜膜。在锅表面有污渍的地方沾上水，涂抹上小苏打；用保鲜膜将锅整个包裹起来，放上一夜；第二天早上用百洁布擦洗，污渍就全部自动脱落了。

**妙招三 清洗微波炉** 将柠檬切片，放入可微波的碗中，加入4-5汤匙醋，加满水。将碗放入微波炉内，开高火微波5-10分钟。将碗拿出来后，用干净的湿抹布就能轻松擦掉微波炉内的油渍了。

**妙招四 清洗煤气灶** 煤气灶的清洁向来是一件苦差事。尤其

[illegible]