



装袋售卖。



市民选购。

夏季不少饮品离不开新鲜柠檬,近期市民购买时普遍感受到价格较高。记者走访发现,市场柠檬价格同比上涨3至5倍,产量下降叠加夏日饮品需求激增导致供不应求。营养专家提醒,柠檬虽富含维生素C,但非人人适宜,需科学食用。

■文、图/记者 王琪  
实习生 郑展翼



# 夏日柠檬身价暴涨

专家提醒:非人人适宜,需科学食用



## 价格飙涨 单个近6元 市民直呼“吃不起”

“单个柠檬就要5.8元?去年这个价能买一整袋!”在城区一水果摊前,市民张女士拿着标价5.8元的安岳黄柠檬摇头,最终选择6.9元一袋(两个装)的国产黄柠檬:“好歹能省点钱。”

记者走访多家商超发现,柠檬价格呈现罕见飙升:六堰一超市安岳黄柠檬5.8元/个,人民路一超市精品大柠檬5.9元/个;国产黄柠檬6.9元/袋(两个装),青柠檬5.9元/袋(两个装);朝阳路一超市里,国产柠檬

7元/袋(两个装),青柠檬6.8元/袋(两个装);晒干的柠檬片涨幅显著,售价达180元/公斤。

“进货价同比翻了3至5倍,零售价只能跟着涨。”做了十几年水果生意的批发商王先生介绍,去年同期15公斤一箱的柠檬批发价约130元,今年最高涨到255元,品质好的更贵。

数据显示,6月下旬,城区部分批发市场柠檬单日最高喊价19元/公斤,大宗批发成交价17元/公斤。

## 供需失衡 减产遇旺季 高价或持续至明年

柠檬价格居高不下,源于供需两端的双重挤压。四川省安岳县柠檬产业发展中心数据显示,2024年受干旱影响挂果率下降,2025年春季又遇倒春寒,预计秋季产量将继续下滑。

目前,市场上的柠檬多为上个产季库存,新产季柠檬要到9-10月才大量上市,供需缺口明显。

夏季是柠檬消费旺季,4元一杯的冰鲜柠檬水、9.9元一杯的手打柠檬茶成“解暑标配”,茶饮店需求激

增。“我们店每天消耗近30公斤柠檬,比冬天多3倍还不止。”一家连锁茶饮店店长告诉记者。部分小型饮品店已因成本压力上调价格:“采购量小、进价高,不涨价就得亏本。”

大型连锁品牌虽暂未直接涨价,但部分已考虑用香水柠檬替代或混合使用。业内人士分析,预计高价行情可能持续至2026年6-7月,待新产季产量恢复后才有望缓解。

## 科学食用有讲究

每100克柠檬含约22毫克维生素C,能增强免疫力、促进胶原蛋白合成、抗氧化,还能帮助铁吸收,预防缺铁性贫血。但营养专家提醒,需根据体质科学食用。

**适宜人群:**口干烦躁、消化不良、缺铁性贫血及维生素C缺乏者。

**慎用人群:**胃酸过多或胃溃疡患者:避免空腹饮用,以防刺激胃黏膜;牙齿敏感者:柠檬酸可能腐蚀牙釉质,饮用后需漱口;服药人群:可能影响降压药、抗生素等药物代谢;光敏感人群:柠檬中的光敏物质或增加紫外线对皮肤的伤害。

柠檬汁建议以1:10比例兑水,500毫升水配3片去籽薄柠檬为佳;最佳饮用时间为饭后1小时,避免空腹或睡前饮用;忌与海鲜、牛奶同食,以防消化不良。

营养专家提醒,消费者不要听信“柠檬美白”传言:“维C抑制黑色素作用有限,做好防晒更重要。理性看待价格波动,按需消费更明智。”

## 全程6元,途经12个核心景点 丹江口环库公交旅游专线开通

■据十堰发布

本报讯 7月23日,丹江口市环库公交旅游专线正式开通运营。这趟穿梭于碧水青山间的公交环线,将库区壮美风光与民生便利紧紧相连。

据了解,该专线全程93公里,以丹江口火车站停车场为起终点,途经南水北调中线工程纪念园、观光高塔、碧水连天、千岛画廊景区等12个核心景点及村镇,采用双向对开车模式。

夏季每日设置7:30、9:30、14:00、15:30四个班次,区间票价2至6元。试运行阶段,投入6辆7米级低噪音新能源纯电动公交车,具备无站立区的舒适设计,兼顾安全与乘坐体验。

该线路突破传统城乡公交界限,构建“交通+旅游”创新模式,既解决环库路沿线15个村庄3.2万居民的出行难题,又通过定制化旅游线路设计,实现“下车即景点、上车即旅程”的沉浸式体验。这条流动的风景线,正成为我市践行“两山”理论、推动绿

色发展的生动实践。

对库区居民而言,这是一条写满民生的温暖线。从此,库区居民告别了出行辗转的艰辛,日常的柴米油盐、求医问学,都有了这条“绿色动脉”的温情串联。车轮驶过之处,是便捷通达,更是党和政府无声的承诺——把发展的温度,精准送达碧水之畔的千家万户。

对游客来说,这是一条流动的山水观光线。您只需踏上这小小车厢,便可轻松饱览“亚洲天池”的浩瀚烟波,领略“小太平洋”的开阔壮美。车窗仿佛天然的取景框,框入苍翠山峦,框入潋滟水光,更框入云影徘徊、鸟掠晴空的诗意瞬间。推窗见山水,一步一画卷,丹江口库区最精华的生态瑰宝,正在眼前流动不息。

这更是一条铭刻责任与未来的守护线。车轮轻快驶过,守护的却是这一库清流的深沉分量。作为南水北调中线工程的“大水缸”,这里的清澈源头活水滋养着北方广袤土地。这条公交专线是绿色低碳



环库公交带市民游客游览丹江口库区美景。

出行的生动实践,它以最温柔的方式邀请人们走近水源、读懂水源、珍视水源。每一次启程,都是对“绿水青山就是金山银山”的坚定守护;每一次抵达,都是对绿色未来的深情奔赴。

车轮滚滚,丈量着碧水青山的壮阔;汽笛声声,回应着民生所盼的热切。这条穿行于水墨丹青里的绿色纽带,正将壮美的自然馈赠与温暖的民生福祉紧紧相连,绵绵不绝。