

# 冬至吃啥好吃的 冬至最好的祝福语(模板8篇)

人生是一场珍贵的宝藏，我们需要不断发掘和珍惜其中的财富和快乐。我们可以运用一些修辞手法或者故事化的表达方式来编写人生总结，增加文章的感染力和吸引力。以下是小编为大家整理的一些精选人生总结范文，希望能够给大家带来一些灵感和思路，让我们更好地梳理人生的脉络。

## 冬至吃啥好吃的篇一

1. 十二月里来喜事多，冬至团圆平安夜，圣诞快乐元旦欢。饺子汤圆包和谐，平安烛光照吉祥；烤鸡烤鸭藏学问，琴声炮声奏凯歌；玉树长袜存好运，一生福气享不完。
2. 冬至时，寒暑替，祭祖先，敬神灵，吃圆子，人团圆，吃面食，精神抖；九层糕，糯米做，敬长辈，拜祖宗，去灾邪，宁严冬，念朋友，遥相祝。
3. 冬至冷，春节暖。冬至出日头，正月冷死牛。所以，为了过一个暖和年，冬至冷点没什么。冬至阳气起，阳气由衰而盛，寒冬将逝，春当不远，把心情放晴吧。
4. 冬至冬至，幸福必至。装满好运，平安开道。抛弃烦恼，快乐拥抱。存储温暖，寒冷赶跑。释放心情，与你微笑。传递短信，也很美妙。冬至快乐。
5. 短信传递，快乐为你。祝福其间，多多留意。冬至福至，饺子送你。吃一个快乐，吃两个幸福，吃三个好运，吃四个记得喝汤。冬至快乐。
6. 冬至时，短信问候不能迟；平安夜，平平安安万事捷；圣诞节，快快乐乐到永远；元旦日，欣喜喜喜通年运。四大节日接

踵至，祝福套装全给你，祝你幸福。

7. 盛一碗情谊饺，让平安开道；抛弃所有烦恼，让快乐拥抱；存贮心中温馨，让寒冷走掉；融于，冬至节气，愿冬至快乐！

8. 冬至要到了，天气变冷了，友谊思念了，祝福送上了，衣裳该加了，不要感冒了，营养要补了，饺子该下了，温暖下肚了，心情热乎了，生活滋润了。预祝冬至快乐！

9. 想着你，走过似水流年；念着你，又是新的一天；牵挂你，问候一遍一遍；通知你，冬至来到眼前；提醒你，加衣保暖防寒；祝福你，幸福健康平安！预祝冬至快乐！

10. 冬至将到，祝福提前送到。愿：快乐如期而至、幸福无所不至、生活至善至美、财富蜂拥而至、如意纷至沓来、事业实至名归、好运时至运转……我的祝福从头至尾，至真至诚，只愿你感觉宾至如归，预祝冬至快乐！

11. 思念永动机开动，雪作燃料，风当发条，把寒冷全部融化，把你的烦恼消灭掉，让快乐发动机在你心里把幸福制造。冬至到，愿你把温暖拥抱，心情更美妙。

12. 冬至如期而至，问候不期而至。愿你心情至乐人至美，拥有至好的运气，踏上至高的地位，尽享至尊的幸福。此心至真至诚，祝福至情至灵。

13. 冬至，你有没有听懂，我心跳为你而动，冬至，你有没有感动，我生命为你而懂，冬至，让爱情唤醒冬眠的世界，让真心唤醒冬眠的你，爱你。

14. 12.22，年年此节遇。冬至大如年，浓重好欢聚。情暖数九天，二十四节气。冬至阳气起，吉日庆贺喜。祝快乐冬至！

15. 饺子的组成：皮和馅。皮虽不雅，却保藏着美味。祝福的

组成：文字和真情。文字虽俗，却蕴含真诚。冬至来临，送你饺子，愿您幸福，给你祝福，愿你。

16. 关怀不是今天才开始，祝福也不是今天就结束，最诚挚的祝福，最温馨的关怀，在今日冬至来临达到极致，一盘饺子表真情，愿你天天！

17. 静夜，我是一颗明星，守候你的窗棂；明朗，我是一缕阳光，温暖你的心上；冬至来了，我是一个饺子，钻进你的肚子，悄悄地，只想偷点你的秘密。

18. 床前明月光，疑似地上霜。小雪加大雪，雪中送炭忙。转眼冬至到，冷气不可挡。添衣又戴帽，腾腾补药汤。呵气迎新年，甲流死光光。

19. 冬，一个有着寒流的季节；至，一个悄悄到来的节日。冬至，意味着严寒真正的开始，数着《九九歌》，轻松保暖过今冬。

20. 夜晚不再漫长，阳气回升越来越旺。数九的`寒气熙熙攘攘，阳光的照射越来越长。冬至的脚步正在敲响，春天的气息遥遥可望。热腾腾的馄饨保健康，吃了冻面饺子没冻伤。汤圆滚滚白玉汤，合家团圆幸福长。冬至快乐，好运一年更比一年长！

## 12. 21冬至节气最新朋友祝福寄语范文

1. 安皮儿包着如意馅儿，用真情煮熟，吃一口快乐二口幸福三口顺利，然后喝全家健康汤，回味是温馨，余香是祝福！

2. 冬至到，用吉祥做皮，拿如意当馅，包下一个饺子，送给你，好好保存，愿你好运‘饺’，快乐绕，幸福随，冬至快乐哟！

3. 冬至如年;冬天到来, 温馨将至;冬天到来, 快乐将至;冬天到来, 至爱将至;冬天到来, 亲朋将至: 冬至冬至, 祝你福祉!

4. 往往感动的时刻来自被朋友想起;常常美好的时刻有源于想起啦朋友;即使没有约定却有朋友真情;今天冬至别忘记吃饺子。

5. 饺子飘香冬至到, 事业的\_包着成功的馅。肉饺子香素饺子鲜三鲜饺子有营养。祝福的饺子端给你, 希望你万事如意喜洋洋!

6. 冬至, 装满一车幸福让平安开道, 抛弃一切烦恼让快乐与你拥抱, 存储所有温暖将寒冷赶跑, 释放一生真情让幸福永远对你微笑!

7. 冬至到了, 我想要昙花永不凋谢, 常开在人间;我想要, 冬天阳光明媚, 溶化冰雪寒, 我想要和你在这个寒冷的冬天, 互相温暖。

8. 今日冬至, 装满一车幸福让平安开道, 抛弃一切烦恼让快乐与你拥抱, 存储所有温暖将寒冷赶跑, 释放一生真情让幸福永远对你微笑!

9. 装满一车爱心饺子, 让平安开道, 抛弃一切烦恼, 让快乐与你拥抱, 存储所有温暖, 将寒冷赶跑, 释放一生真情, 让幸福永远对你微笑。

10. 冬至悄来到, 寒风呼呼啸, 忧愁匆匆逃, 惬意雪花飘, 烦恼统统跑, 吉祥翩翩绕, 幸福肆意闹, 祝福暖阳照, 祝你开心笑, 冬日乐逍遥!

11. 床前明月光, 疑似地上霜。小雪加大雪, 雪中送炭忙。转眼冬至到, 冷气不可挡。添衣又戴帽, 腾腾补药汤。呵气迎

新年，甲流死光光。

12. 过了冬至到寒冬，数完一九进二九。手脚寒霜难忍受，搓手跺脚暖意有。冰寒还有七十二，强身健体御寒流。笑迎新春到，生活步步高。

13. 冬至雪落，寒意脉脉。天各一方，山遥水阔。情意不减，思念如昨。真心祝愿，平安快乐。好运相伴，成功在握。善自珍重，心平气和。

14. 分牵挂+分问候=角祝福，一角祝福不算少，深深情谊能代表。冬至节气又来到，加衣保暖防感冒。多多锻炼身体好，精神棒棒常微笑！

15. 冬至一到天地寒，幸有友情来增温，条条问候暖心窝，注意防寒勿感冒，片片祝福表情意，冬至快乐健康伴，笑口常开日子甜，冬至快乐！

16. 今天冬至，我送你一碗特制饺子：平安皮儿裹着如意馅儿，用爱心煮熟，吃一个快乐，吃一个幸福，吃三个健康，吃一碗发财，喝汤顺利！

17. 这样一个美妙时刻，冬至来了，在这一美妙的时刻，我的短信到了，我的心在无尽的思念中，在无尽的祝福中，我爱你宝贝儿，冬至快乐啊。

18. 一年冬至夜偏长，心中问候常思量；气温早已降，防寒保暖放心上；出门记得添衣裳，深深情谊莫要忘；条条短信诉衷肠，愿友生活永安康！

19. 冬至节气到，防寒保暖是首要，亲朋好友齐欢聚，吃顿饺子暖心肠，寒潮涌来虽然凉，我的祝福比它暖，祝你一冬心情好，幸福如意又吉祥！

20. 雪花飘逸出芬芳，让你醉心于清爽；雪花放飞出舞姿，让你沉迷于逍遥；雪花流放出异彩，让你感受到光洁；雪花谱写出旋律，让你冬至愉快！

## 12. 21冬至节气的最新朋友祝福说说范文

1、在外游子们！三节将近，冬至的饺子，圣诞的帽，元旦的祝福要送到——父母，因为父母的心，父母的意，父母这辈子可不容易。游子们别忘了！常回家看看。

2、今天是冬至，我送你一碗特制饺子：平安皮儿裹着如意馅儿，用爱心煮熟，吃一个快乐，吃一个幸福，吃三个健康，吃一碗发财，喝汤顺利！！！！

3、有一种感情叫情比金坚，有一种思念叫分分秒秒，有一种关怀叫无微不至，冬至到来，寒冬将至，希望你收到我的短信，可以感受一份温暖与祝福。

4、冬雪纷飞舞天空，点点星光看雾浓，心中伤痕挂窗棂，开出莲花一点红，心花也有怒放时，窗前凝泪盼春情。

5、吃吃饺子，过好日子，看看短信，找找乐子，保暖锻炼，注意身子，天气寒冷，迈迈步子，饮食均衡，管好肚子，笑口常开，多赚银子，遇事心宽，不出乱子，送上祝福，幸福一辈子。祝冬至快乐！

6、冬至雪落，寒意脉脉。天各一方，山遥水阔。情意不减，思念如昨。真心祝愿，平安快乐。好运相伴，成功在握。善自珍重，心平气和。

7、许多人都关心你飞的高不高，只有少数人关心你飞的累不累，再忙也要注意放松休息，再累也要照顾好自己，尽管不常联系，但一直牵挂，要注意保重身体！亲爱的，祝你冬至快乐！

8、风瑟瑟兮雪飘飘，冬至节气已来到，一年之冷具在此，发个信息把你告，寒冻时分记穿袄，单薄身躯受不了，健康从此不飘摇，快乐才能把你绕！

9、冬至到了，送你一盘祝福饺，愿你永交(饺)好运，干出骄(饺)傲业绩，送你一盘问候饺，愿你身体矫(饺)健，幸福浇(饺)灌美好生活，冬至快乐。

10、拿起手机，写下短信，输入号码，按下发送，祝福穿越万重山千里水，来到你的眼前，钻进你的心里，冬至快乐！

11、冬至开始起阳气，却是一年最冷季，我有牵挂与惦记，想你发送暖信息，北方袭来冷空气，莫把防寒当儿戏，愿你天天都得意，冬天不冷心情如意！

12、田野安静地休养，江河安静地徜徉，树叶安静地飘荡，花儿安静地枯黄，时光安静地流淌，思绪安静地翱翔。冬至时节，万物虽静，对你的祝福却一如往常。

13、冬至到来天更寒，惟愿朋友身体康。学习溜冰赶陀螺，运动锻炼身体棒。上网电脑玩游戏，追赶时尚好刺激。包吃水饺度冬至，祭拜祖先寄哀思。愿健康喜乐！

14、睫毛弯弯，那是心电的感应，我在远方牵挂你；嘴角弯弯，那是幸福的证据，我在他乡思念你；饺子弯弯，那是冬至的标志，我用短信问候你。呵呵，冬至了，愿你幸福快乐每一天。

15、冬至之日问候到，情谊绵绵围你绕。天寒添衣可知晓，出门预防人滑倒。健健康康无病扰，家人欢笑每一秒。愿你快快乐乐，如意拥抱！

16、滴水成冰冬至到，句句叮嘱要记牢。女孩不要只爱俏，露脐露腿又露腰。穿暖才能健康保，无病无痛无烦恼。愿你快乐幸福罩，吉祥如意常欢笑。祝冬至快乐！

17、寒风袭来，阳光至；数九到来，温情至；冬至到来，长夜至；水饺端来，好运至；汤圆盛起，团圆至；美酒饮来，健康至；祝福到来，幸福至。预祝冬至快乐！

18、冬至到了送祝福，短信一两句，句句是真情；三四五六句，句句好心情；七\_\_十句，问候属于你。聚散虽然如浮萍，但是友谊永前行。祝愿朋友一生好心情！

19、冬至到，祝福送，短信关怀早送到，愿你：烦恼忧愁全抛掉，寒风冷意都赶跑，幸福平安来开道，开心快乐紧拥抱，温暖真情来储藏，幸福一生乐逍遥。

20、一条短信一片心，传递彼此真情意；一盘饺子一份情，温暖朋友至心灵；一个关怀伴祝福，健康快乐享清福；一声问候冬至送，亲情友情爱情浓，冬至快乐。

## 12.21冬至节气的朋友祝福句子

1、窗含冬至千秋雪，门泊快乐幸福船。幸运吉祥满窗帘，健康尽在屋子里面。晨练可以跑步机，仰卧起坐练腹肌。脚踏如意梅花桩，拳打梁下铁砂袋。玫瑰泡澡朵朵花，半躺浴缸功夫茶。五谷杂粮肉蛋奶，瓦灶电炉煲鲜汤。冬至养生，尽在屋中。方寸之间，保您健康！

2、冬悄悄到了尽头，春渐渐有了盼头。飞雪融化在手头，思念翻涌在心头。冬至到，愿快乐长驻你的眉头，好运涌进你的门头。我的祝福只是开头，你的幸福就在后头！

3、冬至不端饺子碗，冻掉耳朵没人管，饺子也有大学问，营养搭配要完善，少放肥肉多放菜，控制脂肪拌好馅，饺子皮里加粗粮，不变美味保康健！

4、冬至，股票升值，财运随期而至，冬至，加薪升职，好运纷纷而至，冬至，提高体质，身体健康才有斗志，你是潜力



股，加油，我看好你噢！

5、冬至到，寒风啸，食热粥，放红枣，牛羊肉，御寒妙，火锅香，别贪嘴，补津液，莲藕高，吃坚果，栗子宝，天干燥，多蔬果，猕猴桃，营养高，晚喝汤，最养胃。关怀到，愿安康！

6、懂你工作辛苦急忙送去祝福，知你生活疲惫短信与你相随，想你人生幸福时刻懂得知足，赶走生活疲惫冬至饺子养胃，冬至祝福信息，第一发送给你！

7、冬至来到气候寒，加衣添衫保健康。运动锻炼强体质，早晨补水和热汤。别出远门小区玩，象棋\_搓麻将。唱歌跳舞学拉琴，生活有趣喜洋洋。原冬至快乐！

8、冬至冬至，让所有的困难都消失，时至运来。让所有梦想都成真，精诚所至。让我的祝福温暖你，无微不至。愿你的冬天更幸福，至善至美。祝冬至快乐。

9、一年冬至夜偏长，心中问候常思量；气温早已降，防寒保暖放心上；出门记得添衣裳，深深情谊莫要忘；条条短信诉衷肠，愿友生活永安康！

10、在冬的尽头，紧握住阳光的手，融化所有的忧愁，带着快乐向春天走。冬至已至，春已不远，愿你心情明媚灿烂，感受祝福的温暖，拥抱幸福的美满！

11、冬至来了，我愿思念化作一抹春风，为你把严寒驱散；我愿祝福化作一件棉衣，为你阻挡冬风；我愿情谊化作一条短信，为你内心带来缕缕温暖！

12、冬至到，用吉祥做皮，拿如意当馅，包下一个饺子，送给你，好好保存，愿你好运‘饺’，快乐绕，幸福随，冬至快乐哟！

13、快乐做皮，幸福做馅，包了一个如意饺，平安做皮，健康做馅，做了一个吉祥汤圆，冬至到了，将这些全部送给你，只愿你浇好运，合家团圆，冬至快乐！

14、滴水成冰数九寒天，冬至到来心中惦念。朋友分别时间不短，各奔东西友情不断。手机短信快快问安，祝福声声身边陪伴。不怕外面地冻天寒，深情厚谊赛过春天。祝你冬至安泰，幸福永远！

15、冬至到来朋友笑，收到挚友短信报。关心问候心理乐，温馨体贴祝福到。如抱暖宝胸中热，雪里送炭真情爱。祝愿朋友冬至好，幸福健康吉祥照！

16、今天冬至到，让快乐平安开道，装满幸福微笑，行驶温暖轨道，寒冷伤心赶跑，热情煮熟水饺，健康吉祥吃饱，浓汤蜜意喝好，祝福短信做调料。

17、路漫漫兮情长绵，你我相逢前世缘。默言祈祷祝平安，倾情问声君何样？冬至已到多蓄养，风雪寒冷多保重。朋友祝你福满堂，愿你年年都吉祥。

18、漫天的雪花是飞舞的音符，用思念谱成美妙的乐章，用祝福奏出深深的期盼，用问候歌出虔诚的祈冬至到，快乐为你戴上帽子，开心无限；美好为你披上外套，幸福无限；吉祥为你降下祥光，好运无穷；朋友为你送上问候，情谊浓浓。愿你安好，冬至快乐！

19、冬至到来气温降，雪花飞舞冷风扬，情谊深厚问候暖，天寒加衣莫相忘，祝福短信轻送上，保重身体多安康。天冷了，好友提醒朋友保重身体，冬至快乐！

20、冬至将至，朋友关怀无微不至。铃声一响祝福至，问候一到心意至。福禄跟着寿喜至，好运伴着幸运至，吉祥携着如意至，温馨牵着浪漫至，健康拽着快乐至！

## 12. 21冬至节气的最新朋友祝福文案

- 1、天凉了更有创意，短靴围巾皮衣;天凉了更有刺激，大雪圣诞情系;天凉了更有魔力。福禄跟着寿喜至，好运伴着幸运至，吉祥携着如意至，温馨牵着浪漫至，健康拽着快乐至!冬至快乐。
- 2、三节将近，冬至的饺子，圣诞的帽，元旦的祝福要送到。盛一碗情谊饺，让平安开道;抛弃所有烦恼，让快乐拥抱;存贮心中温馨。
- 3、把好运装入幸福里，把幸福装在快乐里，把快乐装进文字里，把文字放入短信里。知风知雨知时节，冬日冬情随冬至。平安府里平安夜，圣雪华年又一旦。
- 4、这是冬的尽头，这是春的开头，虽然你在那头，虽然我在这头，还是把你记在心头。再忙不要忘，吃个幸福饺，保暖也重要，别只顾花俏，适当动动脚，别让感冒笑。
- 5、团团圆圆一家子，热热闹闹吃饺子，开开心心馋嘴子，快快乐乐暖肚子。冬至到了，愿你添一身爱心棉，加一条善心裤，戴一顶孝心帽，增温保暖，驱冻除寒;祝你冬至快乐相伴，美好缠绵!
- 6、冬天的相聚，是雪花和美丽，冬天的团聚，是温暖很给力，冬天的欢聚，是幸福和美丽。【祝】福声声在冬至，【你】的冷暖记在心。【冬】意渐浓寒气盛，【至】此三九开启时。【快】马加鞭送温暖，【乐】享天涯共此时。祝你冬至快乐!
- 7、冬至的节气即将到，能闻到饺子的芳香;圣诞的步伐已临近，能感受到节日的氛围;元旦的快乐也与你套了近乎。摇摇头，快乐全部围绕你，挥挥手，悲伤全部远离你，摆摆手，幸福全部奔向你，动动手，我的冬至搞笑短信发给你，祝你冬至快快乐乐。

8、冬至到了，天寒地冻之际，我却在你身上看见了其余的三季：你对家人温暖如春，你对工作激情似夏，你对生活淡然若秋！朋友，我永远祝福你！

9、短信祝福的还没有吧？手机是哑的吧？失落了吧？收到我的短信激动了吧？朋友的定义出来了吧？以后该对谁好知道了吧？才知道谁最幽默了吧？冬至快乐！另外，贪睡的拉出去放牛，不想我的刑事拘留，忘了我的一律斩首，不给我电话发配西藏驯猴，善良的我提前祝冬至快乐！有比我早发的，送出地球！

10、一个坏消息和一个好消息。坏消息：冬至老人的礼物袋丢了；而好消息是：我送你的礼物他还有，因为那是暖暖的一句：冬至快乐！虽然你在那头，虽然我在这头，还是把你记在心头。在这寒冷的关头，愿我的祝福温暖你的手头，直达你的心头。冬至快乐！

11、白天忙着包饺子祭祖先，晚上设宴招待亲朋好友喜闹一场，满桌菜肴因有尽有，表示节日的慰问。愿朋友身体好！一路顺万事兴。冬至快乐愉悦！

12、缕缕寒风，吹去的都是温情；片片雪花，凝聚的都是叮咛；片片落叶，摇曳的都是期望；点点星火，照耀的都是心声；字字句句，包含的都是安宁。冬至到了，祝你身体健康，幸福一生。

13、今天冬至，北半球昼最短，夜最长；加上这天是阳气初萌而冬尽春回的日子，所以称之为“冬至”。愿我的朋友虽然天气寒冷但心里永远荡满着暖意！

14、冬至到，送一碗快乐羊肉汤，愿温暖直抵你心房；送一个好运旺火锅，愿你烦恼不往心上搁；送一场风花雪，愿成功陪你永不绝；送一句真心话，愿你幸福手中抓！

15、冬至到，吃水饺，颗颗都有年味道。头常挠，口常笑，睿智快乐常围绕。摇摇头，晃晃脑，轻松健康直到腰。扭扭臂，捏捏脚，健康到底跑不了。冬至到，温泉泡泡，美女抱抱，快乐过冬，悠闲养生！

16、冬至最冷，汤味最浓，笑容最美，收获最丰。天冷多加衣，汤美多进补，幸福多微笑，丰收多存储！又是一年最冷时，绝美佳肴醉相思！祝君：冬天快乐！

17、毁灭友情的方式有许多，最彻底的一种是借钱。保持友情的方式有许多，最有效的一种是常联系。冬至到了，朋友，愿真挚的祝福带给你温馨的快乐。

18、冬至，你有没有听懂，我心跳为你而动，冬至，你有没有感动，我生命为你而懂，冬至，让爱情唤醒冬眠的世界，让真心唤醒冬眠的你，爱你。

19、冬至到，养生有妙招，冰糖雪梨熬汤，去火又暖胃；红枣雪莲熬汤，补血又养颜；姜片萝卜熬汤，健胃又驱寒；米饭红薯熬汤，增加身体营养，祝你拥抱健康，幸福滋味独享。

20、牵挂不是一段日子，过了就算了；牵挂不是一根蜡烛，吹了就熄了；牵挂不是一季昙花，开过就败了；牵挂是时时刻刻的惦念，分分秒秒的祝福，冬至快乐！

## 冬至吃啥好吃的篇二

冬至是进补的好时节，不少人关心冬至养生吃什么这个问题，那么你知道冬至养生吃什么吗？20xx年冬至养生吃什么最好呢？下面是本站小编给大家整理的20xx冬至养生食物。

### 1、冬至养生吃什么 【黑米】

黑米不像白米那样精加工，而是多半在脱壳之后以糙米的形

式直接食用，这种口感较粗的黑米适合用来煮粥。煮粥前先浸泡，充分吸收水分。泡米用的水要与米同煮，以保存其中的营养成分。还可以做成点心、汤圆、粽子、面包等。

## 2、冬至养生吃什么 【大杏仁】

大杏仁有着独特的营养价值，可以为人体提供丰富的食用纤维、矿物质(如铜、镁、钾)、维生素(如叶酸、烟酸、维生素e和维生素b6)等营养成分，以及其他生物活性成分，如酚类抗氧化剂和植物甾醇等。

## 3、冬至养生吃什么 【白萝卜】

白萝卜味甘辛、性凉，有下气定喘、止咳化痰消食除胀、利大小便和清热解毒的功效。其中所含的糖化酵素和芥子油成分，对人体消化功能大有裨益。因为糖化酵素能分解食物中的淀粉、脂肪等成分，使之为人充分吸收和利用；芥子油具有辛辣味，能促进胃肠蠕动、增强食欲、帮助消化，萝卜的这种功能使它赢得了“小人参”的美称。

## 4、冬至养生吃什么 【馄饨】

冬至养生吃馄饨，馄饨原来是北方盛行的一种食物，但现在南方人们也喜欢冬至吃馄饨。老北京有“冬至馄饨夏至面”的说法。《燕京岁时记》云：“夫馄饨之形有如鸡卵，颇似天地混沌之象，故于冬至日食之。”除了形态相似，“馄饨”也与“混沌”谐音。冬食馄饨，有利于寒冷季节热能的储蓄。

## 5、冬至养生吃什么 【汤圆】

冬至养生吃汤圆，汤圆有着“团圆”的意思，冬至吃汤圆如今在全国都十分盛行。做汤圆常用的材料如糯米、芝麻、红豆等亦是温热性味，有较好的健脾作用。脾胃和健，饮食营

养才会被身体吸收利用，提高机体的抗寒防病能力，最适合在冬天食用。

## 6、冬至养生吃什么 【羊肉】

冬至养生吃羊肉，北方不少地方有冬至吃狗肉和羊肉的习俗，南方冬至也喜欢拿羊肉来下火锅。中医认为，羊肉、狗肉都有壮阳补体的功效。羊肉味甘性温，有补肾壮阳的作用，历来作为补阳佳品，是冬至进补的重要食物之一。羊肉的热量高于牛肉，铁的含量又是猪肉的6倍，对造血有显著功效，寒冬常吃羊肉可益气补虚，补血助阳，促进血液循环，增强御寒能力。

## 7、冬至养生吃什么 【八宝粥】

冬至养生吃八宝粥，热腾腾的八宝粥很适合冬天饮食温热软的要求。中医认为食粥可健脾温胃，且有一定的滋阴作用，正好对抗冬季干燥的特性。为发挥御寒作用，我们在煮粥的食材上可以选用偏温热或平和健脾胃的食物，如薏米、大枣、核桃、花生、鸡肉、羊肉、糯米、桂圆、山药、银耳等。我们不妨发挥创造力，将这些食材搭配成美味的粥，例如：羊肉粥、鸡肉粥、糯米红枣粥、小米山药粥、银耳红枣大米粥等。

## 8、冬至养生吃什么 【饺子】

冬至养生吃饺子，“冬至吃饺子不冻耳朵”是古代的一句古话，在现代里今天冬至吃饺子虽然是为了治冻耳朵，不过其面、菜、肉的合理搭配使饺子成为了一种营养全面且易消化吸收的美食。冬至吃饺子可以用羊肉、白菜、大葱、韭菜、萝卜等做馅，这些菜均偏温热性，对人体能起到一定的温阳作用。

## 冬至吃啥好吃的篇三

- 1、冬正深，天正寒，冬至节气到身旁，亲朋好友齐欢聚，乐也融融共天伦，祝福如梅花飘香，冬至佳节，愿你合家欢乐，幸福美满。
- 2、冬至到，刺骨寒；昼短夜长美梦笑；享天伦，吃饺饺；煲热汤，驱寒冷；发短信，送祝福：祝你身安康、业有成、事事顺！
- 3、冬至到，保重身体最重要，朋友短信来相告：天冷易感冒，衣服多多套，没事多跑跑，运动身体好。愿你每天健康快乐无烦恼！
- 4、初冬至，天转凉，问候挂心肠；叶儿黄，寒气涨，冷时添衣裳；托浮云，唤流水，提醒保健康；短信至，问候来，幸福又吉祥。
- 5、冬至雪落，寒意脉脉。天各一方，山遥水阔。情意不减，思念如昨。真心祝愿，平安快乐。好运相伴，成功在握。
- 6、饺子饱，尖尖角，冬至到，吃饺子，白亮亮，热腾腾，去寒冷，家家户户吃饺子，开开心心好日子，祝你冬至吃的开心温暖。
- 7、冬至悄然到，雪花满天飘，我把文字敲，问候显美好。寒冷挡不住，温暖到怀抱，短信替我说，你要笑一笑。亲爱的朋友，冬至快乐！
- 8、接收冬的尽头，转发春的开头；遥望暖的盼头，思念你在心头；冬至大有来头，祝福送你手头；愿你生活有乐头，事业有奔头！
- 9、冬至如小年，亲朋好团圆。庆贺冬宰羊，北方吃水饺。桂



花冬酿酒，南方香汤圆。春天已不远，祝你心愿圆！

10、冬至到，包水饺，家人聚，真热闹；送问候，发短信，真挚情，快传送；祝冬至快乐、幸福、美满、吉祥、如意。

11、冬至快乐，为节约用纸，今天就不用送我冬至贺卡了，请把祝词直接写在尽可能大的纸币上就行了！

12、人世间最感人的，是温馨的亲情，人世间最幸福的，是亲人的爱护，在这团聚的节日里，祝你和你的家人，冬至快乐，幸福永远！

13、冬至到，祝福到：健康快乐长伴你，好运和你不分离，牵挂在心永远是你，严寒冬流已来袭，千万珍重保护身体，愿你健康多如意。

14、雪花洁白，弥漫天地；霜浓雾重，迎来冬至；阳光徐来，寒冷将去；问候温馨，洒满心底。愿我的祝福带给你无限的暖意：冬至快乐！

15、值此冬至岁末，冬至之日，新年伊始之际，祝福您和您的家人：吉祥、如意！

16、冬至到，夜最长，愿你的生活美荡漾；冬至来，送关怀，愿你的身体健康在；冬至节，传递爱，祝你整个冬季温暖舒适好运来。

17、小饺子，两头尖，芳香飘飘幸福甜；冬至到，饺子鼓，满满的祝福变无数；冬至祝你快乐连连，幸福热火朝天！冬至快乐！

18、冬至节气时，寒霜交替临，吃碗冬至饺，好运悄围绕，严冬多锻炼，身体倍棒好，冬至念佳友，深情到永久。祝你冬日暖洋洋！

19、冬至冻一冻，增强抵抗力，身体更健康。冬至动一动，提高耐寒力，无病又无恙。愿你身体好，心情更好。冬至节气快乐！

20、今日冬至，装满一车幸福让平安开道，抛弃一切烦恼让快乐与你拥抱，存储所有温暖将寒冷赶走，释放一生真情让幸福永远对你微笑！

21、冬至日不请自来，他冻住了水面，凝结了露水，吹光了树叶，封锁了温暖，但是却阻拦不了我的祝福，祝你天天快乐如花，幸福如水。

22、寒风凛冽多加衣，地上冰滑小心摔。白昼短暂早归栖，雪花飘逸心自怡。饭肴滚烫胃更饱，雪景美好我自赏。祝您冬至愉快！

23、冬至已来到，养生莫忘了，阳气消耗少，健康跑不了，闲坐勿太久，眼睛保护好，晨练休太早，饮食重润燥，愿你乐逍遥！

24、冬至又来到，祝福少不了，祝：心情好一冬，健康益一冬，温暖保一冬，舒服过一冬，勤奋干一冬，美好又一冬，祝你过好冬！

25、醉难醒，梦难醒，一日三冬盼春情，欲诉皆无影。莲含情，波含情，冬望春水夜风冷，相思泪霜凝。

26、你是大树，为我们遮蔽风风雨雨；你是太阳，为我们的生活带来光明。亲爱的父亲，祝你冬至快乐永远健康！

27、节气，冬至如年；冬天到来，温馨将至；冬天到来，快乐将至；冬天到来，至爱将至；冬天到来，亲朋将至：冬至冬至，祝你福祉！

28、饺子飘香冬至到，事业的面皮包着成功的馅。肉饺子香素饺子鲜三鲜饺子有营养。祝福的饺子端给你，希望你万事如意喜洋洋！

29、分牵挂+分问候=角祝福，一角祝福不算少，深深情谊能代表。冬至节气又来到，加衣保暖防感冒。多多锻炼身体好，精神棒棒常微笑！

30、残云愁雾门前树，酒醉难辨归家路，心路坦荡随缘驻，任凭风雪寻常顾，苦海无涯竞争渡，梦开莲花空一物。

31、我原是一只羊，在冬至这一天连肉带毛和血，被你吃了，为驱寒。我唯一的贪图是：能躺在的肚子里，感受温暖。

32、接收冬的尽头，转发春的开头，遥望暖的盼头，思念你的心头，冬至大有来头，祝福送你手头，愿你生活有乐头，事业有奔头！

33、被祝福是快乐的，被祈祷是神圣的，被保佑是安全的，你是被我惦记着祝福了祈祷过保佑下的朋友，所以幸福快乐永伴你！冬至快乐。

34、冬至到，进九天，天至寒，渐变暖，昼至短，终会延，冬至日，吃水饺，家合欢，人康健。祝福：节日快乐，幸福绵绵！

35、香莲春开冬折腰，百花落尽北风啸，寒岁未尽路迢迢，鹊桥蹉跎望对遥，一年才有几日见，堪比花开春来好。

36、大雪纷飞，已到冬至；注意保暖，关心送至；天天锻炼，健康送至；保持心情，快乐送至；发个短信，关怀备至。冬至日快乐！

37、盛一碗情谊饺，让平安开道；抛弃所有烦恼，让快乐拥

抱；存贮心中温馨，让寒冷走掉；融于，冬至节气，愿冬至快乐！

38、冬至飞雪花影疏，清波莲花梦中舞，雪挂长空独凄苦，看似清幽思无数，相逢更闲离别泪，淹没冰心看玉壶。

39、漫漫的长路，你我的相逢，珍惜难得往日的缘分，默默的祝福，亲亲的问候，互道今朝多保重。

40、冬至到，刺骨寒；昼短夜长美梦笑；享天伦，吃饺饺；煲热汤，驱寒冷；发短信，送祝福：祝你身安康、业有成、事事顺！

41、冬至来到包饺子，平安皮儿薄又薄，如意馅儿香喷喷，真情开水来煮熟，一口快乐心飞扬，二口幸福平安降，三口顺利如意到，最后喝下健康汤，回味满腹是温馨，余香存口是甜蜜！祝朋友冬至一切安好！

## 冬至吃啥好吃的篇四

1、冬至啦！从今日起：阳光会越来越亮，道路越来越通畅，心境会越来越爽，你越来越被大家放在心上！冬至啦！从今日起：事业越来越坦荡，业绩越来越向上，领导越来越表扬，你越来越被众人视为榜样！

2、今日冬至，北半球白昼最短夜最长；从冬至起开始“数九”，古代民间有“冬至大如年”之说。祝冬至节欢乐！

3、冬至来了，我愿思念化作一抹春风，为你把严寒驱散；我愿祝福化作一件棉衣，为你阻挡冬风；我愿情谊化作一条信息，为你内心带来缕缕温暖！

4、冬至汹涌席卷来，朋友可还hold住？寻常百姓小屁民，艺术家来不是咱；寒风刺骨莫裸奔，别把大雪当衣服；多吃营养

免疫强，冬至来了没喷嚏！

5、冬至阳气渐升起，却是一年最冷日，我把牵挂与惦记，手机信息发给你，北方袭来冷空气，莫把防寒当儿戏，多吃萝卜多吃姜，棉衣棉裤着身上，愿你天天都得意，冬至不冷心欢喜！祝愿朋友冬至欢乐！

6、风起时，云不会孤独。叶落时，大地不会孤独。飘雪时，天空不会孤独。想你时，我不会孤独。温暖在，季节不会孤独。祝好友冬至欢乐！

7、冬至到，祝福送，信息关怀早送到，愿你：烦恼忧愁全抛掉，寒风冷意都赶跑，幸福平安来开道，开心欢乐紧拥抱，温暖真情来储藏，幸福一生乐逍遥。

8、冬至如期而至，问候不期而至。愿你心境至乐人至美，拥有至好的运气，踏上至高的地位，尽享至尊的幸福。此心至真至诚，祝福至情至灵。

9、无论阳光是灿烂还是暗淡，让温暖常在心间；无论清茶是浓重还是淡雅，让茶香荡漾心头；无论联系是经常还是偶尔，让祝福溢满心里。冬至到了，保重自我。

10、冬正深，天正寒，冬至节气到身旁，亲朋好友齐欢聚，乐也融融共天伦，祝福如梅花飘香，冬至佳节，愿你合家欢乐，幸福美满。

11、冬至已经到来，春天不再遥远，虽然寒意犹存，心中格外温暖，严冬注意防寒，身体加强锻炼，多吃营养果蔬，膳食搭配用餐，早睡早起康健，一冬心境灿烂，向你抒发情感，信息传递思念，只要有我相伴，幸福欢乐平安！

12、将复冬至，祝福何其多；晴空星闪烁，有你不寂寞；彩云追明月，友情伴思念；冬至又了，提前祝你：冬至欢乐，好运

一冬幸福至!

13、用我们的心境画出千山万水，用我们的友情画出美丽宫殿，用冬至的雪花点上闪闪光点，用冬至的气氛写上我们的故事，把这美丽画卷送给你，愿我们的友谊万古长青!

14、北风吹，为你吹走故去的尘埃;雪花飘，为你送来白亮纯净世界;冬至到，为你带来新的阳光暖照;春将至，你会拥有好事连连，梦想成真好运气!冬至欢乐!

15、又是一年最冷时，天寒地冻知不知，穿袄保暖不能迟，信息祝福我告知，冬至到，愿冬日阳光身上照，暖暖和和不烦躁，棉袄身上套，暖宝怀中抱，看到信息微微笑，天天开心乐逍遥!

16、冷风嗖嗖的吹着，小雪呼呼的飘着，可我想你的心却是滚烫滚烫的，滚烫的心送去我滚烫的祝福，让你在这炎炎寒冬感受这来自朋友最真挚的关怀，穿上羽绒服，带上皮手套，可别得色了!

17、岁月年轮转不歇，朋友情意醇又厚，节日到了莫忘怀，祝愿问候快快送，欢乐幸福左右伴，好运连连不间断。祝冬至欢乐团圆，饺子年年有余。

18、一年一天，难平非凡。一天一年，酸涩甘甜。来日可期，无须怅然。冬至大寒，花开春暖。心向山海，仁义宽善。感恩不迟，祝福饱满。

19、冬至冷，春节暖。冬至出日头，正月冷死牛。所以，为了过一个暖和年，冬至冷点没什冬至阳气起，阳气由衰而盛，寒冬将逝，春当不远，把心境放晴吧。

20、冬至到来气温降，雪花飞舞冷风扬，情谊深厚问候暖，天寒加衣莫相忘，祝福信息轻送上，保重身体多安康。天冷

了，好友提醒朋友保重身体，冬至欢乐！

## 12.21冬至节气的祝福句子

1. 冬至来临了，我们快乐的冬至欢宴，让每一个人都欢快，美酒大餐多么美妙的冬至团圆夜！唯独就缺你人民币！
2. 年年此节遇。冬至大如年，浓重好欢聚。情暖数九天，二十四节气。冬至阳气起，吉日庆贺喜。祝快乐冬至！
3. 常记节气温度，给你关怀祝福，今日已到冬至，不忘发个短信，冬意渐浓，寒冷更盛，吃个饺子，抗抗寒冷，幸福一冬！
4. 饺子飘香冬至到，事业的\_包着成功的馅。肉饺子香素饺子鲜三鲜饺子有营养。祝福的饺子端给你，希望你万事如意喜洋洋！
5. 冬至到，保重身体最重要，朋友短信来相告：天冷易感冒，衣服多多套，没事多跑跑，运动身体好。愿你每天健康快乐无烦恼！
6. 人世间最感人的，是温馨的亲情，人世间最幸福的，是亲人的爱护，在这团聚的节日里，祝你和你的家人，冬至快乐，幸福永远！
7. 盛一碗情谊饺，让平安开道；抛弃所有烦恼，让快乐拥抱；存贮心中温馨，让寒冷走掉；融真情于短信，冬至节气，愿朋友冬至快乐！
8. 今天冬至，别忘记吃饺子，若忘记了。后果严重：一不漂亮了，二没法带眼镜了，三没法听甜言蜜语了……吃饺子可防止耳朵被冻掉。

9. 祝福在冷冷的冬天显得更暖，期盼在冷冷的冬天显得更急。冬至到了，我把我的祝福让雪花捎给你，祝你在寒冬身暖心暖，健康常在！

10. 装满一车爱心饺子，让平安开道，抛弃一切烦恼，让快乐与你拥抱，存储所有温暖，将寒冷赶跑，释放一生真情，让幸福永远对你微笑。

11. 大风起兮冷风扬，添衣保暖莫要慌；冬至来临阳光短，早有春芽欲动忙；祝福双至短信响，我愿朋友多安康：天冷注意保暖，多加衣裳！

12. 冬至一到天地寒，幸有友情来增温，条条问候暖心窝，注意防寒勿感冒，片片祝福表情意，冬至快乐健康伴，笑口常开日子甜，冬至快乐！

13. 朋友，时间可以冲淡伤痕，但冲不灭我们的情谊；忙碌可以忘记烦恼，但忘不了我们的友谊。春去夏来，秋去冬至，天冷了，记得保重身体！

14. 立冬时，祝福至：生活如画如诗，开心乐滋滋；爱情如醉如痴，温情暖丝丝；烦恼杳杳逃之，心情舒舒适适；迎着初升旭日，尽展潇洒英姿！

15. 今天是冬至，我送你一碗特制饺子：平安皮儿裹着如意馅儿，用爱心煮熟，吃一个快乐，吃一个幸福，吃三个健康，吃一碗发财，喝汤顺利！

16. 皮薄的是冬日淡淡的寒冷，陷大的是冬日重重的真心，把冬至的饺子下在祝福的滚烫，希望它熟在我们的友谊中，冬至，希望朋友你快乐健康。

17. 冬至，至我最爱的老婆，虽然你有时撒泼，吓坏我的胆魄，可我最爱还是你的气魄，不论我的房子有多破，都那么爱我



不\_，亲爱的，爱你。

18. 冬至到了，春天还会远吗?愿你事业的春天早日来到，祝功成名就，平步青云。愿你人生的春天早日来到，祝幸福花开，欢乐年年。冬至快乐。

19. 冬至到，寒风凉，盛碗饺子暖洋洋;北风吹，白雪飘，祝福永远忘不掉;金\_银\_，财源滚滚财运到!今天冬至，送碗热饺，送份温暖!

20. 远视窗外冬至雪，雪花飞扬撕我心。心绪纷扰思娘亲，亲人故去已多年。年年冬至来祭拜，拜祭焚香寄哀思。思绪万千望西天，天涯海角不忘情。

## 12. 21冬至节气温馨祝福说说

1、吃着饺子，过好日子;看着短信，找找乐子;保暖锻炼，注意身子;天气寒冷，迈开步子;饮食均衡，管好肚子;笑口常开，多赚银子;遇事心宽，不出乱子;送上祝福，幸福一辈子!祝冬至快乐!

2、冬至到，寒意浓，勤加锻炼需保重;夜漫长，劳累放，按时睡眠身健康;天岁寒，心转暖，心要快乐忧愁远;情谊深，温馨传，深深祝福送身边;祝冬至康健!

3、岁月是一份考卷，检验着尘世的誓言;距离是一把尺子，测量着缘分的深浅;问候是一支彩笔，描绘着情意的冷暖。冬至时节，愿暖暖的问候直达你心间。

4、毁灭友情的方式有许多，最彻底的一种是借钱。保持友情的方式有许多，最有效的一种是常联系。冬至到了，朋友，愿真挚的祝福带给你温馨的快乐。

5、熏衣草传说：一株代表友情，两株代表爱情，三株代表祝

福，四株代表幸福，我想给你满山满谷的熏衣草，让你拥有最美的祝福和无尽的幸福!冬至快乐!

6、红梅俏梳妆，冬至渐渐凉;一碗老鸭汤，暖胃暖心房;肉蛋鱼果蔬，日日都点上;进补遵医嘱，乱补五内伤;常搓手脚背，冻疮不生长。小小贴士，愿君无恙!

7、冬至来了，调养身子;饮食温饱，暖暖肚子;四肢勤劳，动动步子;起居有律，不添乱子;心态豁达，找找乐子;身体安康，多赚票子;愿你大顺，过好日子。

8、冬至到来气温降，多穿衣裳别逞强，多多锻炼体健康，暖暖胃肠多喝汤，常常欢笑心情爽，幸福甜蜜祥瑞降，发发短信喜气洋，冬至又来到，愿你幸福又吉祥，快乐又健康!

9、阴极阳生冬至日，此时养生要进补，阳气生发易吸收，天气寒冷不上火，肉蛋鱼鲜要搭配，营养全面身体好，加强锻炼好心情，增强体质御寒冬，冬至你把身体补，来年打败一只虎。

10、北风起兮冷气扬，雪花纷飞气温降，冬至寒冷莫心慌，添衣加被烧火炕，天天锻炼感冒防，朋友情谊莫相忘，短信一条诉衷肠，冬至到了，祝你快乐心情爽，锻炼身体棒，生活幸福又安康!

11、时光磋跎了岁月，季节遗忘了誓言，雪花融化了流年，北风带来了思念。冬至祝福，绘下温暖画卷，愿你绽放快乐笑颜，常与好运碰面，享受幸福无限!

12、送友缕缕暖阳光，照亮温暖你身边。送献飘香玫瑰花，美丽动人把你扮。短信发送朋友好，友情激荡心房暖。祝君“冬至”无脑烦，潇洒快悦度寒天。

13、冬至到，养生有妙招，冰糖雪梨熬汤，去火又暖胃;红枣

雪莲熬汤，补血又养颜；姜片萝卜熬汤，健胃又驱寒；米饭红薯熬汤，增加身体营养，祝你拥抱健康，幸福滋味独享。

14、春分最美是亭亭玉立的玉兰，夏至最美是郁郁葱葱的林木，秋分最美是绚烂多姿的红叶，冬至最美是热气腾腾的水饺。祝你冬至“饺”上好运，“至”乐无边。

15、时间过得真快，冬至悄然到来，借机给你关怀。晚上被子多盖，留个猪头在外。鉴赏叼根骨头，听说那样补钙。不要说我太坏，祝你冬至愉快！记得吃饺子呀！

16、天很冷，雾很浓，看看窗外又起风；人很忙，活很重，时间太紧没有空；钱虽少，人虽穷，还是要把祝福送：冬至到，多保重，健康平安人轻松。

17、冬至也好，平安夜也罢，不变的是牵挂；圣诞节也行，元旦又来临，连连惊喜送不停！弹指一挥间，时钟又走过多少圈？对你的祝愿一如从前，祝你快乐天天！

18、如果说春天，是有诗情画意的季节。那么冬天，就是一个有冷静思索的季节。思索春华秋实，时光流逝，浪漫爱情，价值人生。冬至，福来！

19、冬至到，祝福送，短信关怀早送到，愿你：烦恼忧愁全抛掉，寒风冷意都赶跑，幸福平安来开道，开心快乐紧拥抱，温暖真情来储藏，幸福一生乐逍遥。

20、阴极阳生冬至日，此时养生要进补，阳气生发易吸收，天气寒冷不上火，肉蛋鱼鲜要搭配，营养全面身体好，加强锻炼好心情，增强体质御寒冬，冬至你把身体补，来年打败一只虎。

12.21冬至节气的祝福短信

1. 冬天到，注意保暖防感冒：吃的好，喝的好，饮食结构搭配好；勤洗手，勤洗澡，讲究卫生病菌跑；多动动，多跑跑，锻炼身体身体好。短信到，祝你身体好！

2. 一条短信，送出的是祝福，包含的是关心，深藏的是情意，透出的是关怀，冬天到了，天寒地冻，注意保暖，谨防感冒。愿你天天快乐，幸福常在。

3. 冬季寒冷气温低，抗寒食物送给你：最宜蔬菜马铃薯，最宜肉类牛羊鸡，最宜调料葱和姜，最宜常饮是红茶。贴心叮嘱望牢记，愿你冬日暖洋洋！

4. 冰冻三尺非一日之寒，朋友一场非一朝一夕，寒冬到来了，朋友的祝福也来了，愿我们的友谊天长地久，情暖九州。

5. 冬天来了，狂风吹了，叶儿飞了，心情千万别灰了；天气变了，空气寒了，温度低了，身体千万别虚了；提醒到了，感情真了，友情深了，信息记住该回复了。早安！

6. 寒冷冬季到，养生需做到：吃有所选，平衡适度；喝有所检，温热滋补；身有所练，不宜过度；肤有所养，精心呵护；笑有所乐，开心生活！

7. 寒风吹起又降温，寒冷冬天悄然至，你我相隔千万里，短信问候莫忘记，目视远方朝你望，道声天冷加衣裳。

8. 一声问候，一个短信，一个拥抱，一个眼神，一条围巾，用你的小手温暖下彼此；请记得，天冷了，多加衣。别感冒了！如果你不幸不小心打了个喷嚏，请记得，那一定是我在想你哦！

9. 风真大，却吹不走我念你的心，天真冷，却冻不住我对你的祝福，这个冬天我们会很快乐，多添衣，少生病，记得朋友一直不曾离开。

10. 泰山不是用石头垒的，北风不是用嘴巴吹的，抗寒耐力不是马上能炼就的，冬天里穿上棉衣是必需的，为了更靓更帅挨冻是不划算的。天冷了，要穿好穿暖哟。

11. 寒冷大冬天，寒流从不断，天气多变化，朋友常牵挂，问候快快送，祝福早早到。祝朋友天冷加衣锻炼身体好运连连幸福美满。

12. 天冷了，感受了，想你了，动手了，写多了，怕你烦，写少了，怕你骂，这咋办?刚好路边有人过，借他手机传我的情，满意了，不用谢，惹恼了，别找我，请笑纳：流行的脚步已经被狂妄的感冒所俘虏，请注意保暖。

13. 风度虽重要，保暖别忘掉，美女小长腿，多穿依然美，美女小身段，添衣也帅呆，寒冬来临，祝美女天天开心，越来越美丽!

15. 降温了，花落的声音风知道，思念的感觉心知道，变冷的温度冬知道，我的祝福你知道，没有华丽的词语，只想在渐冷的冬天为你送上暖暖的祝福!

16、冬风吹，雪花飞，凝望窗前思念谁;孤一人，影成双，夜里难寐又为谁;只为此时读信人，冬至到来多注意，多加衣衫添营养，身体康健解心慰!

17、冬至时节，我愿化身一座石桥，忍受五百年风吹，五百年雨淋，五百年日晒，只愿你从桥上走过，让我知道你一切安康，让我明白你一切幸福，让我懂得你一切快乐!

18、动人的故事没有婉转的情节，真挚的情谊没有甜言的蜜语，思念的深情才有短信的祝福，真挚的情怀才会关爱的表白，冬至时节，天冷添衣，注意保暖，防护出行，你的平安快乐是我的心愿!

19、冬至日，把关怀做成棉袄，让温暖把你拥抱，把问候包成水饺，让心情无限美妙，把真诚当成鞭炮，让收获找你报到，把祝福化作阳光，让幸福把你照耀。祝你冬至快乐！

20、冬至时节，我以雪花为音符，以思念为乐章，以祝福为伴奏，以真情为点播，为你唱出幸福之歌，伴你人生辉煌之路，祝你在这个冬季红红火火，兴旺发达，荣耀四方！

## 12.21冬至节气温馨祝福语录

1. 这是冬的尽头，这是春的开头，虽然你在那头，虽然我在这头，还是把你记在心头。在这寒冷的关头，愿我的祝福温暖你的手头，直达你的心头。冬至快乐！

2. 冬至悄悄然，把祝福装车，把幸福快递，把开心送递，把如意降临，把快乐空投，把健康空降，统统送于你，愿你有祝福，很幸福，有开心，如意伴，有快乐，健康随。

3. 短信传递，快乐为你。祝福其间，多多留意。冬至福至，饺子送你。吃一个快乐，吃两个幸福，吃三个好运，吃四个记得喝汤。冬至快乐。

4. 爱至，心温暖；情至，身常暖，冬至，祝福暖；冬至到了，愿你添一身爱心棉，加一条善心裤，戴一顶孝心帽，增温保暖，驱冻除寒；祝你冬至快乐相伴，美好缠绵！

5. 关怀不是今天才开始，祝福也不是今天就结束，我把最诚挚的心，最多的关怀和最深的祝福送给你，轻轻的告诉你，今天是冬至别忘记吃饺子！

6. 滴水成冰北风寒，朋友宰羊过冬年。养精蓄锐好身体，红光满面精神爽。子孙满堂快活享，美满家庭幸福园。祝你冬至美乐祥，太平盛世笑开颜。愿你长乐寿！

7. 再冷的风，也冷却不了我对你浓浓的思念；再大的雾，也迷失不了我对你温馨的牵挂；再冰的霜，也冻结不了我对你火热的问候。冬至来了，送上这条温暖如春的短信，让你的生活春意盎然，爱情春暖花开，事业春风得意，幸福长春不老！

8. 冬至到了，我架起关怀的灶，支起友谊的锅，以温暖为馅，以健康为皮，以快乐为汤，给你煮了一盘热腾腾的饺子，再花上一角巨资，带来冬至祝福给你送上！

9. 冬至到了，春天还会远吗？愿你事业的春天早日来到，祝功名成就，平步青云。愿你人生的春天早日来到，祝幸福花开，欢乐年年。冬至快乐。

10. 冬至到，冷风吹，寒冷考验又加重。穿棉袄，戴棉帽，保暖御寒护体热。多运动，筋骨健，助阳散寒见功效。气温降，情更深，爱心暖意永缠绕。

11. 吃着饺子，过好日子；看着短信，找找乐子；保暖锻炼，注意身子；天气寒冷，迈开步子；饮食均衡，管好肚子；笑口常开，多赚银子；遇事心宽，不出乱子；送上祝福，幸福一辈子！祝冬至快乐！

12. 冬至到，情感的围墙，抵御风寒；友情的篝火，温暖心灵；情谊的衣裤，保暖御寒；问候的电波，悦动心弦。愿你冬至保重，一切安好，幸福如意，开心永远！

13. 用我们的心情画出千山万水，用我们的友情画出美丽宫殿，用冬至的雪花点上闪闪光点，用冬至的气氛写上我们的故事，把这美丽画卷送给你，愿我们的友谊万古长青！

14. 天很寒，地很冻，多穿衣服少吹风；草很黄，花很残，丢掉烦恼心灿烂。冬至到，祝福至，愿你多保重，在阳光下奔跑，在快乐中微笑，与幸福拥抱！

15. 冬至到，寒意浓，勤加锻炼需保重；夜漫长，劳累放，按时睡眠身健康；天岁寒，心转暖，心要快乐忧愁远；情谊深，温馨传，深深祝福送身边；祝冬至康健！

16. 接收冬的尽头，转发春的开头；遥望暖的盼头，思念你在心头；冬至大有来头，祝福送你手头；愿你生活有乐头，事业有奔头！

17. 冬至拉长了黑夜，变不了我对你的思念；冬至冷却了空气，冰冻不了我对你的牵挂；冬至点缀了四季，再美的日子也不能忘了给你问候。冬至到了，祝冬至快乐，合家欢乐，健健康康，幸福美满！

18. 冬至来到日回转，天冷地冻冰雪寒。冬闲养生好时机，手抓羊肉火锅涮。生姜红枣大葱蒜，健胃养精祛风寒。人参枸杞木耳汤，每天一次胜药方。愿你爽歪歪！

19. 这条短信，收到就行；要是在忙，不回也行；我祝福你，知道就行；今天是的你，顺心就行；记得复我，偶尔就行；看完之后笑就行。冬至快乐！

20. 被关怀是幸福的，所以我把关怀送给你；被思念是甜蜜的，所以我把思念送给你；被祝福是欢乐的，所以我把祝福送给你。祝你立冬欢乐，开心无比。

## 冬至吃啥好吃的篇五

每年农历冬至这天，不论贫富，饺子是必不可少的节日饭，各大超市商场等饺子卖的都很“俏”。谚云：“十月一，冬至到，家家户户吃水饺。”。

很多人说冬至北方要吃饺子，其实不是这样的，南方地区也是可以在冬至这一天吃饺子庆祝的，全国各地都是可以吃饺子的哦！因为饺子是节日“百搭”款食物，无论什么节日好



像都可以吃饺子来庆祝，建议和家人一起动手包饺子，安全营养。许多人调饺子馅时，觉得只放肉香味不够，还要加好多油。口味要讲究，健康也要注意，所以应该点到为止。

## 冬至吃啥好吃的篇六

>冬至时节吃什么最好

冬季吃羊肉可以促进血液循环，增强人体的抵抗力并且给人体增加热量，而且羊肉含有暖胃的功效，羊肉属于温补的食物。

### 鸡肉

鸡肉在中医看来是温中补血，益气补脾，补虚益精的食物，而且一直有说法夏季吃鸭肉，冬季吃鸡肉，就是因为冬季进补的时候适宜选择鸡肉。

### 牛肉

牛肉的蛋白质含量比较高，脂肪含量相对其他肉类而言少一些，所以对于肥胖或者减肥人士，在冬季进补的时候肉类可以选择牛肉，并且在中医看来，牛能够补中益气，是寒冬进补的优先选择。

### 萝卜

“冬吃萝卜夏吃姜，不用医生开药方”说的就是冬季的时候食用萝卜，并且萝卜也是冬季的时令蔬菜，萝卜含有丰富的维生素，尤其萝卜和羊肉，牛肉的搭配，是冬季进补的必备菜。

### 白菜

“百菜不如白菜”，白菜含有丰富的维生素，尤其北方冬季的时候白菜比较好储存，所以食用的更多。