



# 廣東月刊

Please put stamp here.  
The Post Office will not deliver mail without postage.

Kwong Tung Association of Atlanta  
5137 Hampton Lake Dr.  
Marietta, GA 30068

## KWONG TUNG MONTHLY

贈閱

第二十九卷第五期(總三三五)

[www.gd-atlanta.net](http://www.gd-atlanta.net)

出版日期：二〇一八年五月二十日



## 圓愛康樂中心 -

### 專為華人長者設計的日間樂園。

**圓愛康樂中心**是由政府提供資金為長者開設的日間活動中心。

**中心以華人文化傳統為基礎**，為亞城的華人長者帶來最貼心的服務。

**我們的服務項目包括：** 文娛活動，社交活動，交通協助，健身，日間看護，健康管理，教育，家中協助，法律援助，多文化交流等等活動。

**我們的服務特色是：** 中文服務，中式餐飲，接送來中心，就醫，買菜。

**華人喜歡的娛樂設施：** 卡拉OK，棋牌，按摩椅，瑜伽，舞蹈，健身器材等。

**申請條件：** 特有 Medicaid, SSI。

圓愛康樂中心地址：5522 New Peachtree Rd. Suite 129, Chamblee, GA 30341

諮詢電話：770-454-7979

根據蓋普公司對園藝的調查發現，全國不到一半的家庭園丁在他們的草坪或者花園裏使用任何類型的肥料；這意味著有很多園丁沒有得到他們所期望的那麼多的花朵或產品，他們也很有可能正在艱難地解決著原本可以避免的病害和昆蟲問題。營養充足的植物更加健康、更加多產和更加美麗。下面是為什麼和怎麼樣給你的花園施肥。

植物需要施肥因為大多數泥土不提供它們生長所需要的基本營養，甚至即使你足夠幸運一開始就使用了很好的花泥，但隨著植物的生長，它們把花泥裏的營養吸收了而留下了不肥沃的土壤。如果你從去年種的西紅柿和玫瑰裡嘗到了可口美味的果實和欣賞到了美麗的花朵，那是因為它們從泥土裏吸收了營養來建立那些植物組織。通過給花園施肥，你可以使土壤補充失去了的營養、以及保證今年的植物有令其繁茂生長所需的食物。

植物需要的主要營養有六種，它們從空氣中得到的頭三種是碳(carbon)、氫(hydrogen)和氧(oxygen)；其他三種分別是氮(nitrogen)、磷(phosphorus)和鉀(potassium)。

氮(nitrogen)幫助植物制造用於生長新組織的蛋白質。在自然環境中，氮常常缺乏供應，植物為了生存就盡可能多地吸收氮氣，甚至意味著不吸收其他必需的元素。如果有太多的氮，那麼植物可能長出大量的葉子但卻不結果實、或長出花朵；生長實際上可能會受到阻礙，因為植物沒有吸收足夠的生長所需的其他元素。

磷(phosphorus)會刺激根部的生長，幫助植物發芽、開花和結果，提高植物的活力和增加種子的規模。它通過幫助將能量從植物的一部分轉移到另一部分來做到這一點。為了吸收磷，大多數植物需要泥土的 pH 值在 6.5 -- 6.8 之間。有機物和有機體系泥土的活動也增加磷的供應。

鉀(potassium)能提高植物的整體活力。它幫助植物制造碳水化合物并提供抗病能力，它也幫助調節新陳代謝的活動。

還有另外三種營養是植物需要的，但用量卻少很多：

鈣(calcium)被用於植物生長點的細胞膜中、并中和有毒物質。鈣也能改善泥土的結構并幫助把有機的和無機的微粒結合在一起。

鎂(magnesium)是葉綠素唯一的金屬成份，沒有它植物就不能處理太陽光。

(文接上頁)

硫磺(sulfur)是許多蛋白質的一部分。

最後，植物還需要三種非常少量的元素，這些叫做微量元素，包括硼(boron)、銅(copper)和鐵(iron)。有機物含量高的健康泥土通常含有充足份量的這些微量元素中的每一種。

植物通過葉子表面吸收養分的有效性是根莖的 8 至 20 倍，因此，用液體營養素噴灑葉子能夠產生顯著的產量。為了達到更好的效果，在植物的關鍵生長階段例如移植時、開花時和剛結果後噴灑營養素。

即使泥土裏有適當的營養，但如果泥土的 pH 值太高或太低，某些營養也不能被植物吸收。對於大多數植物，泥土的 pH 值應該在 6.0 至 7.0 之間。土壤的測試會給出它的 pH 數，你可以把樣本送到實驗室檢驗（聯繫當地的分支機構要求一套低價的服務）或者買一套家庭用工具包自己動手測試。石灰或木灰能夠用於升高 pH 值，硫磺或鋁硫酸鹽能夠降低 pH 值。記住，最好是用一年或兩年的時間慢慢地升高或降低泥土的 pH 值，突然的改變會導致相反的極端結果，它也許比剛開始的情況更加糟糕。再重複一次，一個有用的解決辦法是使用堆肥，堆肥使泥土的 pH 值變得緩和，還是保持理想值在 6.5 的最好方法之一。

在大多數情況下，通用肥料(all-purpose fertilizer)（如 5-5-5）會提供所有植物健康生長所需的營養。如果泥土測試顯示某一特定的營養不足、或者你為了某一特別的植物（如西紅柿或花卉）而要調整你的肥料，你可以選擇一種特殊配方，這要根據你的泥土和你打算種什麼來選擇了。

你在肥料標籤上看到的三個數字（如 5-5-5）告訴你肥料含有的常量營養素中的每一種佔比。第一個數字永遠是氮(N)，第二個是磷(P)，第三個是鉀(K)。這個 N-P-K 比率反映了該肥料中所含的可獲得的營養成分，按重量計算。例如，如果一袋 100 鎊的肥料的 N-P-K 比例是 5-7-4，意味著它含有 5 鎊的氮、7 鎊的磷、4 鎊的碳酸鉀(含鉀)和 84 鎊的填充物。

有機肥料的 N-P-K 比率通常低於合成肥料。這是因為根據法律規定，比率只能表示可以立即獲取的營養。大多數有機肥料都含有緩慢釋放的營養素，隨著時間的推移，這些營養素將會變得可用；它們還含有許多合成肥料可能不提供的微量元素。

為了打造一塊長期健康肥沃的土地，建議使用粒狀的有機肥料。補充一些水溶性的肥料以保證你的植物在生長過程中擁有所需的營養。（本期完）

## 童軍訓練有助日後心理健康

在「流行病學與社區健康」醫學期刊發表了一份研究報告，由英國愛丁堡大學及格拉斯高大學聯合做的，是接受「經濟及社會研究院」的贊助。研究人員在2008年訪問了接近一萬名於1958年同一個星期出生的人，當時接受訪問的人剛好五十歲，研究人員翻查他們從兒童年代的資料，查看曾參加童軍活動（包括男、女童軍）對成長後的心理健康的影響，與及社會階級的影響。研究結果顯示：

（一）研究人員將心理健康指數定為0至100分（越高越好），曾參加童軍活動的人的平均心理健康指數較高2.28分；

（二）研究人員以心理健康指數低於65分為患有焦慮或抑鬱症，曾參加童軍活動的人低於這個分數的較少百份之十八；

（三）社會階級的影響：通常社會階級低的人有較差的心理健康，但若曾參加童軍活動，相比社會階級較高但並沒有參加童軍活動的人，他們的心理健康相等、甚至是較好。

### 研究人員的結論

童軍活動有保護性，培養出對會導致精神疾病、具壓力的生活事件的應對能力，並鼓勵青少年參加這個全球性、費用低及已具體制結構的活動。細心分析，發現整體的好處看來不大，但在心理健康方面，每一點好處都會為個人、家庭及社會帶來很大的分別。童軍活動的創辦人貝登堡勳爵在二十世紀初定下的「童軍理念」，竟吻合現代醫學專家認為能增強心理健康的方法。多數人認為心理健康是我們所擁有的，包括工作、收入、房屋、車輛等，其實最影響我們的心理健康是我們的思想和行為，正面的心理健康是感覺良好，包括對個人及週圍的環境，及可以按個人的意願生活。

### 童軍活動教導青少年


（一）與人保持聯繫：人類是群居的，與家人、朋友及社區人士的關係對個人的心理健康是很重要的，人際關係令人有歸屬及自我價值的感覺，與親友保持良好的關係可以分享個人的感受、互相了解及給予情感上的支持，此外，「健康幸福」的感覺是可經人際關係散播的，與其他心理健康的人相處也會改善個人的心理健康。

（二）終生學習：研究顯示，終生學習能增加滿足感及樂觀的態度、及改善獲得人生最大意義的能力，成長後繼續學習有較佳的心理質素、應對壓力的能力、及對自信、希望及人生意義有較深的感受。定下學習的目標，能夠達標增強成就感；學習通常都需要與其他人聯繫，加強人際關係會增加個人的心理健康。

(三) 警覺、也稱「正念」：很多人在人生的路途上行色匆匆，並沒有多大留意自我及週圍的環境，研究顯示，留意「當下」，包括自己的思想和感受、和環繞我們的環境，都能令我們更能了解自己、享受人生及改善我們的心理健康。

(四) 幫助別人：幫助他人，無論是實質上或精神上、少的或是多的，都能增長心理健康，幫助別人及與他人合作都會刺激大腦的「獎勵區域」，帶來正面的感受，包括人生的意義及自我價值的感受，將時間、精力及才華作無私的奉獻加強人際關係，這也對心理健康有好處。

(五) 保持活躍：人的身心並不是分開、而是一體的，身體健康對心理健康也有重大的影響，經常鍛練也會加強心理健康。



**張麗**  
張麗 (文太太)  
財經分析專家、商管碩士

## 只停一站，財路全開

六十五歲了？請馬上聯繫我！

**了解老人醫保(Medicare Plans)**

- \* \$0 月費 PPO、HMO 保險 (part A、B、D)
- \* 免費牙醫及視、聽力保險
- \* 免費醫療保健用品
- \* 免費參加健身俱樂部
- \* 更多免費的醫護服務

還提供以下服務

- \* 個人、公司醫療保險
- \* 個人、公司關鍵人物人壽保險  
(免費贈送“生前利益”理賠附約)
- \* 退休儲蓄—贈送 15%獎金。  
年回報率 6%以上 \* 商業貸款
- \* 商業貸款

誠征  
經紀人

**E-mail: Li.Wen56@yahoo.com**

**電話：678-772-5390**

Website: askzhangli.blogspot.com



# 金洋玻璃行

**Complete Glass S&S Inc**



商業店面  
玻璃臺面  
浴室套間  
安全玻璃

住宅門窗  
大小鏡牆  
避彈有機  
雙層節能

歡迎來電諮詢及估價

電話：404.512.1668

傳真：678-278-8032

生活常識：

## 聰明孩子-愛撒謊

孩子愛撒謊，是家長表示很頭疼的事。但英、美兩國一項新的研究顯示，孩子說謊可能也有著積極的一面。科學家們發現，撒謊和語言工作記憶有關，而愛撒謊的孩子需要好的口才去編織自己的謊言，往往有著更好的語言創造力，這也意味著他們比其他孩子更聰明。

謝菲爾德大學和北佛羅里達大學共同進行了此次研究，他們調查了137名6到7歲的孩子，給孩子們提出了一些問題。這些問題寫在卡片上，而答案就寫在卡片的背面，並配有一幅不同顏色的圖案。研究人員在警告孩子們「不許翻看卡片」後就離開。但孩子們的一舉一動都有攝像頭監視。隨後，在回答問題的階段，偷看答案的孩子都答對了。但研究人員還詢問了他們卡片背面的圖案顏色，有的孩子故意撒謊答錯顏色，而有的則老老實實說出圖案的顏色。

研究人員相信，撒謊的孩子記憶力更好，因為他們記得「不許翻看卡片」的警告。並且他們會認真思考，仔細組織自己的語言，就好像撒謊是他們的第二天性。

謝菲爾德大學心理學教授愛琳娜·霍爾加 (Elena Hoicka) 指出，在成年人的交往中，五分之一是基於謊言。由此看來，人類就是愛撒謊的動物。不過，雖然研究確認了孩子撒謊積極的一面，但育兒專家並不提倡父母對孩子的撒謊行為感到驕傲或者予以鼓勵。

如果父母不小心，孩子的撒謊就可能失控，導致不良的後果。而父母有能力和義務，向孩子灌輸更多的積極特徵來從長遠說明他們。父母需要將誠實作為家庭的價值觀，並在家裡定下一個基調，為孩子樹立良好的榜樣。如果一個成年人是誠實的，並且給孩子展示的也是這樣，那麼孩子就會學習他們的行為。

重要的是，父母要理解孩子為什麼撒謊，並對他們進行積極引導，培養他們好的創造力和記憶力，而不是培養他們的撒謊能力。同時，父母還應教導孩子，說謊和創造性的故事之間的區別。研究結果已發表在《實驗兒童心理學雜誌》(Journal of Experimental Child Psychology) 上。

## 最超值的汽車保險以及貼心的個人化服務

在State Farm<sup>®</sup>，您不僅可以享有優惠價格，同時，我們的代理人更致力於幫您獲得最合適的保障以及應得的折扣優惠。無微不至的關照，只有我們做得到。請立即與我聯絡

**梁劉經穗**  
Wendy Leung, Agent

**404-266-8118 (B)**

**404-266-8115 (F)**

wendy.leung.bwvd@statefarm.com

or

wendy@wendyleung.org

9A Lenox Pointe NE, Atlanta, GA 30324

**做個好鄰居，日日好安心**

State Farm 提供保險及理財服務

請致電State Farm保險代理人洽詢有關承保範圍、費用、服務及續約性問題

State Farm保險保單、表格及所需通知均以英文書寫



**知多 D: 常吃 8 款食物 健康抗衰老**

橄欖油 - 橄欖油富含維他命 A、D、E、K、F，可降低心臟病和癌症的患病率。其還含有多酚，有助抗衰老。

酸奶 - 酸奶裏含有鈣，可以延緩骨質疏鬆症，含有有益細菌群，減低與衰老有關的腸道疾病。

魚 - 魚肉含大量的 omega-3 脂肪，可防止動脈血管裏的膽固醇的堆積，預防冠心病。

巧克力 - 研究顯示，長期飲用含可可比率高的飲料，能保證血管健康，可預防 2 型糖尿病、腎臟疾病和老年癡呆症。

堅果 - 堅果內富含不飽和脂肪酸、維他命、礦物質和其他植物化學生物鹼，可有效抗衰老。

水果酒 - 飲用適量酒精飲料如紅酒，可以預防心臟病、糖尿病和老年癡呆症，還可抗衰老。

草莓 - 草莓裏的果漿含有減輕炎症和氧化損傷的物質，這些物質都能夠延緩記憶的丟失和運動功能的障礙。

大蒜 - 將大蒜切成片，在空氣中放置 15 分鐘，它跟氧氣結合以後產生大蒜素，具有抗癌的功效。

# 第一市場

*FIRST ORIENTAL MARKET*

南北雜貨 應有盡有 零售批發 無任歡迎	南北雜貨·新鮮蔬菜·海鮮肉類 冷凍食品·金豬烤鴨·叉燒滷味 參茸補品·各國影帶·應有盡有 種類繁多·零售批發·一律歡迎
------------------------------	--

404-377-2185  
404-377-6950

2774 E. PONCE DE LEON AVE.  
DECATUR, GA. 30030

## 生活常識: 無辣不歡！吃辣竟然帶來兩種神奇功效

世界各地都有嗜辣如命的人。泰國、墨西哥、中國、印度、埃塞俄比亞……很多國家有著品類繁多的香辛調味料都能讓你爽辣翻天。

很多人都喜歡給世界最辣辣椒排名次，並且把這些讓你張嘴嘶嘶喘氣的東西比較一番，哪怕很難判別不同辣椒之間的細微差別。誰能客觀地說印度餐館的"鰥夫咖喱"（Widower Phaal），用國際通用史高維爾辣度單位（Scoville Scale）達 100 萬的辣椒做成，工人在制作時甚至要戴護目鏡，要比韓國自殺玉米卷餅（Suicide Burrito）更辣？

有很多菜肴都會讓你口舌冒火：常見的有：用魔鬼辣椒烹制的咖喱肉，以及需要從浮滿一層辣椒的湯汁里搜尋鮮嫩辛辣的肉片和蔬菜的四川麻辣火鍋。

當這些食物灼熱你的舌頭時，你可能想知道：為什麼有的菜係無辣不歡，而有的菜係則把辣椒完全排除在外？

這個問題同樣也困擾著人類學家和食品歷史學家。有趣的是，氣候溫暖地區的人們更嗜好辛辣食物。有研究表明，這或許是某些辣椒有殺菌作用的緣故。

在針對世界各地的菜譜進行的一項研究報告中，研究者這樣寫道："隨著年平均氣溫（氣溫越高，未冷藏食物的腐敗速度就越快）的升高，包含香辛料的菜譜比例、單一菜肴中的香辛料用量、香辛料總用量、以及殺菌能力最強香辛料的用量都隨之增加。"冷藏技術出現之前，在食物迅速腐敗的熱帶地區，香辛料曾經幫助人們延長食物保鮮期，至少讓食物更加美味可口。

還有說法稱，大多數人吃辛辣食品都會出汗，因此在熱帶地區吃辣會幫助人們降低體溫。汗液的蒸發冷卻效應有助於保持體溫平衡。然而，在濕度極大的環境里，你出再多的汗也沒用：空氣中的水分已經夠多，因此汗液蒸發不會帶走熱量。針對鍛煉後喝熱水人群的調查發現，他們的體溫下降速度的確略高于喝涼水者，但這只在低濕度環境下才會有效。在 8 月的泰國，這一點不成立。

然而，對香辛料的嗜好絕不僅限于熱帶地區。辣椒原產于美洲，于 15-16 世紀隨著歐洲商人的腳步擴散到了全世界。其他那些不如辣椒辣，但仍以各自獨特的口味給菜肴增色的香辛料已經在歐洲流行了很多個世紀，姜、黑胡椒和肉桂則是從東方輸入。



(文接上頁)

今天以清淡口味見長的很多菜係都曾經喜好辛辣口味的菜肴。例如，有一本 18 世紀英國菜譜里就有很多用肉豆蔻仁、丁香和肉豆蔻粉調味的菜肴。那麼後來到底發生了什麼？

可能如同曼威·辛格 (Maanvi Singh) 在《鹽》一書中所述，嗜好辛辣口味食物會讓人感覺此人比較粗俗。我們今天已經知道，歐洲菜係喜歡把彼此類似，而非彼此沖突的口味進行組合。1600 年代，歐洲香料價格出現暴跌，所有人都買得起吃得起這些香料，廚師們迅速對牠們失去了興趣。

為了打造新的高端菜肴，廚師們開始轉而追求簡單純淨的基礎口味，然後用調味品凸顯這種口味。用辛格的話說，對所謂身份地位的追求最終使很多香辛料從歐洲人的餐桌上消失。

歷史上，歐洲人曾經嗜好用肉豆蔻粉調味的辛辣菜肴。

事實上，人類文化在決定是否喜歡吃辣上發揮著很重要的作用。像很多動物一樣，人類會品嚐食物的味道，將其作為判斷食物是否安全的標準，我們一旦習慣了某種表明安全的食物口味，就會沉迷于牠。曾經習慣吃辣的人會在無法吃辣後懷念這種味道，就是出于這個原因。

今天，每個人都有自己的吃辣理由。本質上，人們會喜歡上腎上腺素飆升的感覺，社會地位或者口味輕重之類的因素不再重要。上文說過，吃辣椒時的生理反應是口中的溫度感受器被激發的結果。此時，你的身體會認為你正在被火灼烤，從而出現臉紅和出汗，極端情況下甚至會嘔吐。

在沒有長期不良影響的情況下獲得如此獨特的體驗是辣椒魅力的一部分。辣椒嗜好者們也樂于向他人夸耀自己吃辣的能力。

在準備去吃一頓咖喱大餐之前，你恐怕不會想起，其中的香辛調味料同時還有殺菌和調控人體溫度的神奇功效。



# 關 穗 章

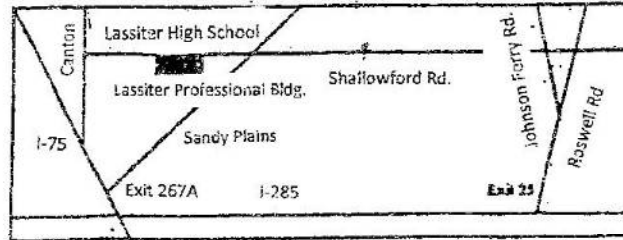
全科牙醫 JEFF KWAN D.M.D

FAMILY & GENERAL DENTISTRY

★ 新設備 ★ 新儀器 ★ 家庭牙科醫生

電話：770-924-1232

地址：Lassiter Professional Bldg.  
2525 Shallowford Rd., NE,  
Suite B  
Marietta, GA 30066



# 岑 明 發 律 師 行

PATRICK SAM & ASSOCIATES

喬州註冊律師 喬州大學(UGA)法學博士 Emory 大學化學碩士, Kennesaw 州立大學化學, 生物學學士

明 「謀」 正 「取」

用光明磊落的方法替你爭取正當身份及公正待遇

專辦：各類移民事務，工作簽證，綠卡，勞工卡，商業事務，成立公司，買賣餐館，契約  
精通 國、粵、越語

4584 Chamblee Dunwoody Rd., Chamblee, GA 30341 WWW.SAMLAWYER.COM

電話：770-451-5077； 電傳：770-451-5877

大同印刷公司



菜單餐牌 • 信紙信封  
海報傳單 • 貼紙表格  
喜壽請帖 • 圖章名片  
燙金包膠 • 期刊書冊

1. 專利易銷產品多項  
微經銷代理及  
個人副業代銷。
2. 專業收購二手機械  
及印刷設備。
3. 代客規劃機械及  
印刷廠  
40年經驗。

大同機電顧問

458-8588大同印刷祝啟發

5420 NEW PEACHTREE RD., CHAMBLEE, GA. 30341 中國城對面

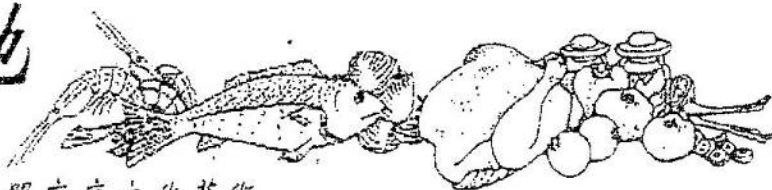
電話 Tel: (770) 458-8588

傳真 Fax: (770) 458-0366

# 美食天地

食是人生最高享受

簡易烹飪食譜 烹調是一門高度文化藝術



## 蝦仁炒蛋

材料:

全蛋 5隻 中蝦 半斤 蛋黃 2隻 蒜蓉 少許

做法:

1. 將中蝦去殼洗淨，抹乾水分後，用鹽、麻油、胡椒粉、少許雞粉醃片刻。
2. 將全蛋加入蛋黃打勻後，再加入少許鹽調味備用。
3. 燒熱油鑊，加入蒜蓉和蝦仁一起快炒至蝦仁變熟，然後將蝦仁連汁液一起倒入蛋液中撈勻。
4. 再將油鑊燒熱，然後倒入蛋液，以快手炒至七成熟即可上碟。

廚房筆記:

1. 有時候，愈是平凡的菜式，卻愈難做得好，像蝦仁炒蛋這道不少人由細吃到的家常菜，雖然材料很普通，做法亦不複雜，但要在街上餐館子尋得做得好吃的，卻不容易。可見出，愈是平凡，愈見出功夫所在。
2. 當然，不同人有不同的竅門、方法。做這道菜式，我的小秘訣乃是在蛋液中加入炒蝦仁時滲出的汁液，加上煮得完全融化的蒜蓉，炒出來的雞蛋，在蛋香之中，更會流露着香濃的鮮蝦味，也融和着蒜蓉的香氣。這道菜式是岑建勳先生的拿手好菜之一，卻甚有大菜館的水準，既然如此，何不將之公諸同好？

小貼士:

1. 在全蛋中另加入蛋黃，可以令雞蛋炒出來更香，也可以在蛋液中加入少許鮮奶，令質地更滑。
2. 炒蝦仁用的蒜蓉一定要切得很碎，令人不察覺有蒜蓉在內，才不會影響炒蛋的嫩滑質感。
3. 炒蝦仁時，要將蒜蓉和蝦仁一起落鑊，才不會炒爛。
4. 雞蛋只需要炒至七成熟，已可上碟，因為上碟後的雞蛋仍然保持自身熱度，令雞蛋變得更熟。如果在鑊中已炒至全熟，上桌時炒蛋已會變得太老。這道菜也應趁熱吃，一攤凍了炒蛋便很快變老，味道亦失色得多。



聯邦中小企業管理局優先審核貸款銀行(SBA Preferred Lender)  
住宅房屋貸款 (Residential Mortgage) NMLS# 874399

**Main Office**  
5114 Buford Highway  
Doraville, GA 30340  
770-455-4989

**Duluth Branch**  
3725 Old Norcross Road, #A  
Duluth, GA 30096  
770-495-1778

**Peachtree Corner Branch**  
3280 Holcomb Bridge Rd.  
Norcross, GA 30092  
470-485-0040

**Johns Creek Branch**  
10820 Abbotts Bridge Rd.  
Suite #140  
Johns Creek, GA 30097  
770-495-2423

**Sugarloaf Branch**  
1295 Old Peachtree Road  
Suite #180  
Suwanee, GA 30024  
678-735-5150

**Suwanee Branch**  
2790 L'ville-Suwanee Rd.  
Suite #105  
Suwanee, GA 30024  
678-482-2996

**Norcross Branch**  
5385 Jimmy Carter Blvd.  
Suite #100  
Norcross, GA 30093  
678-689-0993

**ALABAMA**  
Opelika 334-741-1300  
Montgomery 334-260-4926

**TEXAS**  
Dallas 214-575-8316  
Grand Prairie 972-660-9600

COARS Member

[www.metrocitybank.com](http://www.metrocitybank.com)

SWIFT CODE: GMCBUS3A

聯邦中小型企業管理局貸款總額全喬治亞州第一名(2009 - 2012 & 2014 - 2016 年度)

# 喜萬年海鮮大酒樓

## Happy Valley Seafood Restaurant

亞特蘭大最新、最大、最豪華、最高品味的粵菜海鮮酒樓

港式飲茶	★	正宗粵菜
歐陸式裝璜	★	帝王級享受

筵開 60 席 ● 預訂全年酒席

地址：5495 Jimmy Carter Blvd, Norcross, GA 30093

電話：678-218-0888