



| 懂数据 更懂生意

从代餐到全域健康：  
袋鼠先生如何用“轻养生”概念占领用户心智？

2025

# 抖音零食赛道品类新锐涌现，通过深耕细分需求持续增长

| 排名 | 品牌名称                 | 销售额 | 销量    |
|----|----------------------|-----|-------|
| 1  | Three Squirrels/三只松鼠 | 1亿+ | 100w+ |
| 2  | BE&CHEERY/百草味        | 1亿+ | 100w+ |
| 3  | 甄磨坊                  | 1亿+ | 100w+ |
| 4  | BESTORE/良品铺子         | 1亿+ | 100w+ |
| 5  | 盐津铺子                 | 1亿+ | 100w+ |
| 6  | Dove/德芙              | 1亿+ | 100w+ |
| 7  | 袋鼠先生                 | 1亿+ | 100w+ |
| 8  | 茶口乐                  | 1亿+ | 100w+ |
| 9  | 诺梵                   | 1亿+ | 100w+ |
| 10 | shangqia/尚恰          | 1亿+ | 100w+ |

零食行业持续增长，兴趣电商成为更好触达场

3

综合零食：组套搭销，供应链反应迅速

2

中式零食：以中式养生成分为主，主打健康零食

1

辣卤零食：小包装数量感，刺激味蕾的零食

3

糖巧零食：巧克力品类需要强品牌力，糖果类更多依靠超级单品突围

1

轻食零食：肉类轻食零食，高溢价

# 2025年618第一波数据来看，超级单品成就更多新锐品牌冲榜

| 排名 | 品牌名称                 | 销售额         | 销量       | 带货商品 |
|----|----------------------|-------------|----------|------|
| 1  | Three Squirrels/三只松鼠 | 1亿+         | 100w+    | 3613 |
| 2  | 甄磨坊                  | 5000w-7500w | 100w+    | 219  |
| 3  | Dove/德芙              | 5000w-7500w | 100w+    | 1634 |
| 4  | 袋鼠先生                 | 2500w-5000w | 50w-75w  | 243  |
| 5  | JIN JIA ZHUANG/劲家庄   | 2500w-5000w | 25w-50w  | 102  |
| 6  | 盐津铺子                 | 2500w-5000w | 100w+    | 837  |
| 7  | Disney/迪士尼           | 2500w-5000w | 25w-50w  | 481  |
| 8  | 脆升升                  | 2500w-5000w | 75w-100w | 251  |
| 9  | 茶口乐                  | 1000w-2500w | 50w-75w  | 65   |
| 10 | Want Want/旺旺         | 1000w-2500w | 50w-75w  | 510  |



袋鼠先生  
牛腱肉大礼包

劲家庄  
核桃桑葚黑芝麻丸



茶口乐  
茶叶含片

数据来源：抖音平台，2025.5.1-5.31零食行业品牌排行

# 袋鼠先生从线上渠道出发，打造“口袋里的即食牛肉”



**袋鼠先生**是山西袋鼠先生商贸有限公司旗下的**健康**

**即食轻食品牌**，成立于2017年9月，总部位于太原市。

该品牌专注于**高蛋白肉食、高纤烘焙、慢碳主食及健康**

**调味品研发**，产品涵盖拉丝牛肉、全麦吐司、魔芋酸辣

粉等30余款商品，主打**低脂、低糖、清洁配方理念**，适

用于**健身代餐及日常轻食场景**

## 发展历程

- 2018年  
入驻天猫开启线上销售
- 2020年  
陆续扩展至京东、拼多多等主流电商平台
- 2023年8月  
完成品牌2.0升级，形成肉类零食、烘焙代餐、便捷主食及调味四大产品矩阵，推出黑松露烤牛肉等创新单品
- 2023年  
累计销量达1.5亿袋，核心单品占据抖音牛肉类零食食品类销售榜首

# 产品线：成为“健康轻食领域的标杆品牌”，倡导健康生活方式

## 高蛋白肉食类



## 慢碳主食类



## 高纤烘焙类



## 冲饮&调味类



# 2023年冲刺爆发，通过创新超级单品实现高增



销量领先：2023年即食牛肉和鸡胸肉全网销量双第一，并连续两年保持该地位。

奖项认可：

2023年入围iSEE全球创新品牌百强榜。

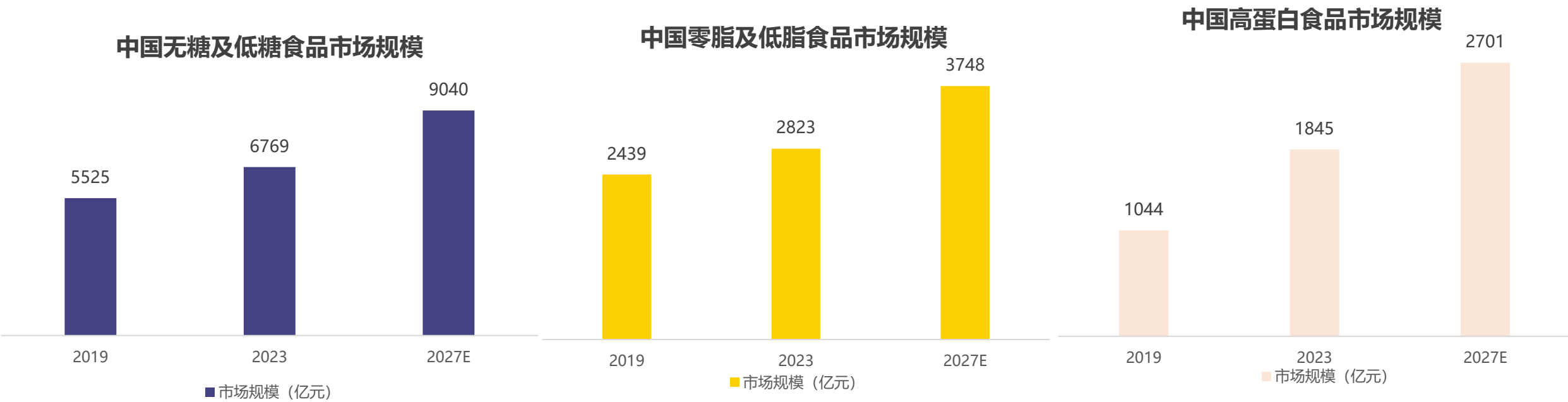
获“造物者2023年度产品品质创新奖”（拉丝牛肉块）。

被艾媒咨询认证为“黑松露烤牛肉开创者”及“鹰嘴豆+黑松露烤牛肉开创者”



# 成功要点一： 精准定位，健康轻食赛道

# 中国轻食市场已迈入高速发展的黄金期，市场潜力巨大



| 年份       | 主要增长驱动力       | 渠道特征             |
|----------|---------------|------------------|
| 2023     | 健康意识觉醒、政策支持   | 线上占比45%，社交电商崛起   |
| 2024     | Z世代消费力释放、产品创新 | 直播带货占比提升，便利店渠道增长 |
| 2025(预测) | 体重管理需求、功能化趋势  | O2O融合，智能订阅服务兴起   |

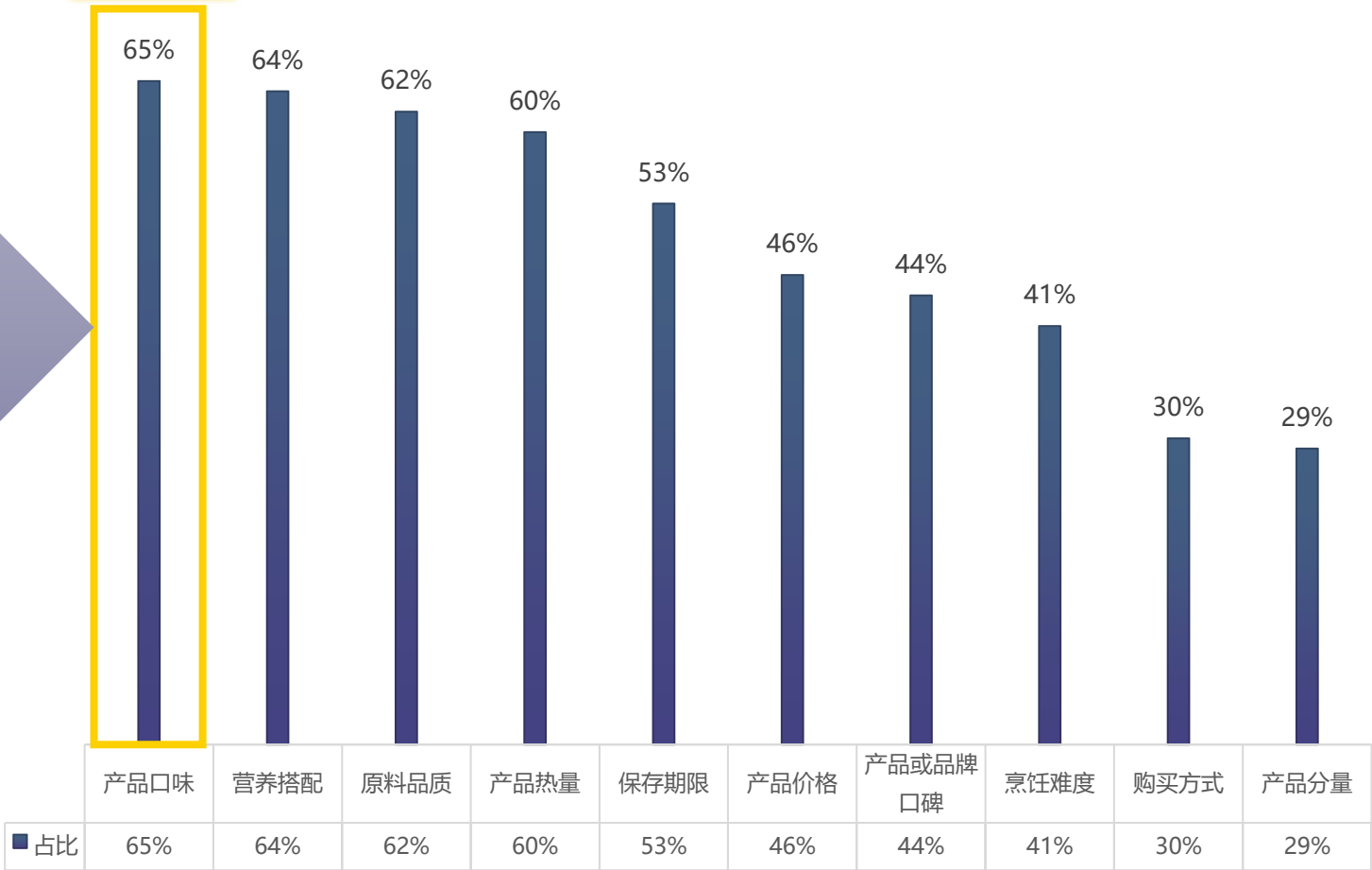
# 政策引导下，消费者针对轻食选择因素转变，更多机会涌现

**体重管理年**是国家卫生健康委联合教育部、体育总局等16个部门于2024年6月启动的三年专项行动，旨在**通过全民健康教育和生活方式干预，改善超重肥胖问题，降低慢性病风险。**

2025年3月9日，国家卫生健康委员会主任雷海潮在十四届全国人大三次会议民生主题记者会上表示，**实施“体重管理年”3年行动，普及健康生活方式，加强慢性病防治。**

悦己需求

消费者选择轻食时的考虑因素



# 现代轻食消费者期望产品能同时满足健康与美味双标准

| 需求维度 | 具体表现     | 产品创新案例            | 消费者接受度       |
|------|----------|-------------------|--------------|
| 甜味管理 | 低GI、天然代糖 | 喜茶低GI多肉葡萄(L-阿拉伯糖) | 京东低GI食品年增10倍 |
| 鲜味提升 | 减盐不减鲜    | 禾然有机淡盐酱油(钠离子析出技术) | 低盐调味品市场快速增长  |
| 口感丰富 | 替代性脂肪应用  | 空气烘焙鸡胸肉脆(非油炸)     | 乐事空气鸡胸肉脆热销   |
| 风味层次 | 药食同源融入   | 紫林黄芪党参醋、苦荞杜仲叶醋    | 养生醋饮获天使轮融资   |

## 健康与美味的平衡：质地创新

袋鼠先生

新口味上市

袋鼠先生 澳洲安格斯牛排脆 127kcal 40.5g

袋鼠先生 澳洲安格斯牛排脆 127kcal 40.5g 芥末味

配料干净 奶香爆脆 超乎想象 大米龙原切 吃出奶香

• 更脆 1MM鲜烤爆脆

• 更香 100%大米龙原切

• 更健康 国际4倍高蛋白\*

# 蛋白零食作为运动营养市场的创新领域，已发展为多元品类



袋鼠先生产品围绕高蛋白肉类牛肉&鸡肉，持续创新健康口袋零食

| 卖点关键词 | 卖点类型 | 销售额         | 销量       | 带货商品 | 销售均价  |
|-------|------|-------------|----------|------|-------|
| 高蛋白   | 成分   | 1亿+         | 100w+    | 286  | 63.1  |
| 零食    | 产品功能 | 1亿+         | 100w+    | 213  | 63.4  |
| 即食    | 产品功能 | 7500w-1亿    | 100w+    | 187  | 42.9  |
| 健身    | 适用场景 | 5000w-7500w | 100w+    | 120  | 62.8  |
| 代餐    | 产品功能 | 5000w-7500w | 100w+    | 222  | 64.7  |
| 熟食    | 产品功能 | 5000w-7500w | 10w-25w  | 13   | 252.5 |
| 解馋    | 产品功能 | 2500w-5000w | 100w+    | 131  | 26.7  |
| 美味    | 产品功能 | 2500w-5000w | 10w-25w  | 24   | 181.8 |
| 营养    | 产品功能 | 2500w-5000w | 10w-25w  | 33   | 232   |
| 低脂    | 产品功能 | 1000w-2500w | 75w-100w | 54   | 17.8  |

数据来源：抖音平台，2025.1.1-5.31袋鼠先生品牌

袋鼠先生×618超级补

**送**  
下单即送

1袋拉丝牛肉+  
2袋牛肉脯罐豆+  
3袋烤牛肉+100g丸子+  
2黄金贴

科学饮食 开启自律体验

**73** 包肉  
超燃轻食牛腱肉大礼包

袋鼠先生

整块无碎肉  
不添加白砂糖  
龙利鱼口感

口袋鸡胸肉  
CHICKEN BREAST  
原味 Original Flavor  
Kcal/50g 55.9  
蛋白质 Protein/100g 22.1g

活动价：  
**¥18.9/起**

拍1到手11袋  
新一代嫩烤鸡胸肉

袋鼠先生

连续两年即食鸡胸肉全网销量**第一**

8年  
专注轻食

¥49.8  
豪华鸡肉宴 袋袋高蛋白

热卖爆款！抢！领卷下单立减30！

袋鼠先生

新口味上市

澳洲安格斯牛排脆  
127kcal/100g  
芥末味

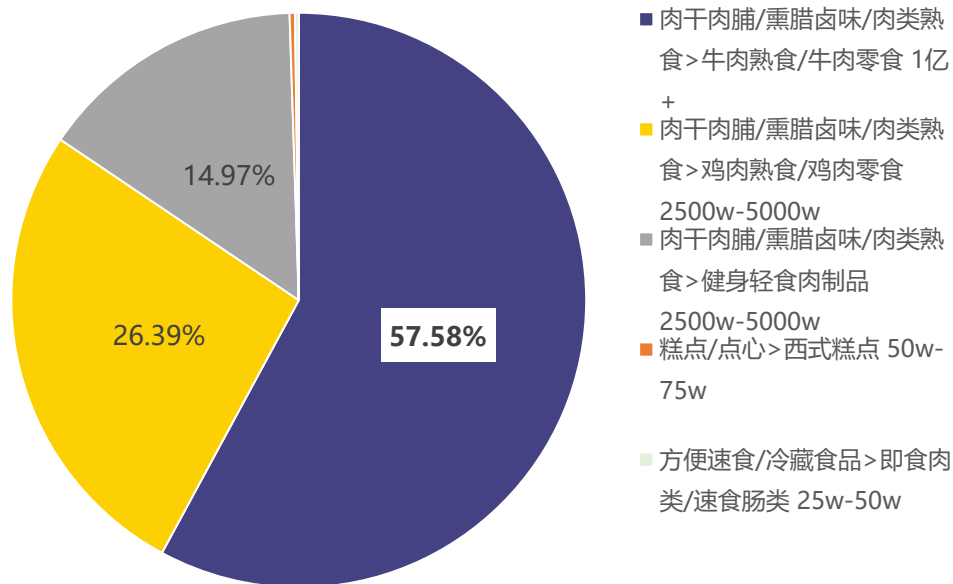
配料干净  
奶香爆脆 超乎想象

精选澳洲谷饲安格斯  
大米龙原切 吃出奶香

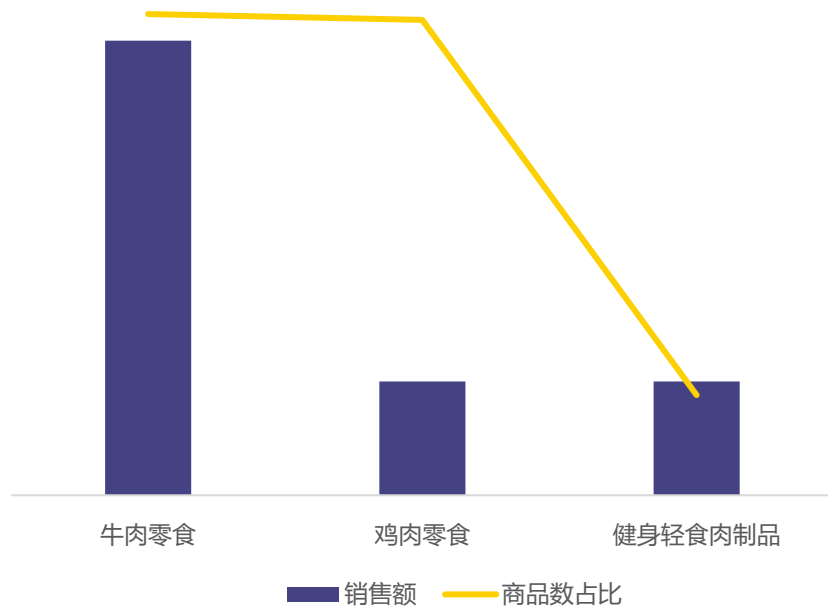
# 成功要点二： 产品力驱动：超级单品持续创新

# 核心品类是牛肉零食，原料高溢价带动高成交价

## 袋鼠先生销售额占比



## 袋鼠先生TOP品类销售额及商品数占比



# 牛肉零食组合装依靠牛腱肉稳定基础销量，新品牛排脆实现增长

| 商品名称                                | 商品分类      | 销售额         |
|-------------------------------------|-----------|-------------|
| 【主播推荐】袋鼠先生牛腱肉大礼包熟食牛肉健身高蛋白食品零食       | 牛肉熟食/牛肉零食 | 5000w-7500w |
| 【主播推荐】袋鼠先生牛腱肉大礼包代餐营养美味即食健身高蛋白零食     | 健身轻食肉制品   | 1000w-2500w |
| 【到手11包】袋鼠先生超值活动低脂高蛋白鸡胸肉即食解馋小零食50g   | 鸡肉熟食/鸡肉零食 | 1000w-2500w |
| 袋鼠先生 高蛋白鸡肉大礼包沙拉棒鸡肉卷鸡胸即食健身轻代餐零食      | 鸡肉熟食/鸡肉零食 | 1000w-2500w |
| 袋鼠先生五日餐高蛋白全肉礼包健身轻食代餐营养零食品追剧解馋TL     | 牛肉熟食/牛肉零食 | 750w-1000w  |
| 【618专属】袋鼠先生高蛋白鸡肉大礼包健身追剧即零食追剧解馋代餐    | 鸡肉熟食/鸡肉零食 | 500w-750w   |
| 袋鼠先生安格斯牛排脆高蛋白解馋零食代餐即食健身深夜充饥m        | 牛肉熟食/牛肉零食 | 500w-750w   |
| 袋鼠先生安格斯牛排脆谷饲牛肉脆片薄脆浓香脆脆高蛋白解馋零食       | 牛肉熟食/牛肉零食 | 250w-500w   |
| 【15日餐】袋鼠先生高蛋白肉肉大礼包即食口袋鸡胸肉健身出游美味     | 鸡肉熟食/鸡肉零食 | 250w-500w   |
| 袋鼠先生 牛肉脆片安格斯牛排脆零食高蛋白健身代餐解馋健康美味      | 牛肉熟食/牛肉零食 | 250w-500w   |
| 袋鼠先生超值活动低脂高蛋白鸡胸肉即食休闲速食充饥解馋零食 TL     | 鸡肉熟食/鸡肉零食 | 250w-500w   |
| 袋鼠先生谷饲安格斯牛排脆高蛋白薄脆牛肉片解馋零食代餐酥脆健身      | 牛肉熟食/牛肉零食 | 250w-500w   |
| 【总监专属】袋鼠先生牛腱肉大礼包代餐营养美味即食健身高蛋白零食     | 牛肉熟食/牛肉零食 | 100w-250w   |
| 【蛋白罐】袋鼠先生黑松露蛋白罐烧烤牛肉熟轻食零食鹰嘴豆双重蛋白     | 牛肉熟食/牛肉零食 | 100w-250w   |
| 袋鼠先生熟食牛腱肉高蛋白健身开袋即食代餐卤味牛肉饱腹真空零食      | 牛肉熟食/牛肉零食 | 100w-250w   |
| 【限时破价】6月17日-6月18日 袋鼠先生安格斯牛排脆牛肉高蛋白零食 | 牛肉熟食/牛肉零食 | 100w-250w   |
| 【轻卡健身牛肉】 袋鼠先生健身牛肉高蛋白0添加熟食即食真牛肉囤货    | 牛肉熟食/牛肉零食 | 100w-250w   |
| 袋鼠先生即食轻卤牛腱肉健身高蛋白牛肉轻速食营养代餐零食58gTL    | 牛肉熟食/牛肉零食 | 100w-250w   |
| 袋鼠先生 高蛋白鸡肉大礼包氮气鸡腿即食沙拉鸡胸肉零食健身代餐      | 鸡肉熟食/鸡肉零食 | 100w-250w   |
| 【主播推荐】袋鼠先生黑松露烤牛肉鹰嘴豆即食健身代餐轻蛋白罐装z     | 牛肉熟食/牛肉零食 | 100w-250w   |

13

牛肉零食：组合装、牛排脆、牛腱肉、黑松露烤牛肉

6

鸡肉零食：组合装、鸡胸肉

1

鸡肉牛肉组合装：5日餐

# 牛肉零食已成为健身人群、减脂消费者及健康饮食爱好者的首选

## 极简配方，健康无添加

**配料表干净：**仅含牛肉+盐，无防腐剂、香精、色素等添加剂，符合现代消费者对“清洁标签”食品的需求。

**低钠低脂：**袋鼠先生的牛肉零食采用轻盐卤制工艺，钠含量控制在较低水平，脂肪含量仅9%-10%，符合低脂高蛋白的健康饮食趋势。

## 精选高端原料，肉质优质

**新西兰PS级牛肉：**选用18-24个月阉割公牛的大米龙部位（仅占整牛3%），该部位肉质紧实、脂肪含量低，且肉香浓郁。

**整切非拼接：**采用原肉整切工艺，拒绝合成肉，确保每一块牛肉纹理清晰，口感自然。

## 独特工艺，口感出众

**恒温慢炖工艺：**采用纯水慢炖7小时，使牛肉软嫩多汁，同时保留原始肉香。

**“拉丝”效果：**大米龙部位的牛肉纤维分明，手撕成丝，口感弹韧有嚼劲，增强食用体验。

# 牛腱肉大礼包：73包肉组合装，直击减脂+增肌需求

袋鼠先生×618超级补

**送**  
下单即送

129

1袋拉丝牛肉+  
2袋牛肉黑糖豆+  
3袋牛肉+100g丸子+  
2黄金蛋

科学饮食 开启自律体验

**73** 包肉 超燃轻食牛腱肉大礼包

销售额 **6000w+**  
标价299元

MR. KANGAROO

**高蛋白  
肉肉大礼包**

健身必备 73包纯肉放肆吃

...

袋袋高蛋白 / 健康营养 / 开袋即食

## 五大优势 轻松控体

- ✓ **饮食科学**  
天天吃肉 袋袋高蛋白
- ✓ **营养饱腹**  
7种热销爆款 好吃易坚持
- ✓ **科学指导**  
营养顾问 在线答疑解惑
- ✓ **省时省心**  
开袋即食 照着食谱轻松吃
- ✓ **适宜更多人**  
健身、身材管理、健康饮食等人群

## 七分吃 三分练 吃肉就吃高蛋白

据国际运动营养学会（JISSN）建议经常运动训练的人  
每日可摄入的蛋白质推荐量为【1.4-2g/kg】体重



# 安格斯牛排脆：新形态+高溢价优质原料+高蛋白质热点



销售额 **2000w+**  
标价14元/袋/25g



# 黑松露蛋白罐烧烤牛肉：双重高蛋白，罐装鲜享

袋鼠先生®

连续两年即食牛肉全网销量 **第一**

142 kcal/55g

19.8g Protein/55g

黑松露烤牛肉

Black Truffle Roasted Beef

鹰嘴豆 + 黑松露烤牛肉

双蛋白 双美味

活动价

¥129

抢! 拍8赠2 到手十件

黑松露蛋白罐\*6+黑松露烤牛肉\*2

下单即送

52g牛肉鹰嘴豆\*2+开罐器

销售额 **350w+**

标价21.5元/罐/23.3g

\*赠送黑松露烧烤牛肉55g\*2袋

数据来源：抖音平台，2025.1.1-5.31袋鼠先生品牌

烤牛肉 + 鹰嘴豆

## 动植物双重蛋白罐

# 甄选大地之吻 味蕾之巅黑松露

# 动植物双重蛋白

鹰嘴豆 + 黑松露烤牛肉

CHICKPEAS + BLACK TRUFFLE ROASTED BEEF

双蛋白 双美味

23.3g

开罐即食

双重高蛋白

大块牛肉

大粒鹰嘴豆

## 轻享美味不设限

一罐两味新体验

黑松露烤牛肉

牛肉的醇厚遇上黑松露的馥郁

浓郁口感

自然豆香味

饱满颗粒 鹰嘴豆

自然豆香味 口感粉糯上头

## 动植物双重蛋白

黑松露烤牛肉+大颗鹰嘴豆

23.3g 每100g蛋白质

≈ 7 杯 100ml牛奶蛋白质

黑松露烤牛肉 + 大颗鹰嘴豆

牛奶

\*数据来源《中国食物成分表》第6版第二册；100ml纯牛奶(代表值)蛋白质含量：3.3g。

# 袋鼠先生

The image displays a variety of Mr. Bagrat (袋鼠先生) products. At the top, there are three packages of 'Chicken Breast' (口袋鸡胸肉) in different flavors. Below these are four more packages: 'Corn Chicken' (玉米鸡胸肉), 'Beef Shank' (轻卤牛腱肉), 'Beef Shank' (牛腱肉), and 'Chicken Breast with Fat' (鸡胸肉). Each package includes nutritional information and a price tag. In the foreground, there are two bowls: one containing sliced 'Chicken Breast' and another containing 'Chicken Meatballs' (鸡胸肉丸). A red circular badge with the word '赠' (Gift) is placed next to the meatballs.

赠

活动价

拍1发23 无需开火

¥ **49.8**

高蛋白补给礼包

# 身材管理 高蛋白补充不可少

甄选五种轻卡高蛋白肉类

全网销量第一

**牛腱肉**

高蛋白 只加盐

**鸡胸肉肠**

Q弹鲜嫩 嚼劲十足

≥90% 鸡胸肉添加量

**Q弹鸡肉丸**

恒温蒸煮 鲜香入味

高蛋白肉肉大集结  
热销爆款一箱抱走

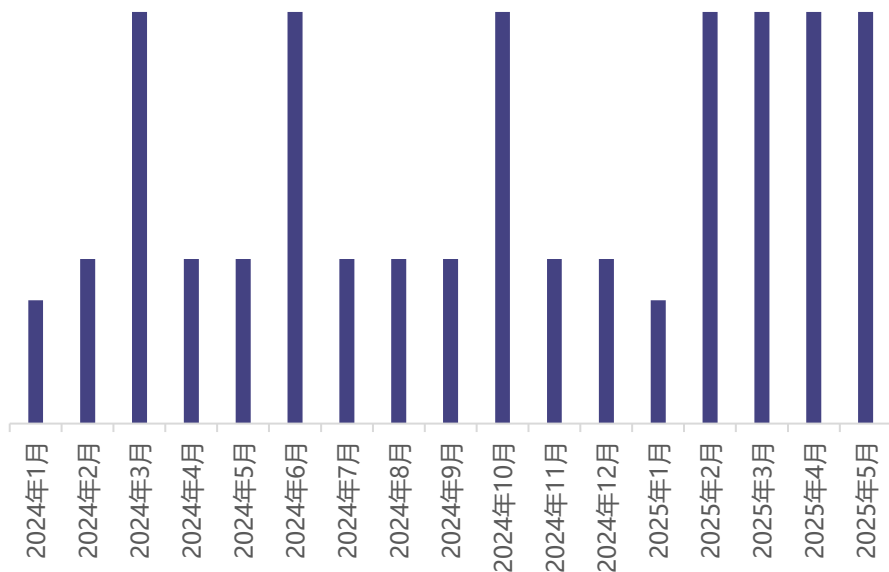
数据来源：抖音平台，2025.1.1-5.31袋鼠先生品牌

# 成功要点三： 发挥渠道优势，真正拥抱细分需求

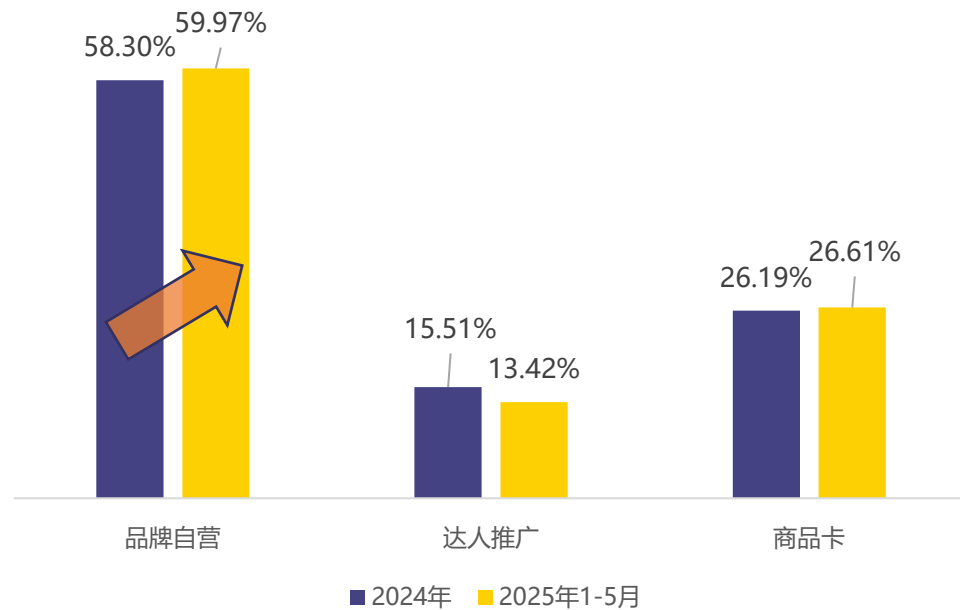
# 大促成为主要起跳驱动力，2025年持续稳定增长

## 袋鼠先生抖音销售额（千万元）

2024年销售额 1.625亿+  
2025年1-5月销售额 1.075亿+



## 袋鼠先生抖音销售方式占比



# 多店铺矩阵圈选不同人群，牛排脆成为深耕核心品类

| 达人名称         | 达人简介                                                                                                 | 播主粉丝数  | 销售额         | 销量       |
|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------------|----------|
| 袋鼠先生食品       | 袋鼠先生食品旗舰店<br>倡导天然、健康、营养的理念<br>形体逆袭，享Show就现在<br>提供配料简单、好吃便捷的   轻食代餐  <br>直播时间：7:30-3:00<br>更多福利点击主页查看 | 834202 | 5000w-7500w | 25w-50w  |
| 袋鼠先生官方旗舰店    | 袋鼠先生官方旗舰店<br>提供严选原材料   营养全面   好吃便捷的食品<br>袋袋好食材，满满高蛋白！<br>直播时间：07:00-04:00                            | 442396 | 1000w-2500w | 25w-50w  |
| 袋鼠先生食品旗舰店直播间 | 澳洲安格斯牛排脆<br>倡导天然、健康、营养的理念<br>配料干净，优质肉源<br>品质更高的健康食品                                                  | 23519  | 750w-1000w  | 10w-25w  |
| 袋鼠先生速食旗舰店    | 袋鼠先生牛排脆<br>品质牛肉<br>纵享星级美味<br>袋袋好食材 健康超好吃                                                             | 153655 | 500w-750w   | 7.5w-10w |

## 牛排脆多克重组合，追求曝光转化



# 直播渠道中，品牌自播成为稳定增长方式，趋于日销化

| 直播间标题                  | 达人名称   | 开播时间                | 直播销售额     | 直播销售均价  |
|------------------------|--------|---------------------|-----------|---------|
| 健康“食”代，轻盈未来！袋鼠先生喊你自律了！ | 袋鼠先生食品 | 2025/04/15 07:37:04 | 100w-250w | 300-400 |
| 袋鼠先生品牌盛典,惊喜福利送不停！      | 袋鼠先生食品 | 2025/02/18 07:38:56 | 100w-250w | 300-400 |
| 袋鼠先生品牌盛典,惊喜福利送不停！      | 袋鼠先生食品 | 2025/02/19 07:31:12 | 100w-250w | 300-400 |
| 袋鼠先生自律轻食季，惊喜福利送不停！！    | 袋鼠先生食品 | 2025/03/04 07:34:48 | 100w-250w | 200-300 |
| 袋鼠先生焕新管理季，惊喜福利送不停      | 袋鼠先生食品 | 2025/03/10 07:31:10 | 100w-250w | 200-300 |
| 健康“食”代，轻盈未来！袋鼠先生喊你自律了！ | 袋鼠先生食品 | 2025/04/10 07:33:54 | 100w-250w | 300-400 |
| 袋鼠先生焕新管理季，惊喜福利送不停      | 袋鼠先生食品 | 2025/03/11 07:34:45 | 100w-250w | 200-300 |
| 健康“食”代，轻盈未来！袋鼠先生喊你自律了！ | 袋鼠先生食品 | 2025/04/09 07:31:44 | 100w-250w | 200-300 |
| 健康“食”代，轻盈未来！袋鼠先生喊你自律了！ | 袋鼠先生食品 | 2025/04/14 14:01:09 | 100w-250w | 300-400 |
| 健康“食”代，轻盈未来！袋鼠先生喊你自律了！ | 袋鼠先生食品 | 2025/06/02 10:12:43 | 100w-250w | 200-300 |
| 健康“食”代，轻盈未来！袋鼠先生喊你自律了！ | 袋鼠先生食品 | 2025/05/14 07:35:21 | 75w-100w  | 200-300 |
| 袋鼠先生焕新管理季，惊喜福利送不停      | 袋鼠先生食品 | 2025/03/12 07:32:32 | 75w-100w  | 200-300 |
| 健康“食”代，轻盈未来！袋鼠先生喊你自律了！ | 袋鼠先生食品 | 2025/05/07 07:36:51 | 75w-100w  | 200-300 |
| 健康“食”代，轻盈未来！袋鼠先生喊你自律了！ | 袋鼠先生食品 | 2025/04/08 07:37:12 | 75w-100w  | 200-300 |
| 袋鼠先生自律轻食季，惊喜福利送不停！！    | 袋鼠先生食品 | 2025/03/02 08:56:12 | 75w-100w  | 300-400 |
| 健康“食”代，轻盈未来！袋鼠先生喊你自律了！ | 袋鼠先生食品 | 2025/06/09 11:00:53 | 75w-100w  | 200-300 |
| 健康“食”代，轻盈未来！袋鼠先生喊你自律了！ | 袋鼠先生食品 | 2025/05/19 08:34:49 | 75w-100w  | 200-300 |
| 健康“食”代，轻盈未来！袋鼠先生喊你自律了！ | 袋鼠先生食品 | 2025/04/07 10:17:15 | 75w-100w  | 200-300 |
| 健康“食”代，轻盈未来！袋鼠先生喊你自律了！ | 袋鼠先生食品 | 2025/05/06 07:34:03 | 75w-100w  | 200-300 |
| 健康“食”代，轻盈未来！袋鼠先生喊你自律了！ | 袋鼠先生食品 | 2025/06/10 08:40:21 | 75w-100w  | 200-300 |

盛典专场：  
销售均价最高

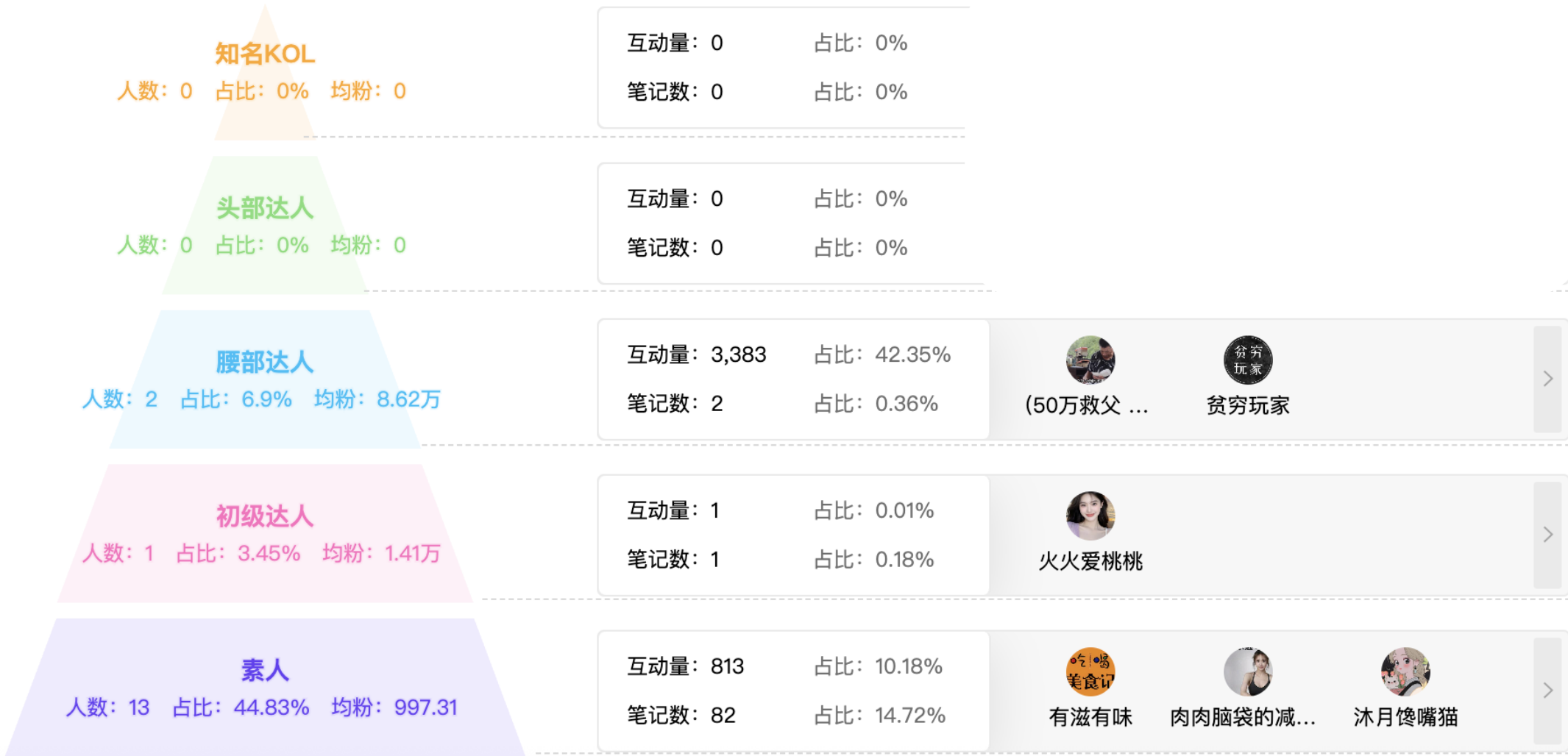
自律专场：  
日销关键词，  
成交稳定

福利专场：  
销售均价上涨

# 短视频带货，复用成功主题和内容，专注轻食类达人击穿品类心智

| 视频标题                                                           | 达人名称               | 视频销售额    | 视频销量    |
|----------------------------------------------------------------|--------------------|----------|---------|
| 晚上饿了不要吃主食，可以吃这种高蛋白的食物！#袋鼠先生 #蛋白质 #即食鸡胸肉 #牛腱子肉 #超便宜超划算          | 半半日常               | 75w-100w | 1w-2.5w |
| 晚上饿了馋了就吃这个#开袋即食 鸡小胸！关键这价到手满满一箱！#蛋白质 #超便宜超划算 #即食鸡胸肉 #蛋白质        | 范范 <b>轻食</b> 日记    | 75w-100w | 5w-7.5w |
| 晚上饿了馋了切记别碰主食，可以吃这种高蛋白的肉肉#蛋白质 #牛腱子肉 #开袋即食 #好吃不贵 #超便宜超划算         | 二真好物               | 75w-100w | 1w-2.5w |
| 晚上饿了馋了别吃主食，就吃这种#高蛋白 的食物！#袋鼠先生 #蛋白质#牛腱子肉 #肉肉大礼包                 | 范范 <b>轻食</b> 日记    | 75w-100w | 1w-2.5w |
| 晚上饿了尽量别吃主食，可以吃一些高蛋白的肉类#袋鼠先生 #牛腱子肉 #好吃不贵                        | 嘎嘎好吃的憨憨            | 25w-50w  | 1w-2.5w |
| 馋了饿了就吃这个#开袋即食 #鸡胸肉 多种口味卤的不柴也不腥特别入味！关键这价竟然到手满满一大箱 #超便宜超划算 #袋鼠先生 | 小小龙 ( <b>轻食版</b> ) | 25w-50w  | 2.5w-5w |
| 晚上饿了馋了就吃这个#开袋即食 鸡胸肉！关键这个价就到手一大箱！用来解馋代餐刚刚好#超便宜超划算 #鸡胸肉 #蛋白质     | 小小龙 ( <b>轻食版</b> ) | 25w-50w  | 1w-2.5w |
| 开春自律的姐妹，不想吃水煮菜的话就吃这个开袋即食鸡胸肉！鲜嫩多汁，不柴不腥#开袋即食 #代餐 #低脂高蛋白          | 嘎嘎好吃的憨憨            | 25w-50w  | 2.5w-5w |
| 袋鼠先生的鸡胸肉也来卷了，开袋即食好方便！#零食推荐 #鸡胸肉 #开袋即食 #解馋                      | 小礼总零食宠粉            | 25w-50w  | 1w-2.5w |
| 水煮菜吃腻的姐妹快试试！开袋即食的鸡胸肉，鲜嫩多汁不柴也不腥！还有好几种口味#鸡胸肉 #开袋即食 #管理期          | 嘎嘎好吃的憨憨            | 25w-50w  | 1w-2.5w |

# 小红书投放：腰部达人为核心驱动，针对性种草该类溢价零食产品



## 解数介绍

### ABOUT US

解数咨询是首家专注于电商行业大数据挖掘及分析的调研机构。服务于消费品行业在电商领域全品类全平台品牌孵化、营销及管理。

解数咨询从数字化聚焦电商领域，致力于用专业的数据能力和丰富的电商经验，帮助企业提升电商经营能力，对电商全平台、全品类、全品牌实施覆盖，服务品牌、机构超300家，提供全新视角洞察消费行业，同时也服务了众多知名消费品基金及上市服务机构。



解数咨询  
官方视频号



解数咨询  
官方公众号



业务合作  
请联系



# | 懂数据 更懂生意

2025