# 高二周记700字：老姐减肥记

来源：网络 作者：清风徐来 更新时间：2023-11-22

*我要减肥!”早上八点半，客厅里传来一阵尖叫，取用走出去瞧，就知道这是刚起床站在电子称上的老姐在叫。只见她怒视着电子称上显示的数字，说：“怎么超出100斤了，我原来只有90多斤的呀!”我扶额作无奈状，因为这已经是她第四次说要减肥了，可是前...*

　　我要减肥!”早上八点半，客厅里传来一阵尖叫，取用走出去瞧，就知道这是刚起床站在电子称上的老姐在叫。只见她怒视着电子称上显示的数字，说：“怎么超出100斤了，我原来只有90多斤的呀!”我扶额作无奈状，因为这已经是她第四次说要减肥了，可是前三次她都没有做出行动。

　　“从今天起，你老姐我开始减肥!”老姐一本正经地对我说，“你要监督我哦。”

　　一开始我还不相信老姐会有如此大的毅力，可后来她却开始坚持不懈了。

　　老姐在一日三餐方面注意了起来：早餐还是和往日差不多，只不过把原来的肉包换成了菜包，肉馅饺子换成了韭菜饺子罢了;中餐她很少吃肉和脂肪多的东西，爷爷奶奶对老姐说现在正长身体，要吃一些肉的，但劝不动她这尊大神;晚餐她有时吃自己做的水果拼盘或者水果沙拉，吃别的零食也要先看一看脂肪有多少克，超过3克就不吃……

　　老姐每天起床的第一件事情就是称体重，看看有没有减下来。如果没有减少反而增加了，哪怕就一点点，她就会这种模样：单手扶墙，用另一只手使劲敲墙，哭丧着脸说：“怎么又重了，原来只有51公斤的呀，怎么现在51.2公斤了!?”

　　“郑——天——悦——!”台灯下突然出现一个黑影，是老姐。“你怎么能把我的体重暴露出去呢?”她吼道。原来她在偷看我写日记呢!我就不写了，还得去“逃命”呢!

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找