

食尽盘中餐

守好传家宝

饮水要思源,吃饭当节俭。粒粒盘中餐,皆是辛苦换。

刚刚过去的一周,是全国食品安全宣传周,主题为“尚俭崇信、守护阳光下的盘中餐”。

生活中的你,是否在任何场合都能践行节俭理念、拒绝餐饮浪费呢?

餐馆

家庭

外卖

吃多少点多少 请打包

6月16日中午,正值就餐高峰时间,记者来到市城区顺城街一家快餐店,发现店里已经热闹起来,上座率达70%左右,还有一些顾客在排队等待取餐。

该店主营的菜品大约有20种,素菜类是时令新鲜蔬菜,荤菜都选择新买入的鲜肉。该店负责人介绍:“自开店营业以来,我们一直鼓励顾客将没吃完的饭菜打包,并且免费提供打包盒。”前来就餐的市民陈宇说,他在附近上班,午饭几乎都在这家店吃,因为老板为人和气,价格也很实惠。

“现在,人们节约粮食的意识正在逐渐提高,很多顾客会主动打包剩余的饭菜,还有一些顾客在我们的提醒下也会打包。”该店负责人说。顾客在点餐时,如果服务人员发现他们点的菜量较多,会主动询问他们是几个人就餐,并且提醒顾客适量点餐。这样的话,顾客点的菜品基本可以“光盘”,不会有剩菜。

除了主动提醒顾客点适量的菜品之外,他们对米饭等主食也采取了相应的措施。“我们店的米饭价格是1元一碗,第一碗会少一点,但是如果顾客不够吃,也可以免费加。第一碗之所以会少一点,是考虑到饭量小的顾客,避免浪费。”这种做法,不仅缩减了店里的经营成本,而且能引导顾客逐渐养成节俭的好习惯。

(武玲芳)

按需买巧存放 善烹调

“俭,德之共也;侈,恶之大也。”尊重劳动、珍惜食物、杜绝浪费是中华民族的传统美德。然而,在家庭中,由于储藏不当、过量烹饪等原因,食物浪费现象偶有发生。

“端午节前夕,亲戚给了不少粽子,吃不完,大部分都冻冰箱了。”家住市城区世界知音小区的王鸿坦言,几乎每年都是这样的情况。

“周末经常会有朋友来家里聚餐,一般都会有剩余饭菜。考虑到吃隔夜饭菜对身体不好,所以剩菜往往是当天不倒隔天倒。”市民弓女士的话,道出一部分家庭浪费的原因,“有些浪费是出于无奈,比如西瓜,最少必须买半个,但根本吃不完,次日会变质,只能扔掉。”

走访中,68岁的李艳说,她喜欢在超市打折时购买食品,但这些食品往往临期,买回来后常常忘记吃,等发现时这些食品都已经过期,造成了浪费。

习惯节俭、醉心厨艺的张女士则就此给出了自己的建议,吃剩的饺子回炉变身煎饺,米饭翻新做成蛋炒饭,变着法子改造剩饭,制作成美味可口的饭菜;带着购物清单去超市,可以减少冲动消费,避免食物囤积;一次烹饪的食物不宜太多,合理膳食,避免浪费的同时还能确保健康。

其实,厉行节约、杜绝浪费没有那么难,每个人、每个家庭都可以做到。

(闫晓媛)

“瘦身”菜吃得饱 不浪费

为倡导厉行节约新风尚,6月16日,记者在市城区部分饭店采访时发现,“半份饭”“小份菜”“一人餐”等成为餐饮商家的“时尚新菜品”,“瘦身”的外卖菜品,有效预防了浪费现象。

6月16日中午,在市城区迎宾街一栋写字楼大厅入口处,小刘拿着一袋外卖垃圾扔到了垃圾桶。小刘说:“我们公司没有食堂,周边的小餐馆都吃腻了,所以几乎每天点外卖。以前商家给的都是大份,吃不完倒掉的情况并不鲜见,现在很多饭店推出小份菜,量不大但丰盛,基本都能吃完,也能吃饱。”

此外,一些饭店会通过优化菜单为消费者提供更清晰的信息和多样的选择,引导消费者做出最准确的决定,进而避免食物