

“吃够本”心态不可取,商家、消费者合力消除“浪费餐”

# 自助餐 “光盘”避免浪费 科学吃出健康

核心提示

近日,广州一家自助餐厅推出儿童按体重计费的新模式,得到了消费者认可。业内人士认为,自助餐市场长期存在食物浪费现象,究其根源是商家与消费者都长期存在不愿“吃亏”的心理。其实,只要找到买卖双方的平衡点,这个问题便能迎刃而解。

## “吃够本”是不少消费者的心理

记者在走访部分自助餐厅时发现,有些消费者用餐时,会一次性拿很多食物,如果吃不完,就将食物倒在桌子下面,甚至藏在衣服里带走。还有一些消费者将吃剩的食物悄悄放回餐处。

对此,经常光顾自助餐厅的市民郭成峰说,“吃够本”是不少消费者的心理。自助餐商家开出的价格越高,消费

者就越觉得,今天吃的菜品必须要吃够这个价钱,绝不能吃亏。

“自助餐行业在洛阳兴起多年,生意一直都不错,不过,业内经营者都对食物浪费问题很头疼。”市区一家自助餐厅的负责人孙耀武说,不少餐厅都制定了相应的规定,以此来约束消费者的浪费行为,但收效甚微。以孙耀武负责的餐厅为例,店内要求员工在接待顾客时,首先讲明如果最后盘中剩余的食物超过20克,则必须另外支付10元。然而,盘中剩余大量食物的顾客大有人在。

在纱厂路附近一家自助餐厅当领班的李锦说,面对顾客浪费食物的现象,餐厅一方面“敢怒不敢言”,另一方面,为了减小经营成本压力,只有抬高消费价格。去年9月,该餐厅每位顾客收费48元,现在已经涨至每位59元。

## 避免食物浪费,双方都有需要改进的地方

市餐饮协会相关负责人说,从消费

者的角度来说,浪费食物的行为肯定不对。因此,除了商家多进行善意提醒之外,消费者更应提高自身的文明素质,不浪费食物。

对于商家而言,最好的办法就是采取一些积极的激励措施,例如,可以考虑给那些用餐完毕后没有剩菜的顾客一定的优惠,也可以赠送一些代金券作为奖励。

如今在一些饭店内,顾客点餐时,服务员会根据顾客的人数多少善意提醒应该点多少菜品。自助餐厅也应如此,让服务员观察顾客的身高、体重,再提醒顾客一次该取多少食物,切忌在最后结账时才告知消费者浪费了食物,这样必然会引起消费者的逆反心理。

为达到让消费者适量取食效果,自助餐厅还可以采用小规格的托盘,不仅消费者使用更方便,也能达到减少食物浪费的效果。

此外,国外的一些做法也可以借鉴,如韩国,部分自助餐厅要求顾客就餐前先交纳一定数额的押金,如果

结账时没有浪费食物现象,押金全部退还,否则将按剩余食物的比例扣除押金。

## 科学吃自助餐,才能保健康

国家高级营养师张俊说,从健康的角度讲,吃自助餐首先要消除“吃够本”的思想,吃得过饱会加重肠道负担,引发消化不良等症状,严重时会出现急性胃炎,特别是晚餐时,如果吃得食物太多,睡眠时肠胃仍然在满负荷工作,会影响休息。

张俊说,吃自助餐前,先适当喝一点汤,有助于肠胃做好“热身运动”,能更好地刺激食欲,帮助消化。吃正餐时,可以先吃一些开胃的凉菜,然后再吃烤肉等较为油腻的食物。

不少消费者习惯餐后吃水果,水果中富含各种维生素和胡萝卜素,与肉类食物混合在一起,利于消化吸收。

海鲜中含有大量的蛋白质,消费者一定要适量食用,否则会加重肾脏功能的负担。 本报记者 王蕾

## 市商务局发布肉蛋菜等价格监测数据 节前没有大幅涨 节后预计仍平稳

市商务局发布的最新监测数据显示,春节前,我市肉、蛋、菜价格没有出现大幅上涨现象,预计节后一段时间内,这几类产品价格仍将保持平稳走势。

监测数据显示,目前我市猪肉平均零售价为每公斤29.01元,周环比涨幅低于2%。据分析,节前我市市场猪肉供应量较为充足,猪肉总体价格一直处于平稳运行态势。预计2013年上半年,猪肉价格不会出现大幅度的飙升或下跌。

目前,我市鸡蛋平均零售价为每公斤9.54元,周环比涨幅低于1%。据分析,2012年下半年以来,鸡蛋价格一直较高,消费者采购热情受到一定影响。春节前,市区一些超市采取压缩利润低价销售鸡蛋的策略吸引消费者到店购物,因此,市场整体价格未出现大幅上涨现象。从目前市场供货情况来看,预计节后一段时间内我市鸡蛋价格会在现有价位上小幅波动。

目前我市蔬菜平均批发价为每公斤3.88元,周环比上涨约4%。我市在元旦前、春节前分两批向市场投放共计2000吨动态储备菜,不仅满足了市民购菜需求,同时也起到平抑节前市场菜价的作用。春节过后,随着天气转暖,南方蔬菜将大量上市,届时我市菜价将会出现季节性回落。

本报记者 王蕾 通讯员 谭冬梅



节未到 花先俏

虽然距离2月14日西方情人节还有几天时间,但玫瑰等鲜花销售已经开始升温。6日,记者在新村花卉市场的鲜花销售区看到,各色的玫瑰花已成为主角,“预订情人节玫瑰”大字招牌挂在许多销售点的显眼处,一些鲜花零售商陆续前来订购情人节玫瑰。

花商胡中侠介绍,为了避免鲜花“春运”高峰,大多数零售商提前15天至20天就开始购进玫瑰。目前,20支装的红玫瑰售价在40元至45元,情人节当天价格可能要翻一番。

本报记者 赵佳 实习生 马晨晓 撰

## 中银协规范调整信用卡容差容时服务

到期还款时,账户中未清偿部分小于或等于一定金额时,应当视同全额还款

中国银行业协会银行卡专业委员会7日公布修订后的《中国银行卡行业自律公约》,统一规范调整信用卡相关信息披露及容差容时服务,加强信息披露,建立容差容时还款机制。

信息披露方面,发卡行要加强信用卡业务信息披露,在信用卡申请表中以突出的字体明确说明计息规则,并通过

网站等渠道提供计算规则及模拟案例;信用卡到期还款日之前至少3天通过账单、短信、电子邮件、电话或信函等方式向持卡人进行还款提示;提供多个账单日供持卡人选择、更改。

容差容时方面,新修订的自律公约要求发卡行在符合监管政策要求前提下进一步明确息费计收方式,并通

过建立信用卡还款容差容时机制,提升信用卡服务质量。成员单位要为持卡人提供“容时服务”,提供一定期限的还款宽限期服务,还款宽限期自到期还款日起至少3天;持卡人在还款宽限期内还款时,应视同持卡人按时还款。

成员单位要为持卡人提供“容差服

务”,如持卡人当期发生不足额还款,且在到期还款日后账户中未清偿部分小于或等于一定金额(至少为等值10元)时,应当视同持卡人全额还款,此部分未偿还金额自动转入下期账单。

以上相关要求将于2013年7月1日起实施。

(据新华社北京2月7日电)

洛阳市保险行业协会

# 洛阳市保险行业 向全体市民拜年了!

## 恭祝: 新春快乐、康乐吉祥!

|  |  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|--|
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |

(以各公司进驻洛阳先后排序)