

# 不做“必剩客” 不要做“追光者”

每一粒粮食都应该被人们珍惜。勤俭节约是中华民族的传统美德,如今更是被赋予了更多的含义。党的二十大报告提出,倡导绿色消费,推动形成绿色低碳的生产方式和生活方式。

餐桌文明是衡量城市文明的重要标尺。抵制“舌尖上的浪费”是一场持久战,也是我市一直以来推进城市文明建设工作的一部分。日前,记者走访我市部分餐饮店发现,“合理点餐”“光盘行动”已成为市民的广泛共识,不少餐饮机构通过设置提示标语、服务员主动引导等方式,提醒消费者理性消费。时至今日,以“吃得怎么样”来评判一个人,已经是“老黄历”了。简约节制、文明用餐、拒绝“剩宴”,才更能彰显一个人的素质和修养。

## 理性消费——

### 拒绝“豪门剩宴”

在全社会的不断倡导和宣传下,“舌尖上的浪费”现象有所改观,餐饮浪费行为得到了有效遏制。但我们也应当清醒地看到,一些地方的餐饮浪费行为仍时有发生,特别是各种婚丧宴请。据业内人士称:“婚礼和升学宴比较多,一般十至二十桌不等,有的甚至超过了五十桌,这种大包裹的剩菜剩饭一般占到菜量的四分之一到三分之一,浪费程度不可小觑。”

一条鱼只吃了一半,一个猪肘子只吃了点皮,四个大丸子一筷子也没动……相信许多人对宴请浪费的场面并不陌生。婚丧宴请上的“光盘行动”难实现,讲排场、爱面子、旧风俗是造成食物浪费严重的主要原因。有参加过婚宴的市民表示:“菜不能上得少,如果上的菜不够吃,宴请的主人会觉得‘没面子’,亲友也会觉得主人太小气或不富裕。很多亲友还会关注婚宴上的菜品上不上档次、酒够不够好。所以,多数人虽然也反对铺张浪费,但又不想让‘面子’上过不去。”

宾客在婚宴结束后要求打包的只占很小一部分,而且基本只会打包自家亲戚所在少数几桌的食物,大量菜品仍被白白地浪费。”“年轻人可能觉得将剩菜打包很丢面子,但这么多食品都是花钱买的,吃不完为什么不带走呢?浪费了多可惜!”一位老人无奈地说。

结婚宴请是一大喜事,很多父母为子女筹办婚礼,办得浪漫且热闹,这本无可厚非。但大操大办、铺张浪费,彰显面子、讲究排场的攀比之心着实不可取。如今,“光盘行动”和反对铺张浪费的理念已走进千家万户,在市民日常餐饮消费上,确实也产生了很明显的效果。但是,婚丧宴请被赋予了太多其他的内涵,反而成为铺张浪费的“死角”。要想完全改变这种现状,也并非一朝一夕的事情,需要全社会合力解决。酒店推荐的打包服务要坚持,理性消费的提示很重要,传统的不良习俗要改变,百姓的消费观念要更新,这样才能使节约的观念更加深入人心。

## 适量点餐——

### 减少外卖餐饮浪费

随着外卖餐饮市场规模不断扩大,“叫外卖”已成为一种与堂食并驾齐驱的餐饮消费模式,成为很多人特别是年轻消费者的生活方式。然而,记者走访发现,在餐后垃圾回收处,时常有外卖被吃一半、扔一半,由此造成的餐饮浪费比之堂食也不遑多让。

外卖餐饮浪费有消费者点餐超量、节约意识不强等原因,也有外卖平台、餐饮商家未承担起反食品浪费的主体责任,利用“加单”“省钱”“起送价标准较高、大份优惠促销”等套路诱导消费者的原因。堂食造成的餐饮浪费大多来自直观、集中的方式呈现出来,而“叫外卖”造成的餐饮浪费则是以个体、分散的隐态呈现,容易被忽视。经常点外卖的保险业务员李先生告诉记者,他们公司没有食堂,他和同事们几乎每天都要点

外卖,公司周边的餐馆基本上被他们点遍了,外卖吃不完倒掉的现象常有发生。如果遇到不合口味的菜,吃不掉就扔掉了。一般情况下,外卖餐食都是由餐厅制作好后,再由外卖小哥点对点配送,消费者的外卖浪费情况不易被察觉。网络餐饮浪费不亚于线下,不能成为“隐秘的角落”,急需纳入节约行动之中。

值得庆幸的是,为了杜绝“舌尖上的浪费”,倡导厉行节约新风尚,许多外卖菜品纷纷“瘦身”。很多商家都上架了小份菜,对制止外卖餐饮浪费起到了积极作用。制止外卖餐饮浪费,不只是商家的责任,人人都应该行动起来,牢固树立勤俭节约意识,将“外卖虽好,也不能浪费”牢记心中,将节约粮食、合理点餐、减少浪费进行到底。

## 以光盘打包为荣——

### 珍惜粮食 厉行节约

丰俭由人、理性消费,这种务实的理念渗透进辽源人的生活,体现在这个城市的餐桌之上。在我市一些餐厅里,点菜节制、剩菜打包渐渐成了当下时尚的消费态度。但面对吃不完的饭菜,仍然有些顾客选择弃之不顾。

记者了解到,不打包的原因主要包括三方面:一是觉得要掏餐盒费,拿着不方便,打包是浪费;二是认为把聚餐剩下的饭菜带回家吃,不太卫生;三是觉得当着亲戚朋友的面打包剩菜没“面子”。倡导打包、减少

食物浪费、养成勤俭节约的好习惯,是如今餐厅和消费者应该共同践行餐饮节约的一个重要方面。一家川菜馆的负责人说:“自从国家倡导‘光盘行动’开始,我们饭店就主动营造倡导餐饮节约的氛围。服务员会根据客人数量推荐适合的菜量,并提醒不用点太多,以免吃不完浪费。针对就餐人数较少的情况,我们会推荐他们半份拼半份。比如半份水煮鱼拼半份烧肉,这样他们既能吃到多种招牌菜,也不必担心量大吃不完。而且,消费者虽然在点

菜中愈发理性,但是也免不了出现一些菜品的剩余。当客人吃饱了,其实剩下的菜色还是很好的,我们都会建议他们打包回家。”

很多网友也纷纷表示,日常生活中应该把打包变成习惯,也支持饭店控制用餐量,对吃光盘的消费者进行奖励,对严重浪费的行为进行罚款。其实,我们点菜的时候完全可以先少点一些,不够再加。好“面子”是最浪费、最不可取的,珍惜粮食、文明就餐才是真正的“有里”有面”。

## 以适量采购为荣——

### 食材采购“量出为入”

“家里有不少配菜还来不及做就浪费了,真可惜!”家住隆基新城的李女士是一位家庭主妇,负责全家人的日常三餐。她每次去超市习惯多买一些菜,觉得“省事”,也能“有备无患”。但最终家里不少食材往往因为过期被扔掉。果蔬易烂,生鲜易腐。防止浪费,餐桌之外的食材采购也是重要一环。如果食材采购过多,还没来得及上餐桌,就因腐烂而被丢弃,同样令人痛心。

因为采购和餐食计划不当、购买过多、储存不当

等原因,不少消费者会错过食材最佳食用期,造成浪费。比如,豆制品和蔬菜很容易变质,就算放冰箱里,没多久也会坏掉。夏天的水果,一不小心买多了,吃不了就会变质发霉。

浪费食材不仅可惜,而且日积月累也是一笔不小的生活开销。为了预防食材浪费,可以事先根据自己的购物习惯和食量做好规划,列出购物清单,尽量在购买生鲜食材时“量出为入”,吃多少、买多少。买了就吃,尽量避免食材浪费。整理冰箱和食品储藏柜可以帮助我们了

解家里的食物,并准备好哪些需要先吃、哪些需要后吃。“先进先出”是整理家中食物的一种有用方法。将新购买的食物放在柜子或冰箱的后部,会无形中使人们首先选择前排的食物食用,这既能确保新鲜度,也能减少浪费。

节约意识的树立、节约美德的形成,绝非一朝一夕,必须在日常生活中持之以恒、久久为功。走访中,我市群众纷纷表示,在“节约粮食”这场持久战中,自己和身边的亲朋好友正在身体力行地拒绝“舌尖上的浪费”。

## 以文明餐桌为荣——

### 展现文明城市新“窗口”

“文明餐桌”行动是我市创建“全国文明城市”的一个重要内容,主要以提高市民文明素质和社会文明程度为目标,大力普及餐桌文明知识、倡导节约用餐行为、提升行业服务品质、打造餐饮文化,把俭以养德、俭以养性、俭以养身的理念变成广大市民的自觉行动。文明餐桌不仅是推动城市文明程度指数测评工作的一个有效载体,更是争创“全国文明城市”的重要举措。

所谓文明餐桌,除了做到不剩饭、不剩菜,以光盘为荣之外,还包括健康用餐、推行公筷公勺、注重用餐卫生等。能分餐的尽量分餐,确实不能分餐的做到一菜一公筷;注重低碳环保,拒绝使用一次性筷子;绿色用餐,禁食野生动物。树立绿色环保理念,坚决杜绝食用野生动物的陋习,在绿色环保中吃出营养、吃出健康。

餐桌文明是社会文明的一个缩影,从就餐中我们不仅可以看出一个人的品德素养、一个地方的社会风尚,还可以洞察一个民族的饮食文化。我们要让“小餐桌”带动“大文明”,以节俭为荣、以浪费为耻,合理饮食、文明用餐,为打造活力辽源贡献文明力量。

近日,记者在山语城的一家火锅店看到了这样的场景:上菜时,该店的服务人员根据顾客人数提供公筷公勺,主动提倡客人分餐。“以前顾客都是用自己的筷子,现在服务员上菜时,就会把公筷公勺主动提供给顾客,我们饭店的公筷公勺都是提前准备好的。为了倡导文明用餐,我们要下更大功夫推广文明用餐方式。”该店店主说。使用公筷公勺可以避免共同用餐时个人使用的餐具接触公共食物,可减少病从口入的风险。

所谓文明餐桌,除了做到不剩饭、不剩菜,以光盘为荣之外,还包括健康用餐、推行公筷公勺、注重用餐卫生等。能分餐的尽量分餐,确实不能分餐的做到一菜一公筷;注重低碳环保,拒绝使用一次性筷子;绿色用餐,禁食野生动物。树立绿色环保理念,坚决杜绝食用野生动物的陋习,在绿色环保中吃出营养、吃出健康。

## “光盘行动”不仅是一句口号

### 评论

近年来,我市一直推行“光盘行动”、倡导“文明餐桌”,大街小巷口号相传,看似是风靡一时的“口号”,却有着很大的现实意义。从小处看,厉行节俭、文明就餐反映的是个人的生活习惯;从大处看,折射的是一个城市的文明程度乃至一个国家的国民素质。因此,任何一项文明创建活动,我们都不应仅仅看作是政府的事,你我才是脚下这片热土的主人。我们不能将“光盘行动、文明餐桌”只当作一句“口号”,我们应以实际行动来践行,携手共创文明城市。

作为普通市民,我们不仅要成为“光盘行动”的践行者,更要成为“光盘行动”的推动者。从自身做起,从细节做起,争做“光盘”达人,适当点餐、拒绝攀比,树立节约光荣、浪费可耻的思想观念,实在吃不了的,就打包带走。在家庭餐桌上,按需买菜、

煮菜,以家庭成员刚好吃完、吃饱为准,吃多少盛多少,做到光盘中餐、不倒剩饭剩菜,让“光盘”不是一时的口号,而是成为持之以恒的坚持。各相关部门也应针对外卖餐饮浪费问题加强监管,积极查处外卖平台或餐饮商家未履行防止食品浪费提醒义务以及诱导、误导消费者超量点餐等问题,夯实法律红线,倒逼相关责任主体增强反浪费意识,规范营销行为。针对外卖餐饮浪费现象,广泛开展反食品浪费教育活动,引导民众树立文明、健康、节约的外卖餐饮消费理念,自觉抵制浪费行为。

我们每一个人都是反食品浪费的第一责任人。因此,从自身做起,努力承担起“光盘责任”,减少食品浪费,为文明辽源增添一抹亮色,以实际行动助力我市创建“全国文明城市”,为美好生活增添一份希望。