

要想留住人 先要留住胃

艾凯 (文)

吃什么,去哪儿吃,什么时候去吃,和谁一起去吃……在淮海路、徐家汇、陆家嘴这些商圈工作的不少白领,每天面临这样的“午餐问题”。

写字楼里没有食堂,只好到处打游击。在徐家汇工作的Bailey以前一到中午就钻到广元路的一家小面馆吃面。小面馆价格不贵,分量不少,小老板手艺不错,大排面烧得很地道。碰到聚餐,就到附近小马路上的小餐馆,菜式有个性,环境挺小资的。不过,现在可供选择的的面馆、餐馆又少几家,广元路也拆迁了。估计不久的将来,又将崛起一高楼,派什么用场不清楚,但肯定不会是小面馆、小餐馆。

早高峰的时候,在地铁车厢里,看到化着精致妆容的小白领一手挎着名牌包包,一手拎着饭盒,心里庆幸——还好我的单位有食堂。我所供职的单位一直有食堂。不管单位搬到哪里,食堂如影随行。而且是员工没进场,食堂大师傅先带着锅碗瓢盆杀过去,确保搬家第一天开得了伙,讨个红红火火的口彩。

有荤有素,有米饭有面食,我也就心满意足,还常常在做了“office lady”的老同学面前显摆——直到有一天,到别人食堂蹭了顿饭,自助餐台,荤菜、素菜一字排开,盖盖掀起,热气腾腾,明摆着就是诱惑!可恨的是还有餐后水果和冰激凌;更可恨的是带我去吃饭的小姑娘边摸着小肚脐,边发嗝:“自助餐很不好吃的哦,我都吃胖了。”真真是羡慕嫉妒恨。

还有的单位午餐福利好得令人咂舌。两荤两素+米饭+免费汤+水果+酸奶,只要10元。10元,买菜本钱都不够!

听说世界上最漂亮的员工餐厅是阿迪达斯的纽约总部。坐在它的餐厅里,你会误以为是度度假村。面对清澈的湖水,背靠青翠欲滴的草坪和树林,自助餐和新鲜水果任你挑。好了,不跟人家比了,人比人,气死人。比得自己心态失衡,没好处。

只想提醒写字楼的设计者,在设计时,除了考虑办公环境、停车,还需考虑有个地方安顿大家的“五脏庙”。还有就是工会可以大有作为了。现在很多写字楼都有“楼宇工会”,建议工会主席跟老板吹吹风,中国有句老话,要想留住男人心,先要留住他的胃。要想增加员工的忠诚度,那也要留住他们的胃。

欢迎来

井冈山门票涨了,台儿庄门票涨了……近日,很多景区调整了门票价格,不少景区门票争先恐后地迈入了“百元时代”,内地130家5A级景区(非淡季全票)中,有近半数门票价格过百元。其中,武当山、九寨沟、黄山等14个景区门票价格高于200元。网友感叹,秀美河山成了“玩不起的风景”。

日前,中国旅游研究院与携程旅行网发布的一份最新报告显示,从国内游客看,门票支出占旅游消费最重的游客比例较大,达21.92%,随后才是交通、购物、餐饮、住宿和娱乐。春暖花开,正是出游好时节。门票支出会不会影响你的旅游热情? 欢迎来本报《职场方圆》关注旅游门票这点事。

(截稿时间:4月16日上午9时)  
来稿请发 E-mail:  
zcfy@wxjt.com.cn  
电话:52921231

近日大食代突然撤出梅龙镇,周边白领犯了愁——平价午餐哪里找?从花费三五元就能尝鲜的吴江路小吃街,到比较划算且种类不少的大食代美食广场……一个个我们曾经熟悉的平价美食场所,陆续挥手作别南京西路。很多人感慨,当CBD(中央商务区)越高端,照顾好五脏庙的难度和成本也增加了。

“去哪里吃午饭”的问题不仅困扰着在“梅泰恒”金三角中工作的白领们,在淮海路、徐家汇、陆家嘴等商圈工作的白领或多或少也存在这样的问题。你的午餐怎么解决?花费多少你能接受?怎样才能吃得饱吃得好?

到哪里去找“平价午餐”?

“这家公司有食堂不?”

哈尼 (策划)

我每个月工资8000元,算是上海平均工资的两倍,收入还过得去,但是,每天的午饭都吃得很心痛。

公司所在的大楼没有食堂,如果不带饭。一到饭点,我们都要自己出去觅食。

最简单的选择,是楼下和附近商场里的商务套餐,但也是最昂贵的选择。很多饭店都会在午市做商务套餐,打着高性价比的旗号,常使人丧失警惕,误以为这也是一顿实惠的午饭。其实真心不便宜。比如我们楼下有一家泰式餐厅,午市套餐的价格是38-48元,包含一杯红茶或柠檬茶,一份主食,一碟水果。主食虽然有很多品种,但万变不离其宗:就是一盆饭或面,加上与其说具有食用价值倒不如说更具有观赏价值的几片肉和两根菜。

推荐我去吃的同事特意强调,这家店的午市套餐十分便宜,一旦晚于11时30分,就铁定要等位了。无语,一顿饭三四十元,还叫便

宜?可能,大概在以另一家日式料理店午市套餐均价80元为参照基数时,才能称得上是便宜吧。如果每天午餐选吃前者,即以每月只吃20顿午饭计算,每月1/10的工资都上交餐厅老板了。而如果选后者,就是上交1/5的收入了。所以,我没法把它作为日常生活常态,只能在朋友客户来访时,偶尔奢侈一把。

对我这样工资平平还要养家糊口的工薪阶层来说,带饭可能是最经济实惠的。不过媒体上说隔夜饭对健康无益,我已经很久不带饭了。

要想吃得低调点,旁边的国有饮食店是最好选择。虽然门面破旧,到底比较放心。菜饭、骨头汤、生煎馒头、面条、盖浇饭、小笼包,轮流着吃,一周五个工作日便打发了。可惜,这家店后来开不下去了,盘给了个体户,卖起桂林米粉、炸鸡排、木桶饭。价格虽不高,但卫

最亲的大师傅

千人伊面 (建筑师 北京)

星星呀星星多美丽,明天的早餐在哪里?为什么多年的老歌腾空出世?因为大家的肚子在唱空城计。上班呀上班不美丽,今天的午餐在哪里?

别说CBD集中区的白领,就连我们建筑工地的蓝领,午餐也成了问题。单位原先是有食堂的,后来私人搞成了承包,饭菜质量大大下降,到了难以下咽的地步。

食堂名存实亡,大家只好到处打游击。一到中午,就感到脑细胞不够用,吃什么?去哪儿吃?和谁一块吃?花多少钱……女孩子再不提减肥的事,不到吃饭的点就偷偷跑

不是巨鹿路、新天地或高档饭店的私房菜,我喜欢的是弄堂隔壁夫妻老婆店里价廉物美的“私房菜”。比如进贤路、新安路上店面简陋,却在普及型中带点个性色彩的菜肴。称其为私房菜,其实也不为过。夫妻老婆店式的私房菜大多成本低廉。长期搭伙,春天人家晓得依要吃马兰头,冬天人家晓得依要吃腌笃鲜,还晓得味精不要放,汤要淡一点,真正有宾至如归的感觉。现在饭店竞争激烈,能够生存下来的,大多都有一手绝活。

我常光顾蒙山路上的那家夫妻老婆店。他家的鱼片汤,鱼嫩汤水

出去,她们吃够了点心、吃够了方便面,她们要吃呷哺、要吃吉野家。小伙子们又要吃饭,又要攒钱娶媳妇,这可如何是好?天气眼看变热,居家男人的饭盒也提不住了。

工作效率持续低下,领导下令,开会,收拾这盘散沙。结果很一致,重请两名大师傅,重振食堂雄风。

大师傅来的那天,食堂排长队。大师傅做的早餐丰富多样,让大家像没妈的孩子找到家。午餐荤是荤,素是素,还照顾南北的口味,放上一盘辣椒碎。大家吃的时候都不说话,仿佛一说话就破坏了吃的气氛。沙沙沙、沙沙沙,像春蚕在吞噬桑叶。

铆牢“私房菜”

冯强 (旅游)

鲜,皮蛋、香菜点缀得恰到好处,色香味俱全。这样一碗精加工的小锅汤,居然只要12元。在那家店混熟了,我进门时常会问一声:今天哪样蔬菜新鲜?接着,他们会按照我的要求,迅速做出一份有个性的快餐。

工作比较忙,有时过了正常的吃饭时间,那些夫妻老婆店总还留着一个烧饭师傅,为你打点;打店里的电话,还能把所要的私房菜叫到你的办公室、家里享用。今年年初四,我在单位加班,一个电话过去,

生不能让人放心。别的不说,就看那木桶,便是一副久未清洗的隔夜面孔。我不得已才偶尔吃之。

现在,我的午饭很折腾。首先我很关心各种团购和优惠信息,把一切步行15分钟内的优惠券悉数掌握;同时还关注肯德基、必胜客这类外送餐厅的促销,最好是能订到十几二十几元的优惠餐点,就既实惠又卫生了。其次和同事轮流“坐庄”,每天更换着“临幸”不同饭店,算是把钱包出血和肠胃受苦的风险给平摊了吧。反正也没什么万全之策,只能自我安慰一下了。

最羡慕那些公司自带食堂的上班族了。某次我去一政府机关蹭到一顿中饭:荤菜均一价统统4元。我一狠心,点了一条河鲫鱼、一碟烤鸭、一份冬瓜炒肉丝,饭和汤都是免费,总共才敲了人家10元钱的竹杠,真让我顿生跳槽冲动啊。看来,下次猎头来找我,我首先得问问:“这家公司有食堂不?”

大概过了3天,大家才从小心翼翼地吃中回过味来,开始交流,开始笑,好,真好,大师傅的饭菜味道真好!人生只若初相见,大师傅最好常常换!职场最受欢迎的新人,非大师傅莫属。

解决了温饱,伺候好了五脏六腑,出有车、食有鱼的幸福感油然而生。工作效率上去了,老板会心一笑,这比发个小红包管用。员工们也高兴,见了大师傅就点头致敬。大师傅受宠若惊,他哪里知道,我们是流浪了周边的大小餐馆,才水流归海地来到他的身边,最亲的亲人是大师傅!

人家就把饭菜端到了我桌上。花的是小钞票,享的是满意的服务。

15—20元,是眼下一般单位工作餐的标准。要吃到既便宜,又合胃口的私房菜,只有放亮眼睛,在角角落落寻找中意的夫妻老婆店了。

其实,所谓的私房菜,也是自己与他们互动的结果:依提出要求,人家照样子做出来,时间久了,说不定就成了他们的招牌菜。

小餐馆,大多没有招牌菜,也不需要招牌菜,他们要的是回头



图 镜任

从初中到大学,足足吃了12年的食堂饭菜,对学校食堂饭菜的种种不满,我是如数家珍,譬如肉包,就有句顺口溜,叫“一口咬不到,两口咬过头”!形容其肉少!譬如芹菜,老且切得长,我形容是喂牛的,治便秘之良物!再譬如大排,偏薄不说,咬口却硬且韧!所以彼时校门口的几家快餐店,生意总是好得不像话。

工作后,每个月有餐贴可拿,那个兴奋啊!终于可以摆脱食堂了,想吃啥就吃啥!于是每天中午还没到饭点,大家就相约去哪里拼单吃饭。从洋快餐到涮火锅,从中式炒菜到港式茶餐厅,全吃了个遍。

不过吃得久了,这些味精调料唱主角,浓油赤酱提颜色的菜,刚开始还刺激味蕾,久之,不但吃倒了胃口,连肠胃也开始提抗议了。

刚好那时非典,大家不敢外出就餐,流行带便当,我也开始加入便当大军,每天晚上烧菜时特意多烧点出来,先盛好打包放进箱子里,第二天带到公司微波炉里一转就可以吃了。但天冷还好,天热时上班路上便当盒子一捂,食物就容易变质了。而且后来又盛传隔夜饭菜,特别是蔬菜,很容易产生亚硝酸盐,渐渐便当盒子也就闲置了。

前段时间公司搬到黄龙金融圈,刚好位于浙大玉泉校区和西湖溪校区的中间。来了没几天,一千同事还在周边奋力挖掘踩点能当“食堂”的饭店时,我耳尖,在电梯里听到一哥们一脸幸福地在打电话,“你今天下课特别早嘛,帮我菜买好啦?还是五食堂?”五食堂,好耳熟好亲切的名字啊,这不是大学里养了俺4年的宝地嘛!原来这里的上班族,大多中午都去浙大食堂蹭饭,敢情这老兄还“泡”了个小学妹!

重返大学食堂,突然发现跟以前的感觉完全不一样!譬如肉包,这学校食堂里卖的肉包肉虽然少了点,但不会给你吃死猪肉!食堂的蔬菜,有时虽然老了点,但农药残留检测都达标的,每天都有无数道关卡盯着呢!还有那大排,好像越发苗条了,不过是正儿八经的原味猪排,而不是靠大量的嫩肉粉来取悦你的口感!而食堂的那些面条啊、粉丝啊、麻辣烫啊,味道虽然清淡了点,但好歹没有浓汤宝之类可疑的添加剂!

还有食堂里的大师傅,也比饭店里的服务员有人情味多了。你来晚了,会让你等等,说后面还有热菜马上就上了!看你饭打得少了,会说同学吃这么少等会要饿的!那一声“同学”,直把我的眼泪都要逼出来了!

客,客人经常点的菜就是招牌菜。只不过,有些人喜欢按自己的口味出主意,店家服务到家能接盘,久而久之,也就有了自己的私房菜。

小时候吃妈妈烧的菜,淡点咸点、挑精拣肥,现在想想,有点自说自话。不过,这些自说自话,可能在那些夫妻老婆店得到延续。

享受私房菜,享受这种带点邻舍隔壁的味道,淡淡的、不是亲情胜似亲情的味道。

本版整理 施淑洪

下期预告 “BMW”族

到大学食堂蹭饭

蓝色咖喱粉 (设计师 杭州)