

民意聚焦

●2020年8月，习近平总书记对制止餐饮浪费行为作出重要指示，强调要坚决制止餐饮浪费行为。要进一步加强宣传教育，切实培养节约习惯，在全社会营造浪费可耻、节约为荣的氛围。

●餐盘变小的背后是老百姓对健康生活方式的呼唤，对餐饮浪费的拒绝，是政府和百姓朝向美好生活的同向同行。

既经济实惠，又有益健康，却难以推广

“小份餐”缘何遇冷？

“我为啥关注小份餐？”

——访全国政协委员、天津市政协副秘书长丁梅

■ 提案背后

人民政协报：丁委员您好，近日，我们收到读者来信，谈到旅游中遭遇的尴尬事儿，提出希望推动餐盘变小。近年来，中央大力提倡厉行节约、反对餐饮浪费，多地都在积极倡导推动小份餐。今年两会期间您提出推动小份餐的提案。能否请您介绍一下具体情况？

丁梅：确实，今年两会上我特别提交了《关于加快推广小份餐 有效防止食品浪费》的提案。因为我遭遇了和这位读者一样的烦恼。我和我先生的休闲时间特别多，每次休假我们都特别珍惜，会选择自由行，到一个新的目的地总想多尝一尝当地的特色美食。但因为在旅行途中没办法打包，如果要多品尝当地美食，一定会造成不少的浪费。如那位读者反映的情况一样，我们会觉得特别可惜。面对旅行途中当地美食的诱惑，我多次想过这个问题，“能买半份就好了。”

随后，我跟进查阅大量资料后发现，

■ 委员圆桌

餐饮行业对常见的四种场景——餐厅就餐、外卖就餐、食堂就餐、家庭就餐做过抽样分析，分析显示，每人每餐平均在餐厅浪费84.6克，外卖浪费57.5克，食堂浪费60.4克，家庭浪费24.6克。

其中，下馆子是最浪费的，这和我们一般的感受比较类似。每个人一顿饭浪费84.6克的食物，两个人就能多出一个人的食物来。

通过调研我发现，线上餐馆中10家大约有三四家提供小份餐，线下更少，10家中大约有两家有小份餐。我想，如果推广小份餐，在餐厅和外卖场景中能尽量减少浪费的发生，那么将大大减少全社会浪费的发生。

人民政协报：调研中我们发现，也有不少老百姓认为量大就是实惠，小份餐是变相涨价。在这样的社会舆论背景下，小份餐推行面临阻碍。对此，您怎么看？

丁梅：我认为量大实惠和小份餐的推广并不矛盾，小份餐主要是为消费者多提

供一个选择，以解决饮食习惯上的差别所造成的浪费。

我在调研中发现，制作售卖小份餐的确会因为人工等问题，提高商家的制作成本，所以我认为小份餐分量是一整份的一半左右是合理的，同时半份不能半价，半份价格是整份价格的60%，我认为应该是比较合理的。老百姓能花更少钱吃到想吃的食物，相比起花全价浪费更加划算。觉得一份更划算且能吃完的消费者，买一份也可以。

我们小时候食物都是定量的，我上大学时还需要带油票、粮票去学校报到，因为浪费也没少挨家长的打，所以我们那一辈人都有非常强烈的节约粮食意识。在如今这个物质相对丰富的年代，我也建议，还要加强宣传引导，促进餐饮消费透明，鼓励消费者在订餐时适量、适度选择餐品。对选择小份餐的消费者给予会员积分、打折、优惠等奖励，引导消费者文明节约用餐。

人民政协报：作为餐饮的提供方——小商户们，小份餐的建议对于他们来说，是否具有可操作性？

丁梅：对于这个群体的可操作性推广，我认为应该从外卖来着手，外卖大份和小份主要在于盒子的区别，这样可以大大增加商户们的可操作性，解决现实困难。

在线下推广方面，可以从企事业单位食堂和中型及以上餐饮单位开始施行，然后再往小餐饮企业方向推广。同时，采用是否有一定比例的小份餐作为中型以上餐饮单位评星评级的标准，这也有助于推广小份餐。

此外，我认为还应该指导出台小份餐国家标准。比如小份餐可以定为正常菜量的一半左右，价格适当上浮一点，据我了解，已经有地方出台了相关指导意见。通过制定和发布标准，帮助商家利用数字工具及已有经验，建立适合自身品牌情况的“小份菜”产品体系。同时，在标准制定过程中加入对膳食均衡、合理搭配的建议或者相关的量化标准。（杨岚）

堂，消费者可以吃多少打多少，此类的小份餐运营模式不仅可以让人吃得健康，还可以防止浪费。

于千千坦言，当代年轻人工作忙、节奏快，真正坐下来一起吃饭的场景并不多，公司和食堂实际上都是小份餐的天下，需求方已经发生了多样性的变化，然而目前供给方还没有洞察并适应需求方的这一要求变化，依然按照传统的大份餐的模式在运营。“这对于商家本身也是不利的，消费者的需求客观上将倒逼餐饮服务行业的改革和创新。”

对此，于千千认为，目前核心问题是需要把需求方和供给方的信息对称起来，通过需求端的变化倒逼供给端的供给，让商家在菜品设计、流程设计以及服务上作出创新。

“我们也发现，目前智能化设备的引入，包括中央厨房的应用，使商家售卖小份餐经营成本过高的问题得到了缓解，我认为，这也是未来小份餐发展的方向之一。此外，除了倡导杜绝浪费的文明新风外，还需要树立典型案例。让小份餐的经营提供者在赚到钱的同时，还能获得美誉度，得到社会认可，这样的经营模式才能更大程度地普及。”于千千说。

在价格方面，顾建文建议，可以通过市场调研和成本分析来制定合理的指导价格。小份餐的价格应当反映其食物量和营养价值，同时考虑到消费者的接受程度。可以通过优惠政策、套餐组合等方式，鼓励消费者选择小份餐，从而在不增加经济负担的前提下实现节约目标。

小份餐大意义

本报记者 贺春兰 融媒体记者 杨岚

且复杂的，在经济相对落后的西部和东部部分地区，人们的饮食理念更倾向于传统和丰盛的饮食模式，如大碗吃饭、大口喝酒等。这些饮食习惯在一定程度上反映了人们对于富足和热情好客的追求，但同时也可能对健康产生不利影响。”十三届全国政协委员顾建文谈到，“从营养角度来看，小份餐的推广可以有效促进健康饮食习惯的形成，从而有助于预防和控制糖尿病、代谢紊乱等与饮食过量相关的慢性疾病。”

具体而言，顾建文认为，“首先，小份餐有助于减少食物的摄入量。由于人们往往会在不自觉中吃完眼前的食物，使用浅盘子可以减少食物的视觉堆积，帮助消费者更准确地判断食物量，较小的餐盘和适量的食物可以减少过量进食的可能性。这对于糖尿病患者来说尤为重要，因为过量摄入食物会导致血糖水平急剧升高，增加疾病管理的难度。长期而言容易引发肥胖、糖尿病、心血管疾病等健康问

题。”“其次，小份餐的推广可以鼓励人们选择更多种类的食物，实现饮食的多样化。”顾建文表示，多样化的饮食有助于确保身体获得必需的各类营养素，同时避免单一食物过量摄入导致的营养不良或营养过剩。

●需求端变化必将倒逼供给端创新

“推广小份餐出现障碍，我认为主要与商家的经营理念和经营模式有关。”全国政协委员、云南开放大学校长于千千曾进行了多年餐饮行业研究，他曾了解到不少商家的反馈，小份餐提高了餐饮企业运营成本，影响了餐厅经营业绩。

“其实，商家还是没有清晰准确地捕捉到正在变化着的消费观。从需求端来看，健康饮食的新风尚正在形成，当代年轻人正在寻求更多样化的饮食方式。”于千千举例，比如现在很多年轻人喜欢点的轻食餐，实际上就是种类丰富的小份餐。此外，最近兴起的社区食

本期嘉宾：

顾建文
十三届全国政协委员

于千千
全国政协委员、云南开放大学校长

就读者关注的小份餐问题，日前，记者采访了多位政协委员，委员们普遍认为，“一粥一饭来之不易，提倡小份餐，归根结底是为了引领低碳环保、健康饮食的新风尚，也是健康中国和人们美好生活所必须。”同时，委员们认为，“小份餐的推广也是一项系统工程，还需要政府、企业和消费者共同努力。”

●小份餐的推广将促进健康饮食习惯形成

“小份餐和健康之间的关系是紧密

■ 政府在行动

中央和地方多举措推动提供小份餐

2021年4月，《中华人民共和国反食品浪费法》颁布实施，标志着我国厉行节约、反对浪费已从道德约束上升到了法律规范，进入法治建设的新阶段。

在中央厉行节约的背景下，2021年，国务院食品安全办、教育部、商务部、市场监管总局、国管局五部门联合发布《关于贯彻实施〈中华人民共和国反食品浪费法〉有关事项的公告》，提出餐饮服务经营者要严格执行反食品浪费制度规范，应“提供小份餐等不同规格选择”，该文件成为国家层面推广小份餐的一个重要时间点。

今年3月，国家市场监督管理总局印发《关于继续抓好外卖商家营销规范 防止餐饮浪费的通知》，要求各地督促网络餐饮平台、餐饮外卖商家严格落实《中华

人民共和国反食品浪费法》等相关规定，进一步压实主体责任，持续规范餐饮外卖营销行为，有效防止餐饮浪费。引导商家合理确定数量、分量，提供小份餐品，如实展示餐品信息，发布适量点餐提示。

今年3月28日，商务部等9部门联合印发《关于促进餐饮业高质量发展的指导意见》，坚决制止餐饮浪费。加强反食品浪费监管执法，依法曝光餐饮行业违法案例。完善餐饮领域反食品浪费标准规范，指导行业协会加强行业自律，培树餐饮节约示范单位。引导餐饮经营主体、外卖平台完善餐品信息，强化适量点餐提示，鼓励分餐制，提供小份餐。加强制止餐饮浪费宣传引导，将反食品浪费纳入义务教育阶段教学内容，通过“小手拉大手”带动全社会反食品浪费。

各地方政府亦积极探索推行小份餐，营造厉行节约、反对浪费的社会风尚。

安徽安庆：2023年，安庆市出台《推行“小份菜”改革工作方案》，并纳入市政府对各县（市、区）政府食品安全考核内容；建立13个市直部门组成的推行“小份菜”改革工作联席会议制度，促进部门协作、齐抓共管；成立工作专班，组建5个暗访督导组，不定期开展监督检查、行政指导，力促餐饮服务企业推行“小份菜”改革。同时，将“小份菜”改革、反对餐饮浪费相关内容，纳入新徽菜名徽厨、百厨百店百碗评比、营养健康餐厅等活动评先评优条件，市、县两级财政、机关事务管理部门对推行“小份菜”改革成效明显的，优先纳入公务接待定点单位。

湖北宜昌：2023年9月14日，由宜昌

市市场监管局牵头指导，宜昌市烹饪酒店行业协会、宜昌市信息与标准化所等共同编制的《餐饮服务单位提供“半份菜、小份菜”行为规范》（以下简称《规范》）发布。《规范》划定了餐饮服务单位范围，兼顾了堂食、外卖等不同用餐形式，覆盖了社会餐饮服务经营者、单位食堂、中央厨房和集体用餐配送单位等重点场所。“正常提供的菜品份量的50%±5%，价格宜为正常菜品的60%进行核算，适合3-5人就餐。”这是《规范》中对“半份菜”的术语定义。《规范》以“公开明示、精细管理、社会共治”为基本原则，规定了餐饮服务单位提供“半份菜、小份菜”行为的术语定义、基本原则，并对宣传引导、经营服务、持续改进等工作做出了具体规定。



■ 百姓心声

出游遭遇尴尬事儿：

想多吃几种美食 奈何量大吃不下

假期归来，编辑部收到了一位朋友的电话反映：在北京工作的黄女士说，假期和先生去河南某市旅游，途中到一家餐馆就餐，看到亲切的菜名，一口气儿点了仁菜，包括番茄疙瘩汤等等。可菜一上来，黄女士就傻眼了，汤碗有脸盆那么大。“因为在旅游途中，我们没法打包，眼睁睁地看着浪费。”黄女士说，一方面感受到老乡们的热情好客，一方面心疼不必要的浪费。与黄女士有相同感受的消费者不在少数。比如今年年初，哈尔滨一炮而红，“南方小土豆”吃上了便宜又大碗的东北菜，还有传统的陕西大碗，“陕西八大怪”中，“面条像裤带，锅盔像锅盖”……在感叹老乡们实在质朴的同时，消费者们直呼“吃不完，根本吃不完”，因为菜量大而浪费的现象比比皆是。“菜点少了，花样少；点多了，又浪费”“打包回家，等于换一个地方扔垃圾，餐盒多了也污染环境”。“老乡们热情可嘉，可是真不应该浪费啊。这年头，人们很少吃不饱，希望老乡们还能想想怎么能让游客们吃得更好。比如能不能提供小份餐，这样我们就可以品尝更多的花样儿了。”黄女士说。（于翰）

■ 记者调研

欲问小份餐何处有？

本报融媒体记者 杨岚

收到读者反映，本报记者特别就北京市场小份餐提供情况进行了调查了解。

记者走访了北京十余家餐馆发现，在部分火锅店，半份菜、单人套餐备受青睐；在某西北连锁餐厅，菜单上“烤羊排”等招牌菜专门标注了“小份”等字眼，其他菜品如黄米凉糕、蒸饺等也标注了具体个数来提示消费者合理选择分量。

拿出手机，打开外卖平台，记者发现平台上出现了个别以小份餐命名的商家店铺，餐饮品牌商家也开始在自家外卖平台挂上了“小份”一栏选项，同一家店铺的辣椒炒肉，小份月销量达200+，而正常分量月销量仅有10。单人、双人套餐的选项也更为多元，价格比单点更实惠。

但在看到改变的同时，记者调查发现，身边提供小份餐、半份餐的餐馆总体上并不多。多位来自北京、天津的消费者告诉记者，不管是去饭馆吃饭还是点外卖，感觉小份餐、半份餐不如以前多了，“来得也快、去得也快”。记者在某外卖平台随机搜索10家知名连锁餐厅，其中7家搜索“小份”关键词时，也没有出现相对应的餐品。

部分消费者反映，堂食和外卖平台小份餐种类仍然偏少，选项有限；定量定价无标准，价格只少了一点点，分量却少了一半，价格不划算；有的菜品克数等具体信息比较模糊，容易引发消费纠纷；商家用水蒸蛋、土豆丝、泡菜等此类低成本的菜来应付平台要求等。

据了解，近些年来，作为“光盘行动”的一项具体抓手，经过政府自上而下的积极宣传引导，小份餐这一厉行节约的好理念好做法曾一度成为餐饮行业的“新标配”。不少地方和餐饮企业曾积极行动起来，但商家基于现实的经济利益考虑，逐渐丧失了提供小份餐的热情。

部分商家向记者反馈，小份餐提高了餐饮企业运营成本。这是因为，同样做一个菜，小份和大份的烹饪方法和流程一样，时间、人力、物力成本都上升了，上菜效率和翻台率反而降低了，影响餐厅经营业绩。而消费者受“面子文化”的影响不愿选择小份餐。以量大实惠为口碑的餐饮企业也认为，小份菜会影响客源。

中国消费者协会相关工作人员也向记者反馈，之前有一段小份餐（有地方选用小份菜）概念很热，但是现在提得少了。此外，某位食品研究领域的全国政协委员了解采访主题后，迅速在网上展开了搜索，并给中国烹饪协会等多个行业相关的朋友打去电话，了解小份餐具体概念和通用要求，他们纷纷表示，目前行业仅小范围对该问题进行了探讨，并未形成广泛的行业共识。

如何让社会对节约的强烈共识化为自觉行动，切实推进落实国家关于小份餐的指导意见，让老百姓愿接受、有选择，商家能营利、有意愿推进是目前推进小份餐问题落地的关键。