

# 到饭店吃团圆饭,自带酒水的不少

## 单位福利酒水在团圆饭上派上用场

为了过中秋节,不少人在饭店提前订好包间,省事又省心。

后宰门有个乡土风味的农家大院饭店,昨天下午3时许,记者在吧台看到,客户订餐本上密密麻麻记满了订餐者的电话、包间、菜肴标准等。服务员高兴地说,性急的从四五天前就开始来预订,到昨天为止,11个大小包间全订满了。最大的包间能坐16人,最小的能坐8个人。连外面大厅也订出去好多桌。

在金鹰大酒楼,订餐的服务员电话不断,几乎都是电话订中秋节团圆饭的,“我们共有50多个包间,目前从4人包间到20人包间全部订满,大厅30个桌位也几乎订满,大概还有十几个散桌子没有预订。”

据了解,中秋到饭店订餐的,几乎清一色自带酒水,“中秋节前单位发的酒水多,所以直接拿来了。”一名订餐员说,“光吃菜,不消费酒水,十来个人花四五百元就搞掂了。”

来订餐的分两类,一类是一大家子吃团圆饭。孙老太太有4个儿子,都已成家立业。平时,各忙各的一摊子事,很少有机会见面,4个儿子能坐下来吃顿饭更是难得。逢年过节,担心二老上年纪了,忙不动,总有人不愿回家聚餐。二儿子还说,“就为吃一顿饭,让妈忙几天,腰酸背痛的,不值得。”今年中秋,孙老太太提早一个月就一个打招呼,“中秋节谁也不许请假,都给我回家来。妈今年也不忙菜,你爸在饭店里订了席,这下找不到借口缺席了吧。”昨天,4个儿子全来了,一家来3口,加上两位长辈,14个人的大包间来个全家福,其乐融融。

还有一类是两个小家庭合伙订餐。朱先生在电视台工作,老同学李先生也在媒体上班,两人时常相聚,但两家人聚会的机会并不多。他们都是北方人,中秋因为单位加班,都不能返乡与父母团聚。前几天,朱先生突发创意,“中秋过节我们两个非土著南京市民干脆来个拼盘吧,在饭店订个包间,两个小家庭大团圆过个中秋节。”李先生拍手叫好,“一家3口到饭店吃饭不热闹,两家人一起去,既吃了团圆饭,又痛快畅叙,太棒了。”昨天晚上,两家人在岗子村热闹酒楼吃了团圆饭。

餐饮业人士分析,今年中秋订餐者骤增主要是假期长,许多人选择到饭店,既能凑热闹,又省劲。在家门口饭店订餐的倪女士爽快地说,“过节下雨,菜场菜贵得很,自己买回家烧也要花不少钱,不如一家人到饭店订餐,不过二三百元,吃完连盘子也不用洗,多省心呀。”

见习记者 范胤 快报记者 赵守诚

### »月饼

## 大跳水 258元礼盒50就卖

“唉,亏了!”赵大妈昨天下午去超市买菜,瞄了一眼月饼礼盒的价格,非常心疼。儿子前一天花238块钱给她买的月饼,已经能够买一送一。记者在采访中发现,到昨天下午五六点钟,各大超市的月饼已经开始下架,昨天下午月饼促销迎来最高潮,更有夸张者258元月饼礼盒“跳水”变50元。

“买月饼礼盒吗?买一送一了,相当的划算。”一进洪武北路的一家超市,销售人员就忙不迭地给记者推销起月饼。

而在大行宫一家大型超

市,各品牌月饼都使出了杀手铜,“买一送一”字样随处可见。

“50块钱啊,大甩卖了!”更有夸张的,一款苏州产的原价258元的月饼礼盒,价格竟然喊到了50元,营业员说半小时前才把价格调至这么低,连促销海报还来不及换上,营业员正在把价格条码现场贴到礼盒上。记者注意到,这款月饼已经只剩下十多盒。营业员坦言,“月饼就要下架了,卖不掉的月饼都是要销毁的,所以能卖一点是一点了。”

快报记者 王凡 赵丹丹

## 就连无糖月饼 糖尿病人也要少吃

快报讯(通讯员 崔玉艳 记者 安莹)中秋,月饼、柿子甚至冬枣都已经成为市民嘴边的美食。但是各家医院里,因为贪吃秋季食品发病的患者还真不少。东南大学附属中大医院内分泌科营养师陆青松提醒说,月饼、柿子、冬枣等含糖较高的食品,糖尿病人要少吃。

该院最近连续接诊了5例糖友,都是因为贪吃高糖月饼导致血糖飙升。65岁的王奶奶患有糖尿病已经10多年了,上周末儿子回家,带了几盒精美的月饼孝敬她。晚上临睡前,王奶奶觉得肚子有点饿,于是吃了一个枣仁馅的月饼。第二天,王奶奶到医院做餐后血糖检测,血糖一下子飙升到20多,当医生问起最近有无不良习惯时,王奶奶才想起前一晚吃了个月饼。专家介绍,每年中秋前后,医院都会收治很多因为吃月饼而引发各种疾病的患者,很多糖尿病患者因为一时贪食,诱发血糖升高,严重的还会出现酮症酸中毒,有生命危险;还有的患者出现腹胀、胃疼、恶心等症状。

陆青松介绍,对于糖尿病患者来说,无糖月饼也不可以多吃。尽管这类月饼无糖,但月饼内的油脂含量仍然很高,油脂含有比碳水化合物高出许多的热量,糖友们要多加注意。

## 小学生调查发现:八成市民爱过传统节日

心形的、树叶状的、贝壳形的月饼被装在精致的月饼盒里,淡黄的色泽分外诱人。这么有创意的月饼可不是商场里卖的,而是出自南京市天妃宫小学分校二年级小学生们之手。“阿姨,你吃月饼了吗?我吃的可是自己做的。”日前,一名胖乎乎的小男生得意地告诉记者,他做了四个,带来和同学们一起分享。在对传统节日越来越淡薄的今天,小学生们的调查给了人们一个惊喜,120位被调查者中有83.3%的人更喜欢中秋节,而17.7%的人喜欢圣诞节等洋节。

### 月饼节? 中秋节!

“我们家有不少月饼,都是爸爸妈妈在中秋节前拿回来的,天天吃,到了中秋节那天反而不吃了,所以我不知道中秋节是什么意思。”一位二年级男生说,自己上小学前不太清楚中秋节是什么意思,爸爸妈妈也没告诉他。中秋节的晚上,家里既不吃月饼也不赏月,和平常没什么两样。

“以前我只知道中秋节要吃月饼,还以为中秋节就是月饼节呢!”一位小女生笑嘻嘻地说,上了小学学了校本课程,才知道中秋节可是一个团圆的节日。

## 直犯难 月饼吃不完怎么办

专家:不宜留下做早餐,不妨送给更需要的人

月饼吃不完怎么办?营养保健专家认为,不如把这些月饼送给更需要的人。

南京市中西医结合医院内科主任鞠娟指出,月饼并不适宜当早餐和零食。因为月饼虽然能量比较大,但营养成分单一,且含糖量和油脂较高,吃多了容易引起肠胃不适,这样的食品不能满足早餐对营养的需求,作为零食也不利于身体健康。月饼高糖、高油脂的特点也决定了月饼的保质期有限,因此月饼最好吃新鲜的,尽量不

要存放尤其是长时间存放。

在南京一家餐厅工作的厨师佟先生突发奇想地把月饼里的红枣、椰蓉、蛋黄等馅料取出来再利用,做成月饼粥。但专家指出,月饼的馅料二次利用,除了热量外,其他的营养价值非常低。

专家建议,不妨把这些月饼送给福利院的孩子们、敬老院的老人们或者送给自己小区的困难居民,至少可以让他们与你一起分享温馨与甜美的生活味道。

快报记者 刘峻



孩子们自己动手做月饼 田田摄

### 传统节日PK洋节

“我们通过问卷调查,发现有83.3%的人更喜欢过中秋节,只有17.7%的人热衷过圣诞节这样的洋节。”四(2)班的倪诗尧非常开心地说出自己班级对120位市民进行调查得出的结果。“我们的调查对象有小学生,也有家长和亲友,什么年龄的都有。大家还是喜欢过传统节日。”倪诗尧说,以前自己觉得传统节日有多重要,但在学校的校本课程里有一项是《我们的节日》,介绍中国四大节日的起源和风俗,让他了解了传统节日,也特别喜欢过传统节日。

对于更小一些的孩子,让

他们动手去做的感受会更为强烈,二(2)班孙一听做出了心形、花形的月饼,充满了自豪感,这一特殊的经历也让她对中秋节印象深刻。

在孩子们的调查中,还发现有80%的人选择在家和家人一起过中秋节,团圆的意味更浓。

昨天在下关区小学“综合实践活动”课程研究暨教学现场会上,天妃宫小学分校的孩子们展示了他们关于中秋节的调查和研究。天妃宫小学校长刘敏表示,以前老师们观察到,孩子们更喜欢过圣诞节等洋节,而忽略了传统节日,所以才萌发了把传统节日作为校本课程。

快报记者 黄艳

## 南京台湾名品城 中秋庆团圆 特色活动、餐饮美食等你来体验

由南京市政府、台湾外贸协会与新华新华携手合作的南京台湾名品城,已于9月16日正式开幕!本周适逢中秋佳节,名品城也举办一系列庆祝活动,希望让台湾过节的气氛,原汁原味呈现给南京市民。

### 台湾特色活动 邀你一同参与

南京台湾名品城汇集多元台湾特色,22日中秋节当晚,将有电音三太子踩街、原住民舞蹈表演、布袋戏演出等各式文艺市集活动。而最受现场观众欢迎的节目,非创意魔术与火舞莫属。同样来自台湾的表演艺术家,包括享誉亚洲的魔术贵公子文沛然、冠军魔术师李佳峰以及ORANGE橘火舞团,皆透过舞蹈、戏剧等创意元素,以流畅的肢体动作,透过魔法与光影,传达出全新的观感体验。

### 台湾优质礼盒 特色美食 让你体面过中秋

在台湾,中秋节另一大特色是赠送一份贴心的“伴手礼”给自己的亲朋好友,表达祝福。名品城也特别为南京市民准备各式限量空运的礼盒。为欢庆台湾名品城隆重开幕,全馆商品全面6折起;多款口味的凤梨酥、牛轧糖、糕饼礼盒等都享受限时优惠。

南京台湾名品城也忠于原味地将台湾各地的地道小吃以美食展方式呈现。包括台式臭豆腐、牛肉面、蚵仔煎、鲁肉饭与虾卷等传统台湾地方美味,并以现场制作方式,忠实展示地道原味。此外,以优质闻名的台湾水果,也是名品城中热卖的火红产品!如牛奶菠萝、文旦、释迦、香蕉等多样当季水果,皆以产地直送方式运抵南京,南京市民也可同步品尝新鲜可口的各式鲜果。

## 城市代步车 流行舒适主义

据消息人士透露,东风风行面向1.6以下小排量车市,即城市代步车领域,推出了景逸1.5XL,近期跃值上市,预售价6-8万元。该车型凭借XL加大号驾乘空间与低速高扭矩发动机,为城市家庭的日常出行带来了全新的舒适体验。

景逸1.5XL轴距长达2685mm,为同级车型最长轴距,再加上4320×1804×1620mm超大车身尺寸,使景逸1.5XL的驾乘空间成为

小排量车市的“空间之王”,达到了小排量车型中的最佳舒适度。特别是合理的后排空间设计,即使三名成年男性同座后排,也不会觉得拥挤,而如果将后排座椅放倒,就如同铺了一张XL加大号的单人床。这样的空间结构能够满足一家老小五口人的所有出行要求,能够装下童车、帐篷、野外烧烤用具等多种物品。

另一方面,景逸1.5XL搭载了目前三菱最先进的1.5排量全铝4A91

## 捷安特群星耀眼展视觉盛宴

捷安特的一大批新品在金秋绽放,其间购车还可得到商家赠送丰富礼品,市民不妨前往杨公井、山西路、中华路、江宁等专卖店购车赏车。

新款XTC系列山地车惊艳登场,它是从山地车ATX中剥离出来,并在其设计风格上集优创新,使之成为独立的产品系列,产品层别和定位更清晰,是适合在各种路面

骑行的高级山地车,是热爱单车运动,追求休闲生活,崇尚带步健身,实现低碳生活人们的又一款不可多得的好车。

早已风行国际市场的捷安特锂电电车,针对国内消费者需求的精心研发制造锂电电车以其崭新的形象。专用锂电池更轻更环保,VPC三合一动力控制模式,无刷电机噪音低、免维护,使用方便。有的款型还增配

了内三速系统,采用人踩加电力的方式,续航可达50余公里,不仅可以大大地增加电能使用效力,增强电池的使用寿命,正在火热开展的松下无锂电池特惠换新活动将进一步深入,松下无锂电池36V以旧换新价仅为350元,48V为465元。大力普及推广无锂电池的使用,逐步向用不含镉的产品过渡,实现全无镉产品,是件倡导绿色环保生活,利国利民的大好事。

陈明华