

# 快乐蓉道

## 挖掘专业精品川菜之魂

食话实说



是蓉道大酒店成立的初衷,也是蓉道的灵魂所在。蓉道以“成都概念,品味无限”传承天府佳品之菁华,倾力打造专业精品川菜,以求为食客带来原汁原味的专业精品川菜精华。蓉道创始人秦岗先生表示,川菜是蓉道的灵魂,蓉道不仅仅做专业精品川菜,更重要的是肩负着传承专业精品川菜文化的使命。在南京,大大小小的川菜馆不在少数,但是食客们却很难尝到专业的精品川菜风味。秦先生说,“我做人有个基本的概念,我喜欢的东西,才会推荐给别人”。作为四川人,秦先生对川菜有种难以割舍的情愫,对川菜精细研究,孜孜不倦地传播川菜文化。在蓉道,川菜的粉丝们可以尽情享受专业精品川菜之美味,感受专业精品川菜文化之魅力!

### 以企业价值创社会价值

因为执著,所以专业!蓉道大酒店以传承专业川菜精华使命,把企业价值融入企业使命。面临各种压力、各种诱惑,现代人日趋浮躁,价值体系处于紊乱状态。秦先生力推“快乐生活每一天”,简单的一句口号人人知晓,然而真正做到很难。蓉道在传承专业精品川菜的同时,把快乐传递,鼓励人们积极发现生活中的快乐,相互给以安慰。个人的快乐汇聚起来,社会才有快乐的源泉,和谐社会便不再是空话!在秦岗先生的带领下,蓉道启动捐资助学活动,对徐州技师学院每年定向提供六万元的助学资金。在创造企业价值的同时,社会价值得到彰显,秦先生时刻强调价值的重要性,努力把蓉道打造成实现价值的平台!自强不息、开拓进取、开放包容、同舟共济的蓉道精神融入专业精品川菜精髓,并完美地呈现给食客。

为感谢广大市民的支持与厚爱,在蓉道开业之际,特给顾客送来开业大礼,2011年9月15日—10月15日之间,顾客凭此版报纸在蓉道大酒店消费可获得价值80元现金餐券!更多蓉道信息,可登录<http://www.qs-rongdao.com/main.asp>

“一菜一格,百菜百味”是人们对川菜的美誉!川菜以其独特风味、热情火辣而受到众多海内外饕餮之士的欢迎。我国“四大菜系”之一的川菜,没有积极传承,恐怕川菜的魅力就要埋没了。位于南京市应天大街778号的蓉道大酒店诠释了专业精品川菜之魂。早年,董事长秦岗创办的辣子村风靡南京,在业界更是独树一帜,凭借十几年的成功经验,秦总在原有秦氏辣子村饮食公司的基础上,进一步扩大企业规模,创立蓉道大酒店,让南京食客真正领略到专业精品川菜的独特风味!

### “蓉道恒昌 蜀风永盛”

发扬川菜精神,传承川菜文化,这

## 4类办公族怎样挑选最佳早餐搭配?

### 1.忙碌型OL: 我没有专门的早餐时间

**最佳早餐:** 三明治+果汁+水果(水果食品)+果仁

越来越多的人在上班路上随便吃点东西,环境许可的话他们可能将早餐带到公司,在办公桌前匆忙地吃早饭。

如果你实在没时间在家吃早餐,建议你带上1瓶果汁、1个苹果(苹果食品)、1把果仁和1个三明治。早餐中吃一些水果是有很多好处的,它可以提供丰富的维生素和矿物质。

### 2.贪睡型OL: 我很容易疲劳犯困

**最佳早餐:** 水果+酸奶

用水果来做早餐,这可是贪睡型OL的最佳选择。如果再来杯果汁,即便是睡眼惺忪的你也能立刻精神焕发。水果早餐不仅节省时间,对皮肤也有许多好处。香蕉是早餐的理想选择,它比其他的水果更容易让人感到腹中充实,水果中的果糖含量是很高的,而且无法支持到中午你就会饿,所以你还应该再来点别的,比如低脂酸奶、南瓜、芝麻什么的,有了这些,你就可以获得充足的维生素、纤维素(纤维素食品)、脂肪酸等营养成分了。

### 3.减肥型OL: 我可不想再被零食诱惑

**最佳早餐:** 水果牛奶麦片粥

很多人觉得各种口味的粥是很棒的早餐,不过,有时候这些粥可能含有太多的糖或者盐。如果要吃粥的话应该选麦片粥,因为肠胃消化(消化食品)全麦食品的速度会比较慢,这使人有饱胀感,也就能有效控制食欲了。但千万不要给你的全麦面包抹上黄油(油食品),那样的话你摄入的热量就大大超标了。如果喜欢以粥作为早餐,自制的水果牛奶麦片粥将是不错的选择,但务必注意盐和糖的量不要太多。

### 4.周末“大餐”型OL: 我喜欢在周末吃得隆重一些

**最佳选择:** 烤火腿+蘑菇+番茄+绿叶蔬菜(蔬菜食品)

火腿煎蛋通常被认为胆固醇和饱和脂肪含量过高,其实用不同的做法就可以让它变

得更健康:在做火腿的时候要烤而不是用油煎,而且要少放肉,尽量用瘦肉,多放些蔬菜。烤火腿、蘑菇、番茄、绿叶蔬菜加在一起就是一顿丰盛而又健康的早餐了。同时喝点果汁,帮助身体更好地吸收铁(铁食品)质。



菜篮里看 美食

## 第四届南京美食节新闻发布会召开

2011年9月8日上午,第四届中国南京美食文化节在维景大酒店二楼宴会厅召开新闻发布会,原南京市政协副主席蒋裕德、江苏省商务厅商贸服务处处长李明双、南京市商务局局长李利江等相关领导,南京市餐饮商会会长企业和会员单位代表60多人以及20多家媒体的30多位记者近百人参加了此次会议。

本届美食节以“美食的盛宴,百姓的节日”为主题,是南京历届美食节以来规模最大、活动最多、传播影响力最广的美食盛事,已被国家商务部列入2011年内贸领域重点支持展会,由中国饭店协会和南京市人民政府主办,由南京市商务局、南京市旅游园林局和南京餐饮商会联合承办。定于10月15日正式开幕,为期一个月。活动内容包括“专业活动、主题博览、论坛峰会、配套活动”四个主要版

块。美食节期间,美食博览会、秦淮夜宴、主题美食周、“幸福餐饮”、京苏大菜及秦淮小吃三场专题论坛等主题活动将精彩演绎,各路文化名人、明星会聚一堂,大放光彩;名店、名菜、名宴的展览品鉴及多项广大市民参与的互动性活动,将制造出一系列关于美食节的热门话题,组委会也将全面整合政府、行业、媒介等各方资源,全景式展现南京美食文化的独特神韵。

本届美食节活动的宗旨就是要将南京美食打造成为国内外宾客解读秦淮文化,领略南京古城风貌、展示城市时尚魅力的独特载体,从而吸引更多的游客关注南京,喜爱南京,驻足南京,成为实至名归的“十朝都会,美食名城”。

宋昱

## 窝窝团“精挑细选好吃菜”登陆南京

9月6日下午,以“精挑细选好吃菜”为主题的大众推选活动在南京启动。该活动由中国烹饪协会、窝窝团联合主办,是中国餐饮业迄今为止规模最大的以电子商务为平台的民选活动。以南京菜为代表的江苏菜将有机会在全国菜系海选中脱颖而出。

“精挑细选好吃菜”内容丰富多样,线上活动包括“人人都是美食家”“一元秒杀活动”“最受当地团购消费者欢迎的百道中国菜”等精彩项目,通过活动,南京消费者可超值享受窝窝团独有的餐饮品牌优质商家资源产品。此次活动,通过团购商家提供优质团购产品,以体验后的点评菜品为主要活动方式,

并以趣味性点评、超高中奖率抽奖以及超值惊喜大奖为增值游戏环节,带动全民参与点评,并通过完全自主的民意评选推出最受欢迎的百佳美食。窝窝团希望通过此次活动,为江苏菜提供一个展示平台,推动其成为全国菜系中的佼佼者。

此前,窝窝团“精挑细选好吃菜”评选已经在北京、上海及武汉举办过,南京之后,还将在广州、深圳、杭州、西安、天津等全国21个城市陆续展开,此次与中国烹饪协会合作,旨在弘扬中国博大精深的餐饮与美食文化,并在消费者心中树立窝窝团“责任、真实、信任、权威、品质、专业”的企业形象。

宋昱



# 蓉道大酒店

★专业精品川菜★

# 盛大开业

9月15日-10月15日

凭报纸身份证领一张价值80元现金餐券一张

地址:南京市应天大街778号 电话:84418555