

十个菜品可选、还有饮食指导 南宁老年饭堂“老粉”众多

在南宁市青秀区的一条安静街道上，隐藏着一家备受老年人追捧的老年饭堂。这家饭堂以“十个菜品可选、还有饮食指导”为特色，迅速成为当地老年人心中的“美食圣地”。每天中午，饭堂内座无虚席，老人们围坐在一起，边吃边聊，气氛温馨而热闹。据了解，这家老年饭堂开业不到两年，却已积累了大量“老粉”，不少人甚至每天都来报到，称赞这里的饭菜“既好吃又健康”。究其原因，饭堂不仅提供多样化的菜品选择，还配备了专业的营养师团队，为老年人提供个性化的饮食指导，真正实现了“舌尖上的幸福”。走进饭堂，迎面而来的是整洁明亮的就餐环境。墙上张贴着每日菜单，十个菜品涵盖荤素搭配，既有经典的广西本地菜，如酸笋炒肉、螺蛳粉汤底煮菜，也有清淡的蒸菜和滋补汤品。每道菜都标注了营养成分和适合人群，比如“低盐低脂，适合高血压患者”或“高钙高蛋白，适合骨质疏松老人”。这样的细致设计让老人们吃得安心，也吃得健康。一位姓李的阿姨笑着说：“我有糖尿病，平时做饭很麻烦，这里有营养师帮我搭配餐单，每天换着花样吃，完全不腻！”另一位常客张大爷则表示，饭堂的菜品不仅味道好，价格也实惠，“一份套餐不到十块钱，政府还有补贴，真的太贴心了。”这家老年饭堂的成功，离不开其背后的运营理念。据饭堂负责人介绍，他们与南宁学院食品营养协会合作，定期组织营养师为老人进行健康讲座，讲解如何通过饮食管理慢性疾病。此外，饭堂还根据老人的口味和健康需求，不断调整菜单，确保菜品既美味又科学。一位营养师表示：“老年人的饮食需要特别注意营养均衡和易消化。我们会根据每位老人的身体状况，提供定制化的饮食建议，比如减少油盐摄入，增加膳食纤维。”这种专业化的服务让饭堂在众多老年群体中口碑爆棚，甚至吸引了一些年轻人前来“蹭饭”。有年轻人表示，这里的饭菜健康又便宜，偶尔来吃一顿，既能体验老年食堂的温馨氛围，还能学到健康饮食的知识。南宁的这家老年饭堂不仅满足了老人们日常的用餐需求，还成为社区养老服务的重要一环。饭堂定期举办“老友聚会”活动，邀请老人们一起品尝新菜品、分享生活趣事，增强了社区的凝聚力。一位社区工作人员透露，饭堂的运营模式得到了当地政府的大力支持，不仅提供场地补贴，还为低收入老人提供额外的餐费减免。这种“政府补一点、企业让一点、个人出一点”的模式，让老年饭堂实现了可持续发展，也为其他城市的老年助餐服务提供了借鉴。值得一提的是，这家饭堂的“老粉”群体还在不断扩大。一些老人在社交平台上分享自己的就餐体验，晒出饭堂的菜品照片，引发了不少网友的关注。有网友留言：“这饭堂的菜肴看着比我家做的还好吃！”还有人表示，希望南宁能多开几家这样的老年饭堂，让更多老人享受到这种贴心的服务。饭堂负责人表示，未来计划在南宁其他区域开设分店，进一步推广这种健康、便捷的助餐模式。南宁老年饭堂的成功，不仅在于其“十个菜品可选”的丰富选择和专业的饮食指导，更在于它对老年人生活质量的关注。通过科学管理、贴心服务和社区联动，这家饭堂为南宁的老年人带来了实实在在的幸福。无论是老人的笑脸，还是“老粉”们的热情推荐，都让这家饭堂成为南宁养老服务的一张亮丽名片。

原文链接：<https://hz.one/baijia/南宁老年饭堂-老粉众多-2507.html>

PDF链接：<https://hz.one/pdf/十个菜品可选、还有饮食指导 南宁老年饭堂“老粉”众多.pdf>

官方网站：<https://hz.one/>