

编者按

对于中小企业职工、新业态从业者、共享经济从业者、个体从业者等群体来说,“食堂”这个词,在生活的字典里是难以找寻的,工作餐这个概念,也是可望而不可即。其午餐不论是选择下馆子还是订外卖,都需要支付较高的成本,这个成本除了金钱,还有健康。能否通过多种形式,根据不同类型企业、不同经济业态从业者的特点,有针对性地让这些职工吃好午餐,既营养健康又负担较轻,值得有关部门思考。没吃上食堂的人盼望着吃食堂,能吃上食堂的人中,吐槽者也不少。毕竟,用有限的经费做出的大锅菜,既要应对地域差异众口难调,又要避免铺张浪费,运营好一个职工满意的食堂,真的不是简单之事。当然,在大数据时代,这个问题也不是没有解决办法。



中午1点半,丁娜才去吃午餐。

「便捷卫生」的午餐 职工期待 不管是在食堂吃,还是选择市场途径解决

“今天中午吃什么?”“头正疼着呢!”“那咱再想想。”“嗯,一会再看!”……3月15日,即将到中午吃饭的时间,在西安市经济开发区凤城三路上班的邓发和同事又在为吃什么发起了愁。

事实上,这已经成为广大职工的“午餐焦虑”。对于一般职工而言,每天有三分之一以上的时间要在办公室里度过。如今,随着城市骨架不断扩大,上班族的家与单位距离越来越远,午餐不能回家吃,已经成为一种常态。还有很多行业的职工,由于工作时间、地点所限,午餐甚至不能好好地坐在餐桌前吃。工作压力这么大,午餐吃的好坏已经成为越来越多上班族的健康风向标。

对于午餐问题,广大职工怎么看?近日,就职工午餐的“那点事”,记者在西安市进行了调查采访。

饿不着就行

在曲江行政商务区陕西云德律师事务所工作的丁娜,在外工作时好点,一般随遇而安,有啥吃啥。在单位的话,周边就那几家小饭馆,点外卖或者在泡馍馆、面馆、凉皮店之间来回而复始,挑选不得,还人多,要排队。

她告诉记者,以前也有人点外卖,但质量普遍不高,经常搞得人不敢尝试,因为一旦没选好,就意味着要饿肚子。慢慢的,大家就抢时间,争取11点多就去下馆子,很多同事干脆去便利店买小食品、泡方便面对付,因为至少那个味道不会变。

“我们律所没有食堂,公司化律师一周管三天饭,在外面找的食堂,我们提成律师自给自足,午餐健康卫生谈不上,只要饿不着就行!”丁娜说,“看见别的单位有职工食堂很羡慕,希望单位也有,至少能有所保障。”

卫生便宜就好

类似问题以前也困扰着位于科技三路的中建一局总承包公司陕西分公司总部的30多名干部职工。

四年前,该公司在高新区林凯国际办公,建有职工食堂。搬至绿地领海后,由于场地和厨师等问题,职工食堂迟迟没办起来,这让大家的午餐“在外漂泊了几年”。

“吃饭是小事,公司各项目都有职工食堂,但总部自从搬了后就一直没有建起来,大家吃饭一直是将就。”陕西分公司党总支副书记、工会主席张莉说,小餐馆、外卖菜品的卫生先不说,高油高盐势必影响着大家的身体健康,但又没有办法,写字楼里也不可能开火做饭。

张莉说,在外面吃,健康看不上,费用又高……企业在发展,这肯定不是职工想要的生活。作为职工之家建设的最基本的基础和条件,今年该公司又想方法恢复了职工食堂。

新办的食堂已开始试吃几天了,普遍反映还不错。“以前,大家的伙食补助直接给食堂,吃饭免费,目前还没定下来如何运营,但厨师身体健康,透明玻璃看得到



←陕西送变电工程有限公司在陕北—湖北±800千伏特高压直流输电线路工程2标段执行架设电力线路工作过程中,工人在榆林清涧的大山中解决午餐。(资料图)

小贴士

工作午餐怎么吃最健康

想要身体健康,工作午餐绝不能随便“对付”过去,一般每天的11时至13时之间属正常就餐时间。

提示1——午餐少吃火锅或辛辣菜肴。麻辣鲜香的口感刺激,虽然让不少人趋之若鹜。对此专家表示,很多川菜馆和湘菜馆受到白领们的青睐,但建议午餐最好不要经常吃口味太重的火锅,或是过于辛辣的炒菜等,偶尔吃关系不大。

此外,火锅通常一吃就是两三个小时,大家边涮边吃,不知不觉就可能让过量食物下肚,而吃下去的又多是辣食,容易导致人体不适。

提示2——吃盒饭记得补充绿叶菜。午休时间短,吃盒饭或者西式快餐成了不少人的首选。

盒饭和快餐往往油和盐分超标,肉类或隔夜菜多,新鲜绿叶蔬菜少,营养结构

不合理。专家建议,如果每天中午吃盒饭,最好能自带一个水果,晚上用餐再做一道新鲜蔬菜,以补回中午缺乏的叶菜。

而对于自带便当人群,隔夜的绿叶菜营养成分较容易流失,而且亚硝酸盐的含量也较高,所以自带的素菜应以块茎类为主,例如西红柿、白萝卜等。

提示3——水果零食当午餐不健康,这类零食不宜久用。如果长期让肠胃在白天的得不到锻炼,其功能也会逐渐退化。蔬菜含有更为丰富的膳食纤维,能促进肠蠕动,让肠胃新陈代谢保持正常,同时可以使有害物质不被滞留和吸收,能有效预防便秘。主食则能提供零食所没有的热量,而且零食多为包装产品,添加剂较多,当饭吃很不健康。



中建一局总承包公司陕西分公司试营业的职工食堂菜品丰富,受到广大职工的欢迎。

点评淘汰制思维,用大数据来尽可能地满足所有人的餐饮多样化需求。

民以食为天。十七局二公司工会认为,吃饭的事不是小事。该公司工会把一直开展的“心系职工 关注舌尖”——评选职工满意的好食堂活动进一步演变,最终通过一款即时通办公软件实现了常态化评价——每位职工对一日三餐的每一道菜都能提出意见,每一道菜都有做菜的具体厨师,评价与厨师工资挂钩,平均低于一定标准就会报警……

“我们公司食堂一天三顿饭,午餐是六菜一汤,水果两到三种,主食米饭、面条、馒头、饼之类不低于四种!”闫宇海说,自从引入这种点评机制后,食堂更加重视饭菜质量,大数据会自动筛选出大部分人的餐饮喜好,进而通过具体的厨师和菜品来改变,大家集体吐槽的菜再也没出现过,菜品的营养搭配也更加合理。

记者在调查中发现,大部分企业和企业工会普遍认识到了食堂以及职工午餐的重要性,尤其是有规模有能力的企业工会已将列入职工之家建设的基础考量,而且根据单位自身业务类型和规模,采取了定向包饭、团购送餐以及开办自有食堂等措施来推进午餐向满足职工美好向往的方向迈进。从职工需求角度看,午餐不管是在食堂吃,还是点外卖,或者下馆子,大家对于午餐最基本的期待是——便捷、卫生、有保障,其后才是多样化、口感等需求。本报记者 王何军



↑在我国第一条电气化铁路宝成铁路线上,有一座位于秦岭之巅的四等小站——青石崖车站。由于铁路行车间隔的特殊要求,这里的员工24小时值班,中途不得离开岗位。图为青石崖车站值班员任鹏涛(左)、助理值班员赵帅一边吃午餐,一边紧盯列车运行进路。(资料图)

列入购房失信人员名册者5年内不得购房

西安楼市“金箍”再收紧

本报讯(记者 牟影影)3月16日,记者从西安市住房和城乡建设局获悉,按照中央“房住不炒”的定位精神,西安进一步规范房地产市场秩序。

加强购房资格核验 规避限购政策将列入购房失信人员名册

房地产开发企业、房地产经纪机构应严格执行西安市住房限购政策,不得诱导、协助购房人伪造资料骗取购房资格,不得鼓动购房人通过“代持”等方式规避限购政策。进行购房意向登记信息核实时,要严格初审购房资格审查资料。

企业、机构违反本规定的,要记入信用档案、暂停使用房屋网签系统;拒不整改或情节严重的,将通报土地、金融、市场监督管理等部门,限制参加土地购置、金融信贷或清理出市场。从业人员违反本规定的,要记入信用档案,并予以从业限制;涉嫌犯罪的,将移交公安机关调查处理。

购房人骗取或通过“代持”方式规避限购政策的,其本人及“代持人”将列入西安市购房失信人员名册,5年内不得购房;涉嫌犯罪的,将移交公安机关调查处理。

加强购房资金核验 不得以“信用贷”“消费贷”等方式支付首付

房地产开发企业、房地产经纪机构应严格遵守金融信贷政策,不得诱导、协助购房人以“信用贷”“消费贷”等方式支付首付;不得提供垫资或与其他机构合作提供首付贷等违规金融产品和服务。进行购房意向登记信息核实时,要严格核查首付存款证明。

企业、机构违反本规定的,要记入信用档案、暂停使用房屋网签系统,并会同金融管理部门依法处理;拒不整改或情节严重的,将通报土地、市场监督管理等部门,限制参加土地购置或清理出市场。从业人员违反本规定的,要记入信用档案,并予以从业限制;涉嫌犯罪的,将移交公安机关调查处理。

购房人违规使用贷款的,将会同金融管理部门依法处理;涉嫌犯罪的,将移交公安机关调查处理。

规范商品房销售秩序 不得“雇佣”人员恶意登记购房信息

房地产开发企业、房地产经纪机构应按照商品房销售流程开展销售活动,及时准确公示销售信息,不得捂盘惜售、价外收费,不得“雇佣”人员恶意登记购房信息,不得未经本人同意擅自以电话、短信等方式推销房屋,不得组织员工或与第三方合作在网络平台发布虚假不实信息。

企业、机构违反本规定的,要记入信用档案,暂停使用房屋网签系统。从业人员违反本规定的,要记入信用档案,并予以从业限制;涉嫌犯罪的,将移交公安机关调查处理。

规范存量房交易秩序 不得发布挂牌价明显高于实际成交价的房屋信息

房地产经纪机构应依法诚信经营,不得为不符合住房交易条件的房屋提供挂牌服务;不得以学区、学位为名,煽动出卖方抬高房屋挂牌价格;不得发布挂牌价明显高于实际成交价的房屋信息。

企业、机构违反本规定的,要记入信用档案,依法予以行政处罚,并暂停使用房屋网签系统;情节严重的,将会同市场监督管理部门依法清理出市场。从业人员违反本规定的,要记入信用档案,依法予以行政处罚或从业限制;涉嫌犯罪的,将移交公安机关调查处理。

规范涉房信息发布行为 不得以任何方式制造购房恐慌情绪

机构网站、平台账号和个人应严格遵守《网络信息内容生态治理规定》等法律法规,积极建设促进西安市房地产市场平稳健康发展的良好网络生态。不得发布背离“房住不炒”定位的信息,不得捏造、散布不实消息,不得使用夸张标题、发布内容与标题严重不符的文章,不得以个别成交案例片面臆断房地产市场走势,不得以任何方式制造购房恐慌情绪。发现违规行为的,住建部门要会同网信等部门及时约谈、调查并公开曝光。

加大检查监督力度 坚决打击虚假宣传等行为

住建管理部门要大力开展房地产市场秩序专项整治,坚决打击虚假宣传、人为制造购房恐慌情绪、购房资格及首付存款证明核验不平等行为;相关工作人员利用职务之便以权谋私、执法不严的,要依法追究个人责任。



市场监管总局发布六类产品消费提示 一次性餐饮具要选择无图案无色产品

3月15日,记者从省市场监管局获悉,国家市场监督管理总局发布了磁力玩具、儿童平衡车、老年健步鞋等6类产品的消费提示。

选择不易入口磁力玩具 以防低龄儿童窒息

消费者在选择磁性玩具时要注意,磁铁或磁性部件如果尺寸过小,低龄儿童在玩耍该类磁性玩具时,易被吞食导致窒息伤害。因此应选购尺寸较大,且不易入口的磁性玩具。

儿童平衡车选购时首先查看CCC产品认证

儿童平衡车为针对2至5岁儿童设计的乘骑车辆玩具,选购时首先应查看商品包装上是否有CCC产品认证标志。同时仔细检查产品是否带有可能被儿童吞下或吸入的易拆卸小部件,表面边缘是否光滑,车轮和车架间间隙是否有危险。

儿童口罩不适合婴幼儿佩戴存在窒息风险

购买儿童口罩时,应注意查看产品的适用年龄、执行标准和产品类别,还应结合孩子试戴效果,选择符合脸型大小的口罩。由于可能存在窒息风险,儿童口罩不适合婴幼儿佩戴。

正规渠道购买非医用口罩

购买非医用口罩要通过正规渠道,挑选包装完好和标识齐全,避免购买来源不明的三无产品。尽量避开微信群、朋友圈等个人交易行为。

老年健步鞋宽窄以脚面受力完全展开为好

老年健步鞋宽窄一般以脚面受力时能够完全展开为好,长短以脚尖不夹不顶、行走时脚不在鞋内滑动为好。应优先选择有粘扣带固定连接背面的鞋,尽量选择橡胶外底或着力部位(前掌和后跟)是橡胶的组合外底的老年鞋。

一次性餐饮具尽量选择无装饰图案无色产品

消费者购买一次性餐饮具时,应选择包装完好的产品,看清外包装上是否有QS标志等关键信息,尽量选择没有装饰图案的无色产品,同时不要选择那种捏起来太软的产品。

本报记者 刘强

热点关注