

# 四菜一汤6元 金融白领扎堆

“午餐,6元店?”7月22日中午11点半,中国银行湖南省分行客户经理符赛兰准时收到同事的暗号。两人心知肚明:今天的午餐又去小巷里的快餐小店解决,荤素搭配的4菜1汤,只需6块钱。而在1年前,他们还在为去哪吃午饭而烦恼。这个无名小店“挽救”了这群征战金融的白领们。

■记者 杨艳 实习生 雷昕 罗佳龙

小店虽无名,往来皆白领

7月22日中午12点,长沙芙蓉中路中国银行湖南省分行旁巷子里的一个10平方米的小店。正是饭点上,店里店外坐满了人,女的多身穿职业套裙,男的大多穿衬衣打领带,脖子上挂着蓝色工作牌。

这个人满为患的快餐店并没有挂招牌,不过熟客们都称它为“六元店”。店主叫陈吉阶,今年62岁,已掌厨30年了。陈爹的技术显然得到了年轻一族的认可。除了店里坐满了人外,店外摆的10来张桌子显然也不够用,不少熟客也都习惯了站着吃饭。

“六元店”虽然在高耸的楼盘后,不靠大街,但四周紧挨着平安大厦、海东青大厦、财富大厦几家写字楼和省疾控中心、湖南日报等几家单位,陈爹说,“方圆一公里的白领

一族都来了,大家熟客带生客,回头客多。”

看经济冷暖,打精细算盘

4菜一汤,一口价6元。有了这帮年轻人的捧场,陈爹的生意做得有声有色。每天凌晨三点不到,他就骑车去几公里外的马王堆批发市场买新鲜菜。中午11点半,10个菜已依次装在铁盘里。在财富大厦工作的张文是老主顾了,“6年来价钱只从4元涨到6元,其他快餐店的基本价都在10元了。”

别小瞧这个店,陈爹从里面看出了不少经济学的道道:2004年他盘下这个小地,当年股市正是大低潮,他的店子以4元的价格赢得不少顾客。如今客源稳定在200人左右,除去成本,陈爹的中餐日赚不少。此外,陈爹在时间上也掌握得不错:晚餐不做,周末不开张,这些都迎合了写字楼白领



7月22日中午,长沙市芙蓉中路一小巷内,这家无名小店有很多白领前来就餐。  
记者 田超摄

的作息时间。

海东青物业公司的保安胡利龙悄悄地告诉记者,公司把员工餐包给了这家店,他一开始不放心,特意观察了几天,确实是粮油公司送的油,陈爹自己吃的也是这个菜。

方便又实惠,白领很中意

在陈爹的店子里,中国城市公益文化惠民工程招商部经理杨砚算了一笔小账:去附近的中西餐厅,套餐最低消费在20元,而在这里吃4菜一汤只要6块钱,省出的钱可以买饮料、报纸杂志。“同

事也想拼单吃饭,可随便点菜就要几百元,再多的工资也成了月光族。”符赛兰说。

离写字楼近也是陈爹店子火爆的原因之一。财富证券公司上班的李聪说,大热天大家都不想走远路,点外卖等的时间又长。而在陈爹这里出门拐弯就到了,属于现炒现卖随到随吃。

采访时,记者决定亲身体验一下,点了四个菜、舀了碗汤品尝。虽不能说是美味,但是地道的长沙口味。菜肴看着比较干净,汤有点咸,但分量油水都挺足。

写字楼里能否开平价食堂

一边是对午饭吃得不舒服的埋怨,一边又觉得去单位食堂最方便,白领们都在想,可不可以去写字楼设平价食堂呢?路程最好是5到10分钟内。

据了解,目前长沙绝大多数写字楼里没有食堂、餐厅。平安大厦一位老总曾邀请陈爹谈过开公司食堂的事,但陈爹一再犹豫:“建楼之初基本上不会去考虑留有食堂的空间,还有自然采光、排油烟的通风口等问题,即使入驻了,还要通过卫生、消防等一道道关。”

你的写字楼里有食堂吗?你和同事们的午餐又是如何解决的?如何享受一顿物美价廉的午餐,你又有有什么好点子呢?欢迎登录华声论坛混在长沙版块(<http://cs.voc.com.cn/thread-163202-1-1.html>),与大家分享你的“午餐心经”。

Office关注

## 今天中饭吃什么,你想好了么

都说食物可以影响人的情绪。拿着优厚薪水却总是跟午餐较劲的白领一到中午就觉得脑细胞不够用:吃什么?去哪吃?这个问题远不比完成一项工作任务要轻松。7月22日,记者先后走访了五一大道、芙蓉广场等写字楼比较集中的区域,了解白领们的午餐解决之道。

方式一:芙蓉广场的“份儿餐”

芙蓉广场附近,华联商厦、中天广场等写字楼都在这一带。旁边一家无名快餐店生意不错,一房地产展销中心的4名员工结伴来吃饭。小店虽然装修一般,但价格实惠,离公司又近,所以禹琴等人选择这家小店的“份儿餐”。两荤一素6元,三荤一素7元。几个同事点菜一起吃,菜式丰富,感觉挺好。

方式三:老总设了“私家小厨房”

和五一大道平和堂大楼内104家公司的员工相比,天运林工集团驻长沙办事处的员工享受的可是“老总”级别的待遇。

原来,厨房设在工作室对面不

方式二:找个高校食堂“蹭饭”吃

“物价在上涨,找个实惠、好吃的高校食堂吃饭可是个好事。”住在天马公寓附近的上班族李霞选择了在高校食堂蹭饭。李霞告诉记者,在学校食堂吃饭可以用现金,不需要办卡,而且小吃种类很多。“一顿中饭两荤一素才几块钱,10块钱甚至可以‘奢侈’一把。”

到200米的五一华府的老板家里。老板请了个做饭菜的阿姨,员工只需要4块钱就可以吃得饱吃得好。“这样的措施很人性化,有种家的感觉。”作为公司一员,刘华娟很欣赏老板的做法。

方式四:公司福利送中餐

平和堂12楼老凤祥银楼的白领们也不用担心中午问题,老板将食堂外包,每天有人按时送来30个盒饭,长沙本地口味,2荤一素一汤。这个盒饭价值7元,费用由公司出。汤的花样天天换,工作了1年的李启民很喜欢这口味。

方式五:快餐一条街

青石井巷里有17家店面,其中11家做的就是快餐生意。这都是看中了附近的写字楼。这里的价位定得不高,10元、15元的都有。一走进巷子口,老板娘们就开始吆喝。已经做好的饭菜受欢迎一些,前去吃饭的白领们随到随吃,免了大热天等饭吃的苦。

方式六:自带小便当

22岁的向静芝是长沙人,家住伍家岭,在五一大道远程出国留学培训机构上班。这给她自带便当带来了优势。

每天晚上她妈妈会多炒几个菜,第二天在办公室微波炉里一热,香气满满。受到她“爱心便当”的影响,公司不少女孩子也开始自制便当,吃得美美的。



刘卫江,新一佳喊你来领汽车大奖



本报7月22日讯 对家住长沙市望城县的刘卫江来说,今天真是个好日子。因为在新一佳“璀璨飞越,15周年庆”终极抽奖中,他幸运地赢得力帆汽车大奖。

从6月25日开始,新一佳湖南25家门店分别抽出15名幸运顾客参与终极抽奖。今天上午10点半,记者在抽奖现场看到,来自郴州、娄底、益阳、常德、岳阳、湘西等多个城市发来的特快专递,里面装的是375名幸运顾客的参与信息,新一佳湖南分公司总经理赵向荣抽出了力帆520i轿车的得主——刘卫江,他将拥有该汽车5年的使用权。

■实习生 王倩 记者 未晓芳

# 解放军第163医院耳鼻喉技术中心

——专家提示:暑假学生耳鼻喉疾病治疗正当时

三成学生受鼻病困扰

鼻是人体呼吸道的一个重要门户和起始端,鼻病是一个极为广泛的常见病、多发病。一份关于中小学生的健康现状的最新调查显示,有近三成的学生受到鼻病的困扰。为什么青少年当中鼻病这么常见呢?这是因为青少年时期机体各器官的形态发育和生理功能尚不完善,造成抵抗力和对外界适应力较差,因此比成年人更容易引发各种鼻炎。

长沙163医院耳鼻喉科的江主任介绍说,学生患有鼻病,往往导致氧气吸入受阻引起血氧饱和度下降,血氧供应不足则会引发全身各组织器官不同程度缺氧,记忆力减退、智力下降、周期性头痛、头昏、视力下降、学习成绩下滑等则成为他们的典型症状表现。在谈及鼻炎影响自己正

常水平的发挥,不少应届毕业生至今仍是抱憾不已。更为严重的是,鼻病长期不愈还会进一步影响青少年的生长发育,给今后的健康埋下隐患。

中小学生学习鼻病大盘点

据统计,在长沙163医院接待的数百名学生鼻炎患者,症状多为过敏性鼻炎,鼻窦炎及鼻息肉等。在访问中,江主任为笔者一一做了介绍。

**过敏性鼻炎:**过敏性鼻炎又称变态性鼻炎,是鼻腔黏膜变态性疾病,并可引起多种并发症。

**鼻窦炎:**鼻窦炎也是耳鼻喉科常见病,是由于细菌侵入鼻窦,破坏鼻窦组织,导致鼻窦发生急性或慢性炎症。其中以上颌窦炎的发病率最高,其次是筛窦炎,额窦炎和蝶窦炎,如所有鼻窦受累则称为全鼻窦炎。

**鼻息肉:**鼻息肉也是鼻部常见病。它是由于鼻黏长期炎症反应引起组织水肿的结果。

**小儿打鼾:**腺样体和扁桃体肥大是儿童的常见病、多发病,是儿童鼾症的主要原因,严重影响儿童的生长发育,如呼吸障碍、智力发展迟缓、心脏功能的改变等。

**远离鼻病之治疗篇**

据了解,“低温消融”技术微创系统由鼻内窥镜、等离子低温消融探头及高分辨率摄像系统等手术设备构成。它的工作原理是将一根直径仅为1.8毫米的极小的电极,经鼻腔插入鼻甲等部位,在低温下利用等离子原理对病变部位直接进行消融,整个治疗过程仅仅十几分钟。术后不用填塞鼻腔,病人即可参加工作和学习。由于“低温消融”工作温度低,而消融深

度可以精确控制。在40度~70度左右即可形成高效而精确的消融效果。所以手术过程中对鼻腔黏膜及神经组织没有损伤。长沙163医院在省内率先引进这一国际先进的等离子“低温消融”技术后,已成功收治了数万例的鼻咽炎患者。

江主任说,在门诊中近三成的患者来自长沙周边地区,有二成是市里的,他们正是冲着“低温消融”技术这一卓越的安全性能而前来求治的,因为他们知道对于身体尚在生长发育中的青少年来说,安全意味着一切。

**专家提醒各位家长:**

**鼻炎影响智力发育必须警惕**

长期以来,望子成龙和望女成凤是每个家长的美好心愿,但不少家长往往忽视了一些轻微性疾病对孩子产生的不良影响。而鼻炎作为常见疾

病,由于诊断失误及治疗不当,更被众多家长所忽视。鼻炎最困扰患者的症状除了流不完的鼻涕、打喷嚏、鼻塞、头闷、头痛、记忆力减退、听力下降外,还易诱发咽炎、喉炎、扁桃体炎、甚至导致脑部缺氧,影响孩子的智力发育。所以提醒家长,为了孩子能有一个愉快的暑假,能感受到夏日的气息,能有一个美好的前程,请及时到专业医院接受诊治,以便能健康成长,梦想成真。

健康热线:0731-84899163

医院地址:www.163ebh.com/

医院地址:长沙市开福区洪山桥

1号。(节假日均有专家坐诊)

乘车路线:火车站乘113路直达,

市内乘星沙2、132、133、136、805、807、

808、901、501路至洪山桥站下。

注:本科室急需眼科医生数名