

19 | 珍惜食物



閱讀下面的文字，然後回答問題。

自助餐一直是深受人們喜愛的就餐方式，可是長期以來，公眾關於自助餐的爭論亦不絕於耳。雖然自助餐一方面可以讓人們**大快朵頤**，但另一方面也浪費了大量食物。據統計，自助餐餐廳平均每桌浪費的食物就有1公斤，由此可見，自助餐會浪費食物是毋庸置疑的事實。

為什麼自助餐會浪費食物呢？

一方面，自助餐會浪費食物是基於消費者害怕吃虧的心理。據心理學研究，怕吃虧是一種不平衡心理，擁有這種心理的人會認為自己得到的少、失去的多，因此他們會通過各種方式來取得心理平衡。人們在食用自助餐時更是將這種心理表現得**淋漓盡致**，他們認為自己付了餐費，取餐時自然是多多益善，否則就吃虧了。於是，人們在食用自助餐時會拿取超過自身食量的食物，難免會因吃不完而造成浪費。

另一方面，自助餐餐廳通常會準備超過當日用餐人數的食物，雖然這樣能夠滿足食客的需求，但難免會造成浪費。據環保機構的調查數據顯示，自助餐廳每日要倒掉兩至四大桶垃圾，其中除了食客吃剩的食物，還有不少是餐廳供應過剩的。由於自助餐餐廳一般會準備數量多且種類豐富的食物，以此吸引食客，所以，若餐廳不控制好每樣食物的數量，就會導致供過於求，不管是山珍海味，還是精緻美點，最終只會淪為填滿垃圾桶的**殘羹冷飯**。

因此，改善自助餐的浪費問題**刻不容緩**，餐廳和食客都需要作出改變。例如餐廳可將傳統的自助取餐改為自助點餐，顧客按需要點餐後，再由廚房配置食物，就可避免因準備過量食物而浪費。另外，餐廳也可改用容量較小的碗碟，引導食客取餐時遵循「少量多次」的原則，減少浪費的機會。餐廳還可以嘗試實行獎罰制度，給不留剩菜的食客贈送優惠券，以示鼓勵。

除了餐廳作出改善措施之外，人們亦應轉變用餐觀念。食用自助餐的樂趣應在於品嚐不同風味的菜式，而非計算個人得失。我們在享受美食的同時，亦要時刻謹記「誰知盤中飧，粒粒皆辛苦」的道理。(約750字)



大快朵頤：形容暢快地享受美食

淋漓盡致：形容表現生動

殘羹冷飯：吃剩的菜湯和飯食

刻不容緩：形容情勢十分緊迫，一刻也不容耽擱



建議用時：15分鐘

日期：

得分： /13

從文中找出適當的詞語填在第1題的橫線上，使句子的意思完整。

1. 這位演員入行二十年以來兢兢業業，獲獎無數，深受觀眾喜愛，他的演技和品格都是_____的。(2分)

2. 下列哪一項是人們在吃自助餐時拿取過量食物的原因？(2分)

- A. 抵償餐費，害怕吃虧。
- B. 自助餐的菜式十分吸引。
- C. 對自己的食量作出錯誤的估量。
- D. 通過吃大量東西減輕心理壓力。

提提你

找到與題目相關的段落，從中找到原因。

對應策略
P.38

3. 文章第四段主要是(2分)

- A. 說明自助餐餐廳的垃圾主要是剩飯剩菜。
- B. 指出自助餐餐廳的剩菜比客人吃剩的還要多。
- C. 論述自助餐所浪費的食物有一部分來自餐廳。
- D. 證明自助餐餐廳每天都會為客人精心準備美食。

4. 文章主要運用了哪種論證手法？(2分)

- A. 引用論證。
- B. 舉例論證。
- C. 比喻論證。
- D. 對比論證。

5. 下列哪一項描述是不正確的？(2分)

- A. 自助餐浪費食物的情況很嚴重。
- B. 享受美食的同時也要珍惜食物。
- C. 人們浪費食物是社會普遍現象。
- D. 餐廳可通過自助點餐減少食物浪費。

6. 除了文章提及的改善方法，你認為還有什麼措施可以避免浪費食物？(3分)
