

# Research Report on Light Food Restaurant on University Campus

Yang Xu Jia Tang

Chengdu Institute Sichuan International Studies University, Chengdu, Sichuan, 61000, China

## Abstract

This paper investigates the specific situation of light food restaurants on the campuses of Chengdu Institute Sichuan International Studies University and Chengdu Neusoft University, sees the big from the small, combined with the study of light food restaurants in other colleges and universities and uses the self-created questionnaire as a tool, the questionnaire star App is used to issue questionnaire and statistical data. This paper consists of four parts: background investigation, survey research objects and methods, questionnaire survey and analysis of survey results, questions and suggestions. The preliminary survey results show that at present, light food restaurants on universities campuses account for very little, and most college students accept light food, and hope to open light food windows on universities campuses, be optimistic about the development of light food industry, and show a positive attitude towards life.

## Keywords

business English major; undergraduates; light food research

## 大学校园轻食餐厅调研报告

徐杨 唐嘉

四川外国语大学成都学院, 中国·四川 成都 610000

## 摘要

论文调查研究四川外国语大学成都学院和成都东软学院两所大学校园轻食餐厅的具体情况,以小见大,结合研究其他高校的轻食餐厅,通过自创的调查问卷作为工具,使用问卷星APP累计发放问卷并统计数据。论文共分为四个部分:背景调查、调查研究对象与方法、问卷调查情况与调查结果分析、问题与建议。调查结果初步表明,当前大学校园轻食餐厅占比极少,多数大学生接受轻食,并希望在大学校园内开设轻食窗口,看好轻食行业的发展,展现出积极阳光的生活态度。

## 关键词

商务英语专业; 本科大学生; 轻食调研

## 1 引言

在其他国家,轻食这一快速、简单的食物已发展成基于本地饮食习惯改良的健康饮食,但在中国仍处在普及阶段。现如今,仅有少量中国大学校园设置轻食窗口或有相关商家入驻。在本篇论文调查研究的基础上,笔者希望轻食餐厅在高校内得到进一步推广,并为其发展提出相关意见。

## 2 背景调查

轻食这一概念在其他国家发展成熟,在中国逐渐普

**【基金项目】**论文是2021年四川省大学生创新创业训练项目省级立项“大学校园轻食餐厅调研报告”研究成果(项目编号:S202113673142X)。

**【作者简介】**徐杨(1999-),女,中国四川乐山人,在读本科生,从事商务英语研究。

及<sup>[1]</sup>。近年来中国消费水平发展迅速,人们追求更高的生活品质,而轻食的营养均衡、低卡原生、新奇与高颜值正好符合现代人追求高效的就餐方式和绿色健康的生活方式。目前轻食餐厅主要位于中国的一、二线城市,消费群体大多为都市白领,高校内的极少,而大学生这一年轻群体对于自身健康更加重视,对轻食的需求也在增加,也希望通过培养绿色健康的饮食习惯来展现积极健康自律的生活态度。

## 3 调查研究对象与方法

近年来,轻食餐厅相继在各个城市出现,这样一种新型的餐饮品类吸引着年轻一代,包括在校大学生,但在高校这样的特殊市场,轻食这一餐饮体系仍不完善,无法满足高校学生们绿色健康的饮食需求。同时,目前有关校园轻食餐厅的报告较少,城市轻食餐厅的报告有很多,可为笔者提供较好的借鉴。所以,为了更好地满足大学生对轻

食餐饮的需求,丰富高校轻食文化,进一步满足大学生对绿色健康生活的追求,笔者对大学轻食餐厅进行了调研。此次调查研究对象主要为四川外国语大学成都学院和成都东软学院的在校大学生。笔者选择的调查方法主要为实地调查,通过问卷星 APP 进行设计调查问卷,并在调查研究对象中发放问卷,后期进行问卷回收统计并做数据分析。

#### 4 问卷调查情况与调查结果分析:

本次调研累计发放问卷 130 份,回收有效问卷 128 份,有效回收率 98%。填写问卷的男性占 26.56%,女性占 73.44%。

##### 4.1 大学生对轻食主义的了解程度

调查显示,选择去学校轻食餐厅的大学生约占 67%,58% 对轻食都有一定的了解,36% 听说过但概念模糊,6% 从未听说过。从该数据可看出,愿意尝试轻食餐饮的大学生较多,但大多只是对轻食有初步认识,对其概念模糊,这在一定程度上影响对轻食的接受程度。现如今,大学生群体通过平时对实体轻食店的消费对轻食有一定的了解,抑或通过互联网的方式了解轻食文化。然而,“轻食”实际上强调的是简单、适量、健康和均衡。而轻食主义者的目的在于健康饮食,每日饮食所摄取的食物种类尽量符合基本的三低一高原则。“轻”不仅是指餐品本身,更是指食用后一种无负担、无压力的状态。对于大学生群体来说,青春朝气蓬勃是他们的代名词,轻食对于他们来说是热爱与自律的结合体,这正好符合大学生的饮食选择<sup>[2]</sup>。而轻食这种原生态的做法,还原了食材最天然的味道和最本真的自然色彩,为消费者提供了味蕾的交织与视觉的艺术。轻食文化更是将美食与人类的情感相关联,让美食慰藉人的心灵。相信大学生对轻食有进一步了解之后会更加愿意选择轻食。

##### 4.2 大学生对轻食餐厅的接受程度

调查显示,有 26.56% 的大学生喜欢去轻食餐厅就餐,71.09% 对此持中立态度,2.34% 不喜欢去轻食餐厅。从数据得出,大学生对轻食餐厅持中立态度的比例最高,这说明仍然有大部分大学生对轻食持观望态度。很显然,多数大学生的饮食习惯仍为中国传统饮食。西方饮食正逐步流行,目前处于与中方饮食相交融的阶段,大学生群体接受轻食也有一个循序渐进的过程。如今,经历过饮食只是作为果腹的消费习惯与理念,当消费群体开始把快餐饮食与健康管理挂钩,轻餐的接受程度会被大大提高<sup>[3]</sup>。调查结果显示有近 30% 的学生会选择轻食,这一部分学生不仅是尝鲜,而是有意在追求深度体验、自我颜控、活在未来、外向消费的“新青年”生活方式。这一方式离不开快速发展的餐饮文化:吉野家轻食”、推出轻食甜点的星巴克等,抑或将桌游与轻食相结合的休闲方式都导向年轻群体,这也让轻食有了更广的市场,提高了年轻消费群体对轻食的接受程度。

##### 4.3 大学生选择轻食餐厅的原因

就大学生做出此选择的原因来看,23.44% 出于猎奇心

理,68.75% 为了满足自己的减肥需求,71.09% 为了追求健康的生活方式,18.75% 受朋友推荐,22.66% 觉得吃轻食较精致高级,10.16% 为了跟随大众潮流,17.97% 出于其他原因。从数据分析可以看出,为了满足自我减肥需求和追求健康生活方式而选择轻食的学生比例最高。这说明在现代社会审美体系中,完美的身材与良好的精神面貌是一个人的重要加分项,有效的身材管理更是一个人强大自律能力的体现。轻食从饮食方面出发,与办卡健身和极端节食相比,不仅节约时间成本还均衡营养,将高效与健康结合,非常符合减肥群体的需求。大学生是积极阳光的代表群体,追求健康的生活方式是满足自我精神追求的一种体现。大学生敢于探索、向往美好事物的特征也让轻食有了更多的消费市场,并且在消费升级的大背景下,消费者越来越注重餐厅的社交场景,社交和轻食是一种新型且专属于年轻人的生活新方式。总之,选择原因的多样化也让笔者看出轻食在大学生群体中占有重要的地位。

##### 4.4 大学生对轻食的选择

50% 的大学生从不去轻食餐厅,27.34% 一月两次,16.41% 一周一次,6.25% 两天一次。64.84% 的大学生能接受轻食的价格为 20 元以下,31.25% 能接受 20~30 元一份的轻食,2.34% 能接受 30~50 元一份的轻食,1.51% 能接受的价格为 50 元以上。轻食讲究营养的均衡搭配,大多是一些热量低、口味比较单一的食物,除少数健身、减肥或保持身材的群体,多数大学生都会选择味道更加丰富的饮食。但从另一个角度看,作为“舶来品”的轻食,也逐渐被接受并受到一些人的喜爱<sup>[4]</sup>。原因之一是受生活、学习压力的催化,人们更愿意追求高效的就餐方式;原因之二是人们对自身健康愈发重视,从食疗的角度出发,轻食更有助于人体健康,符合大学生对健康的不断追求。

关于轻食的价格:首先,轻食的受众群体为年轻人,如商业白领,健身减肥人士等此类高消费群体,且轻食受众群体较少,所以定价高;其次,轻食的大部分食材都要保持一定的新鲜度,要求品质和卖相兼得,则食品制作成本较高,自然定价较高;最后,与其他我们所熟知的快餐店相比,轻食餐厅的基数小,因此缺乏足够的竞争市场,这也是轻食价格高的一个原因。从数据可以看出,在校大学生对平价轻食的需求较大,希望市场上出现性价比高、营养均衡、品种多样的轻食餐。

##### 4.5 大学生对校内轻食餐厅发展的期许

77.34% 的大学生赞同在大学开设轻食窗口,有 22.66% 对此没有很大的需求。56.25% 认为吃轻食彰显了对生活的积极态度,43.75% 持相反意见。90.63% 的大学生看好轻食行业未来的发展,9.38% 对此持相反态度。现如今,大学生们都非常注重自己的身材管理,选择吃轻食减肥或控制体重。轻食也可用来调理日常食用油膩产品而产生的身体负担,所以轻食的市场需求非常大。因此,在大学食堂开设轻

食窗口能很大程度满足这一需求。例如,四川大学食堂就开设了“轻食”窗口,既满足了师生对养生餐和健身的需求,又提供了健康绿色的饮食。可以看出,轻食这一健康概念逐渐形成,人们为了追求更加健康的生活而选择轻食。在现代社会,更表达着年轻一代积极向上的生活态度。总之,轻食作为一种健康、时尚的生活理念,在中国依托互联网庞大的信息资源和快捷的传播速度受到的青年消费群体的喜爱,市场前景广阔。

## 5 问题与建议

### 5.1 问题

根据问卷调查和资料显示,现如今中国大学校园的轻食餐厅主要出现以下问题:①品类单一,缺乏地方特色,性价比低;②轻食普及度低,消费者消费习惯尚未形成;③轻食门槛低,同质化严重;④淡旺季和每日消费淡旺时段需求的不平衡。

### 5.2 建议

针对调查得出的问题,笔者从大学生、商家、学校以及社会这四个角度提出以下主客观相结合的具体建议。

#### 5.2.1 大学生角度

大学生群体可大胆尝试轻食,走出饮食的舒适圈,多了解轻食文化。也可与健身和减脂群体多交流,向其学习自律的生活态度,形成消费习惯。课余时间可用轻食替代零食,在补充能量的同时也可确保健康。可将轻食餐厅作为社交场景,共享轻松绿色氛围。热爱轻食的学生群体也可将轻食广泛宣传,从而扩大轻食消费圈。

#### 5.2.2 商家角度

商家应增加菜品种类,注重食材搭配、融合创新,还可结合地方特色,推出大学生喜爱的菜品,形成地方特色轻食文化。将轻食餐与减脂健身餐区别开,引导消费者形成正确消费认知<sup>[5]</sup>。商家可通过线上线下同时对店内轻食产品进行宣传,利用微信等社交软件,建设品牌轻食交流社区,以大学生为核心人群建立流量池,也可加大优惠力度,从而吸引更多消费者。商家应尝试降低原材料的周转成本,打造高性价比产品。商家应注重食材品质,以高标准要求自己。积极与第三方合作,吸引更多客源,与其达成合作,使轻食产品入驻<sup>[6]</sup>。同时,为学生推出套餐,形成一定的销售规模。此外,商家可与大学生签订协议,让其代理产品,扩大销售渠道。将轻食与西餐这类较强休闲社交属性的产业相结合,吸引更多的潜在消费者。在消费旺季加大食材的储备量,以免客源流失,消费淡季打造热轻食,加大受众面。依托线上APP合理分配淡旺时段餐量,及时满足客户需求。

#### 5.2.3 学校角度

首先,学校可在食堂里开设轻食窗口,同时考虑到学

生们的经济水平,食堂提供的轻食价格应适中,健康与高性价比的食物才能更好地满足在校大学生的需求;其次,学校应为轻食提供更好的发展环境,如食堂与线上相结合,学生们能根据自己的喜好订购轻食餐,同时也起到了宣传作用;最后,学校也可在此小程序提供意见收集,促使校园轻食餐的优化与升级。校园轻食也应多样化发展,可以与一些轻食品牌合作,以学校为平台,促进校园轻食的良性竞争,更好地传播与发展轻食主义文化,打开品牌轻食的知名度,提高轻食餐的普及程度。

#### 5.2.4 社会角度

轻食行业应该提高准入门槛,促进轻食品牌间的良性竞争;还应加强监管,让“假健康、假绿色”轻食退出轻食市场,从而提高轻食整体质量;社会各界也应提倡轻食主义,不只是吃轻食,要让绿色健康的生活理念贯穿人们生活的方方面面,不断塑造和完善中国国民的合理膳食行为;可对高校采取轻食补贴政策,引导大学生群体形成更加健康绿色的消费观念;为轻食餐饮从业人员、潜在创业者提供有益的支持,帮更多餐饮从业者把握轻食餐饮的发展机遇,推动商户从“供给侧”进行转变升级,提供更多健康、优质、丰富的轻食餐品,进而让轻食成为更多人士的健康选择。

## 6 结语

本调研报告在王敏珊老师的悉心指导和严格要求下已完成,从主题选择、方案论证到具体设计和实施,都离不开老师的指导与项目成员的配合。本科还处在学习阶段的项目成员们,有幸有此次锻炼的机会,能够展现所学专业知能。不积跬步无以至千里,在日后的学习中,项目成员们也会加倍努力,虚心听取老师意见,不断积累经验,从而更好地掌握和运用专业知识。本调研报告的顺利完成,也归功于学校提供的优质学习资源,在此向四川外国语大学成都学院国际商学院商务英语系表达由衷的谢意。

### 参考文献

- [1] 李志鹏.大学生轻食市场调查研究——基于三亚地区的高校轻食市场[J].现代营销(下旬),2021(3):134-135.
- [2] 李艳彬.轻食|人如其食[J].东北之窗,2020(7):44-47.
- [3] 张配豪.餐饮市场的“轻食风”[J].人民周刊,2019(17):42-43.
- [4] 孔祥柯.轻食在成都的发展现状及策略研究[J].现代食品,2019(7):1-5.
- [5] 于佳琦.轻食需求及其市场现状分析[J].食品安全导刊,2021(7):181-182.
- [6] 刘哲.“互联网+”背景下轻食产品的营销策略研究[J].商业观察,2021(10):35-40.