

7人吃自助螃蟹摆满桌引热议

# 自助餐厅如何赚钱的，还是好赛道吗？

5月5日，7人吃自助4小时炫300多只螃蟹摆满桌一事引发关注：有网友质疑7人和商家一起做广告炒作。当事人张先生透露，当时一行7人大概吃了4个多小时，一共吃了300多只螃蟹、80多碗杨枝甘露、四五十盒榴莲，此外还有不少甜虾、生鱼片、小龙虾等其他食物，目前几人身体并无大碍。针对职业吃播的质疑，当事人张先生称，拍下就餐视频只是为了记录生活。

提到吃自助，不少消费者的第一反应可能是“怎么吃才能回本”。在社交媒体平台，相关的教学贴也数不胜数。2017年，红极一时的连锁自主品牌金钱豹倒闭，还曾被网友戏称“大家吃垮了金钱豹”。

那么，大胃王真能吃垮自助餐厅吗？自助餐厅又有哪些控制成本的方法？对餐饮企业来说，自助餐还是一条好赛道吗？

## 当事人称自己按需取餐 否认为职业吃播

五一假期，抱着既能吃到品类丰富的食物，又能享受到相对划算价格的想法，张先生与朋友们相约在青岛一家连锁海鲜自助餐厅聚餐。从当天下午5点就餐开始，7人一共吃了4个多小时，直到晚上9点店铺打烊才结束。张先生表示，自己和朋友只是按需取餐，并非专门挑选螃蟹等单价相对较高的餐品食用，除了螃蟹、榴莲外，几人还食用了店内其他日常食物。

针对网友质疑其是否为职业吃播，张先生表示，自己和朋友都有本职工作，拍下就餐视频只是为了记录生活；针对网友关心的自己和朋友目前身体状况问题，张先生则解释，自己和朋友并未出现急性肠胃炎等其他不适症状。

张先生和朋友就餐的海鲜自助餐厅单人团购价160.4元，限制用餐时间为2个小时，那么为何会出现上述吃到店铺打烊才结束的情况呢？

据张先生就餐餐厅的工作人员介绍，自助餐限时两小时，但一般会放宽半小时用餐时间，出现张先生这类情况纯粹是因为五一期间店铺生意太好，工作人员疏忽，忘记提醒顾客所致。

对此，张先生表示，自己和朋友非常感谢商家的宽容，同时并不主张大家抱着“给商家上一课”的想法去吃自助，更不提倡浪费食物，“我们并不是一开始就拿了这么多，而是吃完再取，拿的都吃完了”。



网络图片

## 大胃王能吃垮自助餐厅？ 业内人士揭秘自助餐厅如何控制成本

“就算客人放开吃，自助餐食材成本也很容易超过售价。”在餐饮行业从业十余年的李先生介绍。

以自助餐常见的肉类为例，冻肉和新鲜肉类进货价差异程度往往超乎消费者想象。李先生介绍，就自己所知的某些自助大骨头店来说，冷冻“牛骨/排骨”在某农产品市场进货只需8块钱一斤，以一个成年人一次性吃三斤来算，共计24元的成本，却可以标69元/位的价格。

中国食品产业分析师朱丹蓬透露，海鲜类产品以鱿鱼为例，冷冻鱿鱼和新鲜鱿鱼差价较大，同时，冷冻鱿鱼按照价格又可以分为一级、二级、三级等等。而以螃蟹为例，部分自助餐厅提供的螃蟹很有可能是进价只需8块钱一斤的小螃蟹，并非动辄三四十元一斤的大闸蟹。

“做自助这一行，食材原料的水很深”，李先生解释，“如果使用新鲜的肉类，自助店需要每天早上采购、加工食材，再端上桌，原料成本、人力成本都比直接买冻肉高得多，不少自

助店都会用冻肉”。

在菜品口味上，自助餐厅也有讲究。朱丹蓬介绍，大部分自助餐口味会偏甜、偏油、偏咸，从而使消费者在短时间内产生饱腹感，或者诱导消费者多饮用饮品。此外，甜点、寿司、油炸物等高热量、易饱腹的食品也常被摆在显眼的位置，这样不仅能起到饱眼福的作用，还能减少消费者对高价食物的需求量。

除食材成本外，自助餐厅在人力成本上的花费相较于其他餐厅也更少。李先生介绍，一些低端自助餐大部分餐品都是半成品，加热即可食用，烹饪技术难度低，所需要的人力成本也相对较少。

朱丹蓬介绍，目前国内自助餐厅主要有两种不同模式，一是以儿童为主要消费对象的自助餐，毛利率在40%左右；另一种是以商务人士为主的高档自助餐，毛利率则在80%左右。“在定价前，自助餐厅会进行相应的估算，再加上人与人之间的(食量)差异性，完全不用担心大胃王吃垮自助餐厅。”朱丹蓬说。

## 自助餐厅还是一条好赛道吗？

企查查数据显示，2019年后，国内自助餐相关企业增速变缓，近3年相关企业注册量大幅下降，自助餐企业新增注册量从2019年顶峰时期的4510家锐降至2022年的1177家，在2020年、2021年、2022年分别减少了27.45%、43.03%、36.86%。截至2023年5月5日，北京、上海、广州、深圳四市现存自助餐相关企业仅6358家。

那么，对创业者来说，自助餐厅还是一条好赛道吗？

对此，李先生认为，与餐饮企业的传统商业模式不同，自助餐更像是消费者与商家的一场博弈。虽然几十块钱的平价自助餐能让消费者享受到各种荤菜吃到饱的快感，但很难同时提供优质的食材和周到的服务。

“现在的消费趋势和之前相比已经发生了很大的变化，现在的人更看重食材的品质、餐厅的特色，当吃饱已经不成问题的时候，吃好就会变得更加重要。尤其是当各种自助餐

套路、餐饮行业‘黑科技’在互联网上被爆出，商家会发现，消费者已经开始不买账了。”李先生说。

不过，也有部分老牌连锁自助餐品牌依旧坚挺，例如有着“童年回忆”之称的披萨自主品牌好伦哥、分店遍布全国各地的比格披萨等。朱丹蓬认为，业内优质的自助餐品牌主要抓住了供应链、成本以及客群定位三点，打造了自己的品牌效应。

朱丹蓬指出，部分自助餐厅倒闭的出现并不意味着自助餐不是一条好赛道了，不过，在国家提倡高质量发展的大背景下，个人消费趋势和产业端都在升级，自助餐靠人头赚钱的盈利模式正逐渐走向靠品质盈利的模式。

“自助餐赛道正在洗牌，一些价格太低、品质不行的品牌会被刷掉，但是一些以品质为核心、拥有自己特色的企业并不会被淘汰”。朱丹蓬说。

(据《新京报》)