

葡萄园社区老人助餐中心

探索舌尖上的“老有颐养”

□本报记者 李霞

“走，该吃饭了，吃罢饭咱们接着下。”6月23日上午11时多，卫东区东安路街道葡萄园社区幸福来敲门邻里中心，下完象棋的孔繁旭招呼几个老伙计去棋牌室旁边的老人助餐中心吃饭。

孔繁旭今年64岁，家住恒大开发18号院，独居的他平时吃饭爱应付，“啥时饿了啥时吃，有一顿没一顿的”，自去年6月葡萄园社区老人助餐中心开业以来，他便成了这里的常客。

1 实惠又卫生 老人笑言“长胖了”

葡萄园社区党委书记张莉说，社区老人助餐中心是专为老年人提供营养配餐的场所，由卫东区民政局、东安路街道、河南孝之源养老服务有限公司联合设立，采取政府主导建设，企业运营的模式，专为社区老年人提供膳食加工配制、居家配送、集中用餐等服务，重点解决辖区高龄、独居、孤寡、失独、失能家庭的日常用餐难问题。助餐中心自去年6月成立以来，深受辖区老年居民欢迎。

上午11时多，刚走进葡萄园社区老人助餐中心，浓浓的饭香就扑鼻而来。冬瓜炖肉、凉拌三丝、蒜香西蓝花、番茄炒鸡蛋、焖面、煎饺等十多种菜品摆在柜台，老人们根据自己的喜好选择菜品。60岁以上的老人来用餐，两荤一素三个菜一碗米饭再加一碗汤，仅需10元钱。

“自己在家做饭，一做就剩，一吃就剩，剩饭怪可惜，吃剩饭又很烦，还是在这儿吃省心省力又省钱。”今年65岁的李英老人家住附近的卫东区法院家属院，她与老伴除早餐外，午饭和晚饭经常在老人助餐中心解决。

“明天中午我几个朋友来家里聚会，中午正好每个人一份。”当天，李英与老伴不仅在这里吃了午饭，还向中心服务人员预订了第二天午餐所需要的7份不同口味的手工饺子。她说，在这儿吃饭实惠又卫生，除中餐外，早餐、晚餐一般花个三四元就能吃饱，而且这里的服务人员对老人们都很好，让人有种在家的感觉。

70岁的独居老人鲁惠琴过去总是一个人做饭吃，总感觉没滋没味的。“现在我一天三顿都在这里吃，不仅自己不用做饭了，大家在一起也热闹，我再也不感到孤单了，胃口也好了。瞧！在这儿吃一年，我都长胖了。”她笑着说。



6月23日中午，在卫东区东安路街道葡萄园社区的老人助餐中心，一位老人在享用服务员送到桌上的焖面和鸡蛋汤，他的脸上浮现出满意的微笑。
本报记者 李英平 摄

2 舌尖到心间，用心做好每一餐

油热了，操作间内“刺啦”一声，厨师李克平将土豆丝倒入锅中，迅速翻炒起来……

助餐中心的操作间用玻璃隔开，坐在餐厅内，可以清晰地看到厨师及服务人员在里面忙碌的情景。

李克平今年56岁，自助餐中心开业后，就一直在这里当“大厨”。提起在助餐中心做饭与外面普通餐馆有何不同时，他说，由于助餐中心是专为社区老年人服务的，所以饭食一般都根据老年人的口味设计。老年人喜欢清淡，他们在炒菜时就会尽量少放油、少放辣椒等调味料，并将菜炒得时间长一点，味道淡一点。为让饭菜做得更软烂些，他在蒸小酥肉、

红烧肉等蒸碗时，会比正常时间多蒸10多分钟，蒸米饭时水会放多一点，蒸的时间也会延长一点。

自开业以来，助餐中心每天早晚餐供应的包子深受老年人欢迎。原来，这里面也有秘密。“包子馅都是当天现打现调的，老年人爱吃素，我们就准备了萝卜干的、韭菜鸡蛋的、莲菜粉条的等好几种，肉包子馅比平常人吃的更碎些，放调料也会注意少放，做到味道清淡还入味，包时皮会擀得薄些，做到皮薄馅多……”早餐工刘惠平一边调包子馅，一边介绍说，这样做出来的包子很家常，老年人好消化，吃着也有食欲。

河南孝之源养老服务有限公司

葡萄园助餐中心负责人赵丽辉说，公司有专门的厨师及营养师团队，根据老年人的特点，从专业角度制定健康食谱，一周一谱，菜品除符合老年人喜欢的软、烂、易消化的饮食特点外，更注重低脂、低油、低盐及营养丰富搭配。具体到这个助餐中心来说，主要有两点：一是每餐准备的菜品都会在10个以上，希望老人有尽可能多的选择；二是中心会根据营养师的指导，定时推出一些健康菜品，如降血糖的苦瓜、减轻便秘的空心菜、糖尿病人吃的荞麦面条和豆面条等。这样，老人不但可以享受到价格优惠，还让老人的营养更均衡。

3 一站式服务，探索“老有颐养”民生幸福标杆

由政府建设运营的社区养老中心食堂一直都受到社区老人的欢迎，但空间和专业运营人员的缺乏，让项目的运转常常陷入难题。为破解“建设起了运转不下去”的难题，东安路街道向市场化品牌餐饮连锁企业购买服务，形成社区养老中心饭堂领域的“政府+市场”新机制，为我市居家养老助餐服务提供了一种新模式。

“提前‘筑好巢’才能‘引来凤’，

我们也是在积极探索阶段。”社区党委书记张莉表示，为了将好事办好，葡萄园社区首先出面对餐厅进行了建设装修，为老年人提供温馨舒适的就餐环境，为养老机构提供符合标准的配餐设备，然后由街道及卫东区民政局出面，多次联系有意向提供长者助餐的企业，并协商制定助餐的相关扶持政策，最终才引进孝之源这家专业养老服务公司，入驻葡萄园社区老人助餐中心。

另外，社区还围绕“老有颐养，老有所乐”这一民生幸福标杆，探索创新“老年助餐+N”模式，将助餐中心设在葡萄园社区新成立的幸福来敲门邻里中心。邻里中心设置有健身房、舞蹈室、书画室、图书馆、棋牌室、按摩休息室等娱乐活动室，老年居民吃过饭后可以就近休闲娱乐，享受能吃能玩的一站式服务。这种模式尽量满足社区老年人多样化、多层次的服务需求。