

好食糧節約唱歌

楊占武快板集



陝西省糧食廳編
長安書店出版

說唱節約糧食好

魏占武快板集

陝西省糧食廳編
長安書店出版

說唱節約糧食好

(快板)

楊志武執筆

陝西省糧食行主編

長安書店出版

西安東大街318號

西安市書刊出版業營業許可證出字002號

陝西省新华書店發行

西安東四路105號印刷廠印刷

787×1092 1/32 印張：1

1980年4月第一版 1980年7月第一次印刷

印數：30,001—33,000

統一書號：T1104·5.791

定價：(75)0.11元

目 录

节约用粮很重要.....	(1)
节约食堂节约饭.....	(8)
王老汉戴上光荣花.....	(14)
新法做饭好处多.....	(22)

節約用糧很重要

竹板打的嘩啦啦响，
節約粮食为的啥？
八十岁老人門前站，
人是鉄，飯是鋼，
再从大处来算賬，
咱們国家要富强，
开矿山，修鉄道，
工业化，要實現，
全国工人有几千万，
国家建設离不了粮，

粮食本是宝中宝，
有些人，不自觉，
比个例子說一說，

王胡董，和他媽，
家里只有四口人，
沒滿三月吃用尽，
过日子，沒計劃，
收麦以后退了灶，

大伙都說食堂好，
自家做飯真个嫌，
面磨白，饅蒸軟，
早晨蒸，晚上烙，

听我把節約用粮講一講，
人人天天离不了它。
一日也要吃兩頓飯。
一頓不吃心里慌。
粮草先行第一桩，
先要建設大工厂。
飞机火車咱要造。
工人階級打前站。
每天劳动要吃飯。
军队也要供应上。

節約用粮很重要。
糟塌浪費实在多，
把人肚子能气破。

还有他婆娘再他娃。
夏粮分了八百斤。
你看怕人不怕人？
誰吃浪費要大娃。
蹲在屋里偷着笑。

他偏暗地砸洋炮，
这一下咱可自由了！
油泼辣子葱花卷，
晌午給咱捏煮角。

吃粘面、不带湯，
澆水片片鍋盔饅，
圪塔饅、擀一院，
做一頓，吃一天，
國里的粮食他不管，
好粮坏粮一齐攬，
有人說他他还驕，

这种糟蹋还不算，
他媽今年五十六，
亲戚六人一大群，
摆筵席，大吃喝，

一碗更比一碗香，
干烂臊子挑餡饅。
案上摆的是剩飯。
剩下的倒在猪圈里边。
老鼠咬了一大滩。
赶紧就向飼养上端。
他說性口和人都一样。

更大的浪費在后边，
王胡董張罗給做寿。
他姨他姑他表妹。
沒想以后咋过活。



客人吃的笑嘻嘻，
反正吃完咱不管，
八百粮食三个月完，
找队长、寻主任，

气的主任开了腔，
没有吃的全怪你，
拿上个例子比一比，

老李家里也四口人，
吃的省、用的细，
日子越过越美气，

人家省吃俭用很节约，
人前常有一句话，
你大吃大喝一时香，
你把粮食浪费完，

说的老王眼睛瞪，
回头问声老李哥，

老李一听笑哈哈，
主要靠的我老婆，
烧饭会节约。

只要乏炭有蓝焰，
穿衣服、有计划，
旧衣服、拆洗净，
不花钱、省布证，

王胡董心里有主意，
国家总要叫人吃饭。
肩膀上就把口袋撮。
不吃饭干活没有劲！

刚收麦你就闹粮荒？
公社不负这责任。
先看怪你不怪你？

留粮和你一样的。
粮食还有一大囤。
劳动越来越积极。

你要肥吃又海喝。
给你安上美扎啦！
没有粮食该受凄惶。
没有吃的受艰难。

原来我浪费太严重。
粮食咋个能节约？

节约粮食办法多。
我老婆做衣、磨面、
听我给你说一说，

一定能够煮熟饭，
补补联联过一夏。
一样能顶新的用。
节约下棉花国家用。

老李哥說的太羅嗦，

我問你糧食咋樣能節約？

老李一听放聲笑，
不是我拿大話吹，
思想上要扎勤儉根，
過日子不是做生意，
細水長流經常有，

你这性子怪急躁，
拾金子不在打雞起。
處處注意沒浪費，
一陣高來一陣低。
精打細算能長久。

我老婆有條好經驗，
磨的多、面又好，

百斤糧能磨百斤面。
因此她把竅門找，



粮食簸净再入水，
上磨前、用牙咬，
簸簸轻、抖撒净，
常言麦磨十八遍，
这样做、实在巧，
不是我自家夸自家，
忙吃稠、闲吃稀，
农忙天长吃三餐，
把面拚薄水添深，

不湿不干刚刚美。
酥糯粮食磨面好，
磨里没把麸子剩。
遍遍都能磨出面。
既省劳力多磨面。
好他还能做饅有办法！
过年过节吃好的。
农闲两顿就“帮尖”。①
有面有汤吃滋润。



做饭前把人口算，
能吃饱、不剩饭，

称好米面再做饭。
一年省粮能上石。

吃用粮食要划算，
做飯能叫頓頓欠，
倉庫总有米萬石，

一步不到受艰难。
萬不敢做下吃不完。
也怕剩粥和剩飯。

蒸饅她還有經驗，
連湯面、多下菜，
紅薯、蘿卜、菜塌塔，
酸菜混作味道好，
能吃饱、能吃好，
棉花花拾下二百多，
甜苣菜摘下几老籠，
酸菜泡下几大壺，

一百斤面能蒸一百八十七斤半。
吃起實在美的太。
抽空她把野菜挖，
花樣又多用糧少。
代用食品也不少。
芝麻叶我拿席團擲。
榆錢叶我還經常弄。
這些都能頂糧用。

說的王胡董瞪了眼，
咱們年年在丰产，
打下的粮食吃不完，

你說這話有缺點。
大囤鼓堆小囤滿。
为啥还要把野菜挖？

叫老王、眼莫瞪，
丰年防备灾年荒，
現在看你是青年，

心里莫犯急躁病。
有錢防备沒錢用。
再过几十年变老汉。

富日子要当穷日子过，
养成細水长流好習慣，
每人每天节约一兩飯，
全省就是180萬，
拿一年、來計算，
过上一千五百六十一萬年，這些粮食一人也难吃用完。

省下了粮食不挨餓。
不信你把細帳算。
依咱陝西來計算，
折合市斗9千石，
一年就是三千二百九十五萬石。



老王一旁把头点，
过去浪费太危险，
今天你把细帐算，
瞻前顾后精打又细算，
节约粮食我牢牢记，

这句话打开了我的死心眼。
一星半点看不到眼。
好象吃了清凉丸。
勤俭持家日月甜。
利国利民利自己。

注①：陕西地方语汇，差不多的意思。



節約食堂節約飯

党中央把号召发，
为的产量翻加番，
为的社会主义大发展，
人民一听心高兴，
今天不把别的说，

各项work为大家。
为的卫星飞上天。
为的人民生活更美满。
开展节约大运动。
听我给咱说节约，

陕西省、粮食厅，
三国有个诸葛亮，
他凭的指、凭的算，

节约战线打先锋。
咱们比他更在上。
咱们实际来锻炼。

五九年，八月间，
一共办了整三期，
互相交流学经验，
新的技术推全面，

成立炊事训练班。
期期办的有成绩。
为的是节约粮食吃好饭。
开始又把食堂办。

节约食堂有多远？
西安市、东大街，
到了驢馬市街口，
隔一家、往里看，

这里说明有地点，
过了钟楼看招牌。
从这再往西边走。
里面卖的节约饭。



节约包子节约面，
付食品、样样多，
萝卜白菜代红苕，
这四种都差不多，

节约蒸馒头和米饭。
人老三辈没见过，
洋芋吃起真个“燎”！①
听我把洋芋说一说，

洋芋包子洋芋面，
洋芋糍粑吃起“溜”，②
洋芋蒸饺特别美，

洋芋裹皮调些蒜。
这东西可以做早点。
不吃想的流涎水。

炊事员、勤学习，
煮面条、擀的溜，

技术不断往高提。
听我给大家来介绍，

擀下面、薄如紙，
切下就象白棉綫，
撈在碗里賽牡丹，
擀的薄、切的細，
索面条、就是餡，
論粮票、只二兩，

既中吃來又好看。
下在鍋里蓮花轉。
挑上筷子攪秋千。
吃到口里真有味。
一毛錢能買一大碗。
吃了這碗把那碗想。

說米飯，能增量，
過去一斤米只蒸47（兩），
有些老乡开了腔，
老乡們莫要多顧慮，
不但好吃還好看，
炒下米飯象散沙，
吃到口里香又甜，

它和過去不一樣。
現在蒸到81（兩）。
大概你是燒米湯。
吃上一回就知底。
而且還能炒米飯。
不是粘成一疙瘩。
一碗只賣四分錢。

說蒸饅，更是嫩，
不管有鹹或沒鹹，
這方法、要推廣，
好吃好看又美麗，
又白又光饅又麥，

听我給大家再介紹，
饅面蒸撈實在詔。
一斤面能蒸1斤15兩。
真象是雞蛋剝了皮。
三分錢就可買一個。

以素代葷樣樣多，
肉絲肉片条子肉，
洋芋做下黃燜雞，
又省錢、能吃飽，

听我給咱說一說，
過油肉它拿洋芋做。
看起就象是真的。
都說節約食堂辦的好。



再談九月二十三，
来了一个冒失鬼，
看年龄不过二十多，
尖尖的下巴长长的臉，
留平头、不戴帽，

大約就是陶午偏，
把他急的一头水。
中等汉子圓眼窩，
手里他提提斗撓。
小伙性子怪急躁，

剛进門、就叫菜，
坐下沒有一分鐘，
服务员、咋个搞，
到这里都能睡一觉，
服务员、把飯端，

吃飯来个快上快，
桌子擰的咚咚咚，
叫人等的受不了！
一碗米飯还没到，
他还埋怨了一大滩。

来往吃饭人不断，
口里吃、眼胡看，
服务员、面带笑，
慢慢吃、不要慌，

这位同志很少见，
米花撒下一桌面，
开言就把同志叫，
不敢撒在桌子上，

这同志、把眼翻，
我要马上开会去，
我越急来你越疲，

宛平县县长你管了个宽！
咋能叫人不着急？
抛撒粮食没关系！

服务员、又发言：
咋能说抛撒没关系，
经过收、经过种，
手绢要过几十遍，
你不吃、来浪费，
一句话，没说毕，

话可不能这样谈。
这米来的不容易，
经过多少人劳动，
才能把它做成饭，
这个作风太不对，
拾起就往嘴里吃，



这同志，把臉变，

真是成心給我弄难看？

同志莫要扯臉变，
因为你沒把細帳算，
每人每天节约一口飯，
再拿全国米計算，
要是换成拖拉机，

并不是給你弄难堪。
听我給你慢慢談：
一年就是一大滩。
省粮就是千万世。
它对农业最有力。

說的这同志把头点，
看人家、是青年，
咱們也是父母生，
今天节约食堂我吃飯，

思想上正在轉圈圈。
說話做事理很端，
学下一身瞎毛病，
簡直把我的腦子換。

服务员，我的哥，
因为我的学习淺，

刚才全是我的錯！
說話做事有缺点。

筷子一擱往外走，
叫同志，不要慌。

服务员同志拉住手。
有一件东西你带上。

四四方方一小片，
虽然东西看起小，
回家你做节约飯，
你要把它来看完，
今后大量作宣傳，

印的清楚看的显。
真是一个无价宝。
不会就在上边看，
新法做飯不作难，
爭取一个模範宣傳員，