



一本书速成 餐桌 达人

梁志伟 编著

你该懂的餐桌必备礼仪
如何在餐桌上促进人际关系
怎样将餐饮文化做到完美



天津教育出版社
TIANJIN EDUCATION PRESS

一本书速成
餐桌达人



天津教育出版社
TIANJIN EDUCATION PRESS

图书在版编目(CIP)数据

一本书速成餐桌达人 / 梁志伟编著. — 天津: 天津教育出版社, 2011. 5

ISBN 978-7-5309-6283-1

I. ①一… II. ①梁… III. ①饮食—文化—中国—通俗读物 IV. ①TS971-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第245148号

一本书速成餐桌达人

出 版 人 胡振泰

作 者 梁志伟

选题策划 徐 彤

责任编辑 董 刚

封面设计 

出版发行 天津教育出版社
天津市和平区西康路35号 邮政编码: 300051
<http://www.tjeph.com.cn>

经 销 新华书店
印 刷 北京画中画印刷有限公司
版 次 2011年5月第1版
印 次 2011年5月第1次印刷
规 格 16开 (787×1092毫米)
字 数 105千字
印 张 16

书 号 ISBN 978-7-5309-6283-1
定 价 32.00元



前言



在当今社会，由于大众传播媒体的迅猛发展，各种信息的传播空前迅速。尽管如此，在餐桌上进行的信息沟通仍具有大众媒体所不能替代的作用，而且餐桌上沟通的信息往往更生动、给人的印象更深刻，更富有启发性。

愈来愈多的公务、商务人士相信，餐桌是一个绝佳的交流平台。宴会上，陌生人可以由不熟悉变得熟悉，一直心怀戒备的人相互之间也可以变为知己。即使是简单的一餐，有时也能起到事半功倍的效果。

作为交往中促进人际关系发展的重要手段，宴请不仅能够快速缩短宾主之间的距离、消除双方之间的误解和摩擦，而且可以扩大视野和交际圈子，还能展示一个人的素质和才华。据报载，目前一些大型私营企业集团招聘员工时，甚至将“看吃相”作为一种辅助面试的手段，把“看吃相”时掌握的信息与业务经验考察等要素结合起来，综合分析一个人的能力。

在社交活动中，人们常常根据对方的外貌、举止、谈吐、服饰和应对进退等表面特征对其作出初步评价，并据此形成第一印象。这种人际认知的第一印象虽然具有表面性和片面性，但一旦形成则往往使

人产生某种心理定式，对人际交往的成败和人际关系的融洽与否起着重要作用。

在宴请过程中，一些人们经常会犯的细小错误也有可能成为你交际中的“败笔”，因为，这些看似微不足道的缺点会使别人对你的智慧和能力产生怀疑。所以，任何人想要培养个人魅力，都应该远离这些“错误”。实际生活中，我们有时是以个人身份去赴宴，此时表现的纯粹是个人形象；有时则是代表组织或单位去赴宴，此时个人代表的则是组织或单位的形象；甚至有时一个人的言谈举止还会被外界视为一个民族、一个国家的形象，这时你的言谈举止就决定着他国人士对你的国家的评价。

因此，在社会交往和现实生活中，通晓宴请礼仪、提高社交礼仪方面的能力和加强社交礼仪修养是大有裨益的。宴请好比开展一项公关活动，是要精心设计和准备的，还要考虑到方方面面的问题，比如宾客的社会地位、风俗习惯、个人喜好等。要合理策划，才会使宴请锦上添花，更能使你在宴席之中占据主动地位，从而带动事业取得更大成功。

餐桌如战场，宴请无小事。本书针对以上种种因素，对宴请的形式、宴请的对象、订餐的技巧、赴宴的着装、点菜、敬酒、席间交谈、酒词助兴等作了全面、详细的介绍，并且有针对性地分析、解答了请客吃饭过程中经常遇到的各种难题。精心设计、自成体系的宴请待客之道，能使你在宴席中占据主动，从而带动事业取得更大的成功。

编者

2010.7



目 录

Chapter 1

生活中必不可少的场景：餐桌礼仪 . 1

第一节 中国古代餐桌礼仪 2

第二节 餐饮礼仪体现个人修养..... 4

第三节 懂一点餐饮礼仪，多一点美食回味 ... 5

Chapter 2

餐桌是培养感情的好地方 9

第一节 吃出爱情滋味 10

第二节 浪漫餐饮有礼仪 16

第三节 在餐桌上施展好口才..... 21

第四节 到恋人家吃饭的礼节..... 24

第五节 幸福从厨房开始 26

Chapter3

商务宴请的智慧清单 29

第一节 商务宴请的准备细节..... 30

第二节 商务用餐过程中要注意的细节 35

第三节 商务宴请活动的男性着装礼仪 38

第四节 职场女性如何巧妙安排商务宴请 40

第五节 商务宴请之工作餐细节分析 43

Chapter4

邀约饭局的细节 49

第一节 宴请的动机与理由..... 50

第二节 宴请形式因人而异..... 52

第三节 回复邀约的礼仪 60

第四节 如何做宴会主人 61



Chapter 5

订餐成功秘诀 63

第一节 正确区分宴请的类型和对象 64

第二节 宴请礼仪之菜单安排 65

第三节 宴客的时间、地点应该怎样选择 68

第四节 宴请的对象有差别 70

第五节 订餐的注意事项 71

第六节 网上在线订餐 72

Chapter 6

点菜成功秘诀 75

第一节 点菜的艺术 76

第二节 菜单是点菜的向导 79

第三节 点菜的基本原则 81

第四节 点菜的技巧 85

第五节 遭遇点菜陷阱之见招拆招 87

第六节 如何成为点菜高手 90

Chapter 7

坐有坐相 97

第一节 宾主落座的位置 98

第二节 入座礼仪 100

第三节 在餐桌上应保持良好的坐姿 103

第四节 宴饮中的礼仪 105

第五节 离席的礼节 111

Chapter 8

吃有吃相 117

第一节 吃相的重要性 118

第二节 餐具与吃相 121

第三节 取菜、劝菜、拒菜、喝酒 127

第四节 哪些事情不可在餐桌上做 136



Chapter 9

完美婚宴礼仪 145

第一节 婚宴的类型 146

第二节 婚宴预订 147

第三节 婚宴邀请及座次安排 150

第四节 婚宴准备 154

第五节 婚宴进行 157

第六节 婚宴致词范例 165

Chapter 10

吃西餐有讲究 175

第一节 餐具的摆设和就坐礼仪 176

第二节 西餐的吃法和餐具的使用 179

第三节 西餐的点餐技巧 183

第四节 食用不同品类西餐时的礼仪 188

第五节 西餐饮酒礼仪 194

Chapter 11

宴请礼仪的制胜法宝 199

第一节 涉外宴请的形式 200

第二节 涉外宴请的基本礼仪..... 203

第三节 一些国家的餐桌礼仪..... 215

Chapter 12

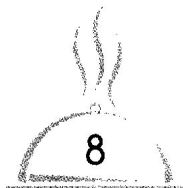
餐桌口才风景独好..... 229

第一节 席间话题的营造 230

第二节 席间交谈技巧 235

第三节 席间交谈的原则 239

第四节 席间交谈的注意事项..... 241



第一节

中国古代餐桌礼仪

自古以来，中国就是“礼仪之邦”、“食礼之国”。懂礼、习礼、守礼、重礼的历史，源远流长。据《礼记·礼运》记载：“夫礼之初，始诸饮食。”而最早出现的食礼，又与远古的祭神仪式直接相关。对此，《礼记·礼运》又有一段概括性的描述，其大意是，原始社会的先民，把黍米和猪肉块放在烧石上烤炙而献食，在地上凿坑当作酒樽用手掬捧而献饮，还用茅草扎成长槌敲击土鼓，以此来表示对鬼神的敬畏。后来食礼由人与神鬼的沟通扩展出人与人的交际，以便调节日益复杂的社会关系，逐步形成吉礼、凶礼、军礼、宾礼、佳礼等“先秦五礼”，奠定了古代饮食礼制的基石。

食礼诞生后，为了使它更好地发挥“经国家、定社稷、序人民、利后嗣”的作用，周公首先对其神学观念加以修正，提出“明德”、“敬德”的主张，通过“制礼作乐”对皇家和诸侯的礼宴作出了若干具体的规定。接着，儒家学派的三大宗师——孔子、孟子、荀子，又继续对食礼加以规范，补充进仁、义、礼、法等内涵，将其拓展成人与人的伦理关系，“以礼定分”，消患除灾。他们的弟子还对师门的理论加以阐述、充实，最后形成了《周礼》、《仪礼》、《礼记》三部经典著作，使之成为数千年封建宗法制度的核心与灵魂。



由于强调“人无礼则不生、事无礼则不成、国无礼则不宁”，食礼与其他的礼，就成为了奴隶社会和封建社会贵族等级制度的社会规范及道德规范，维系剥削制度的思想工具。不过，古代食礼中也有一部分积极健康的内容，这就是人与人之间的行为准则和筵席、餐桌上的礼尚往来。在长期的流传过程中，它被广大劳动人民群众所接受，演变成各种合理的饮食礼仪与礼俗，成为中华民族优秀的文化传统之一。

食礼的涵盖面很广，形式和内容丰富多彩。上自帝王将相，下至黎民百姓，无不与之有着广泛的联系，无不依靠它进行社会交际，经过千百年的演进，终于形成今天大家普遍接受的一套饮食进餐礼仪，它是对古代饮食礼制的继承和发展。

饮食礼制是被国家礼法所肯定的饮食典章制度和重要经籍；饮食礼仪是筵席间为表达某种敬意而隆重举行的各种仪式；饮食礼俗是与礼仪、礼制相关并且在民间流传已久的饮食风习；饮食礼貌是餐饮活动中表示敬重与友情的日常行为规范；饮食礼节是饮食礼仪的节度和饮食礼貌的综合评价。总之，作为“礼”的一个重要组成部分，食礼是饮膳宴筵方面的社会规范与典章制度，是餐饮活动中的文明教养与交际准则，更是赴宴人和东道主的仪表、风度、神态以及气质的生动体现。



第二节

餐饮礼仪体现个人修养

餐饮是一种常见的社交活动，在中国餐饮文化很丰富，且中国人热情好客，很讲究餐饮礼仪。日常生活的一日三餐，每顿都不能少，逢年过节，人来客往，请客吃饭是常事，而社交活动更离不开餐饮活动。餐厅里、饭桌上，优雅得体的举止，既表现了人们自身的文化修养，又能够让大家都愉快地品味佳肴，增进友谊。因此讲究餐饮礼仪是必需的。

这里有一个关于侯宝林“闷茶”的小片断：国内外人士都喜欢老北京的风情，老北京那种忠厚淳朴的味道确实令人难忘。单以饮茶一道来说，北京人不会像浙江、福建一带的人拿着酒盅似的小杯很讲究地啜茗，北京人有自己的饮茶方式。有位朋友在相声大师侯宝林家做客时，侯老亲自为他沏茶，先在茶叶中沏一点开水，盖上盖，过一会儿再进行第二次沏水，并且郑重其事地告诉客人：“给您闷过了。”这透着一种亲切劲儿！

喝茶如此，请客吃饭更不是一件容易的事情。梁实秋先生的文章里引用别人的话说，若要一天不得安，请客；若要一年不得安，盖房；若要一辈子不得安，娶姨太太。梁先生的那个年代，他笔下描述的请客，虽是有钱大户人家“首先要考虑请什么人，拟菜单。吉日



近，买，做，落座前的你推我让，席终，香茗水果侍候，成堆的碗筷办理善后……”简单的一两行字，道尽主人之辛苦。

拿中餐宴会——是指具有中国传统民族风格的宴会来说，当然要遵守中国人的饮食习惯和礼仪规范。就其目的性质而言，大约可分为三种：一种是礼仪性质的，如为迎接重要的来宾或政界要员的公务性来访，以及为庆祝重大的节日或举行一项重要的仪式等举行的宴会，都属于礼仪上的需要，这种宴会要有一定的礼宾规格和程序；另一种是交谊性的，主要是为了沟通感情、表示友好、发展友谊，如接风、送行、告别、聚会等；还有一种是工作性质的，主人或参加宴会的人为解决某项工作而举行的宴请，以便在餐桌上商谈工作。这三种情况又常交相为用兼而有之。宴会的目的形式性质或许不同，但宾主所遵循的基本礼仪是一致的。

第三节



懂一点餐饮礼仪，多一点美食回味

您是否曾经怀着兴奋的心情与好友结伴用餐，却在餐桌前对着满桌的刀叉傻眼，不知该如何下手品尝？别以为这样的情况只会在大型社交场合中出现，要是不注意积累，这样的情况说不准就会发生在您的身上。

人类在历经成千上万年的演化后已经不同于过去原始人的野蛮，原因在于历史文化的累积。饮食上，除了多样化的精致餐饮外，人们也脱离了以前直接用手拿取食物食用，大口喝酒、大口吃肉的时代，变得讲究起餐饮礼仪来了。

餐饮礼仪的大学问，就西方，尤其是法式料理来说，从开胃菜到餐后甜点，甚至品酒，各有其器具以至方法上的规矩，非常烦琐，一不小心出错，往往贻笑大方而脸上无光。过多的礼节更常让人因不习惯而放弃，甚至有人认为吃饭不过是日常生活中芝麻绿豆般的小事，何必拿规矩套着，让自己因拘束而不快，随意地用餐不好吗？

其实，餐饮礼仪不只是用餐时的行为指南，告诉您该喝酒的时候喝酒、该传奶油的时候传奶油；它还是用餐时所应有的基本礼貌，告诉您怎样穿着才得体、怎样响应才不失礼；它更是一种增添用餐情趣的必备常识。例如，当离座的女士再回到座位上时，所有的男士必须起立；端上桌的食物，若想加调料，最好是先尝过一口后再加。前者不用多说，多了一层礼貌的手续，也多了层用餐的愉快气氛；而后者，一方面是尊重厨师，一方面更是让您品尝到食物的原味。

所以基本餐饮礼仪绝对是现代人必须具备的修养之一。尤其在一味要求厨师厨艺与侍者服务品质提升之时，现代人也得适时地提升自己的用餐水准，做个真正的绅士或淑女。不过，大家也不需因噎废食、矫枉过正，不要以为不用手拿起食物就是文明人的表现，实际上，西方人享用面包时，以手剥食远比用牙齿咬来得文雅。

礼仪无国界，东方和西方各自有一套用餐的规矩，只是因风俗民



情而有所差异。例如，在中国或西方吃东西发出声音是不礼貌的行为，但在日本，吃面时发出的声音越大才表示这碗面越好吃，老板听到也越高兴；中国人习惯吃热腾腾的食物，西方人的开胃菜却大都是冷盘。所以，如果不懂得当地的习俗或礼仪，请记得多观察、少开口，从模仿中学习，入乡随俗就对了，可别提出“开胃菜为什么是冷的？”这种令人不知何言以对的疑问。一个懂得吃的人，不会只懂得食物美味，还要会懂得如何品尝。餐饮礼仪如果运用得好，它决不会是一种束缚，反而会是一种乐趣，让您在享用美食的同时，也能适时品尝、适当地交谈，最后在宾主尽欢的情形下，留下最美好的回忆。

人们随着时代的脚步不断求新求变，且日趋精致，但或许是进步得太快，也或许是根本就没注意过，人们记得钻研食物的美味却忽略了品尝食物美味的重要性，经常一道道的美馐上桌，人们却狼吞虎咽地一下子解决，仿佛吃下肚、填饱肚子这顿饭就算结束，这一餐就算圆满了。这不仅没有一点点品尝美食的意境，更连一点起码的饮食文化都看不出来，这对自认文明的现代人来说，不啻是种严厉的嘲讽，更是餐饮礼仪有待加强的最好证明，值得我们深思。