



# 老板,来份“一号餐”

## 在重庆这家餐馆,遇到困难的人报暗号可免单 吃完直接走,小票上没写价格却写了“加油”

“老板,我可不可以来份一号餐?”近日,网友“重庆圈姐”的一条短视频引发关注——她通过暗号“一号餐”在渝北区一家小餐馆免费获得一盘回锅肉、一盘时蔬和一碗米饭。原来,这家店已持续7年提供“一号餐”,只为帮助有需要的人。这一暖心事迹获网友近两万点赞。

### 吃到了一荤一素一饭

这条名为《吃了一份对暗号的“一号餐”,老板的举动让人泪目!》的视频,记录了“重庆圈姐”7月中旬的一次体验。

“如果你遇到困难,只需对店里员工说一份‘一号餐’,吃完直接走,不用客气……加油!”当天,“重庆圈姐”路过一家中餐小店,被门口的红色告示牌吸引,决定进店一探究竟。

“重庆圈姐”报出“一号餐”后,年轻的老板什么也没问,便热情招呼她坐下并端上茶水。很快,“一号餐”上桌:

一盘时蔬、一盘回锅肉和一大碗米饭。“我原本以为是很简单的菜,没想到还有回锅



“一号餐”



周渺

肉,而且分量都很足。”视频里,“重庆圈姐”边吃边感叹道。见她吃不完,老板还主动提供了打包盒。

该视频点赞量近2万,评论量近2000条。网友“自驾无游”说:“我要去吃一号餐,但是必须付费,一定要让爱心传递下去。”网友“巧巧”说:“这顿饭将成为温暖的种子,让爱延续。”网友“MR张”说:“老板不光免费请吃饭,还照顾你的面子,真的仁义。”

### 让点餐者安心又自在

23日午后,记者在渝北区创意公园(轨道交通9号线上海路附近)找到了这家名为“创意小厨”的餐馆。小店主营川渝菜,仅十余张桌子,装饰简单温馨。

老板周渺,30岁,土生土长的重庆人。重庆晚报记者到访时,他正收拾餐桌。交谈得知,周渺从事餐饮行业十余年,7年前在此创业开店,不久后便推出了“一号餐”。在周渺的主张下,“一号餐”设计巧妙——一荤一素一饭的组合与普通菜品无异。店员服务时,也会像对待普通顾客一样,热情询问忌口与喜好,让人感到安心和自在。“一号餐”上齐后,顾客同样会收到一张收银小票,票上没有价格,只有“一号餐”和“加油”等字样。记者对照菜单估算,这份免费套餐实价约45元。

### 延续曾经收获的善意

为啥愿意提供“一号餐”?不担心亏本吗?当记者将视频评论区的热门问题给周渺看时,他腼腆地笑了。

周渺回忆,自己早年前往东北打工时,一度因找不到工作而饿肚子。最落魄之际,一位好心东北菜馆老板不仅提供了免费热饭热菜,得知他找不到工作后,还传授了手艺。这份善意在他心中埋下了种子。

回重庆开店不久,周渺目睹的一幕:一对工人夫妻只点了一份小面,连声说“不饿”。面煮好后,两人又打了一碗米饭,泡在面汤里吃得干干净净。这让他想起了当年的自己,种子就此发芽——几天后,店门口便挂出了周渺设计的“一号餐”牌子。

他补充说,起初“一号餐”是一菜一饭。有次,一位背着双肩包、拎着行李箱的年轻小伙点餐后红着脸说“不太够”。这促使周渺调整了分量,增加了一个菜。

### “一号餐”会随餐馆持续

店员张大姐表示,在周渺的带动下,大家对“一号餐”客人都给予了同样的尊重与热情。“老板常说,出门在外,谁没个难处嘛。”张大姐回忆,前两年



重庆晨报  
民生在线  
扫码关注

难事、烦事、委屈事、不平事、新鲜事告诉我们,记者帮你办

### 记者手记

## 暗号背后的温暖接力

从东北菜馆老板的一碗热饭,到重庆“创意小厨”精心搭配的一荤一素一饭,这份跨越地域与时间的善意,完成了它第一次温暖的“交接棒”。它告诉我们,善意的种子一旦种下,遇到合适的土壤便会生根发芽。

更令人欣喜的是,这份爱心并非单向流淌,而是在悄然扩散。就如视频评论区里,网友那句“我要去吃一号餐,但是必须付费,一定要让爱心传递下去”,道出了无数人的心声——这不再是旁观者的感动,而是行动者的宣言。网友们愿意用自己的方式加入这场温暖的接力,确保小店能持续运转,让爱心源流不断。

周渺手机上的那个小小吊坠,是这场无声传递的见证。这份始于七年前、仍在延续的“一号餐”暗号,以及它激起的爱心涟漪,正是这个时代里,最值得珍视与传扬的回响。当越来越多的人愿意成为链条中的一环,这场温暖的接力,便没有终点。



点“一号餐”的客人略多,今年很少,“老板说这样好,证明大家生活越来越好了!”

周渺通常选择不打扰用餐者。但有一位男顾客令他印象深刻:对方吃完后,将自己的手机吊坠送给了他。如今,这个吊坠仍挂在他手机上。

随着“重庆圈姐”视频热度的增加,也有个别网友质疑小店是否有炒作之嫌。对此,周渺笑着说:“不必解释!”他表示店里生意很好,不需要炒作,自己问心无愧就好。

采访最后,周渺表示,只要餐馆开下去,“一号餐”就会一直在,“只要还有人需要它,这件事就充满意义。”

新重庆-重庆晚报记者 王薇

## 重庆启动2025年制造业中试平台申报 8月6日前可提交材料

为持续推进全市制造业中试平台建设,提升中试平台对先进制造业发展的支撑能力,促进科技创新和产业创新融合发展。近日,市经济信息委发布通知,将组织开展2025年重庆市制造业中试平台申报工作。

据了解,申报对象应处于已建成或在建中,其注册地、主要办公场所、中试场所均在重庆市范围内,以市场机制为牵引自愿建设、自主结合,为处在试制阶段的新产品转化到生产过程提供中试服务的制造业领域中试平台。建设申报主体须为企业、高等院校、科研院所、行业创新平台等具备法人实体的企

业单位和社会组织。场地设备有承担相关领域中试任务必需的试验设备、测试仪器、基础软件和工业软件,有固定中试场地及安全、环保等配套设施,试验场地应相对集中等。

中试平台建设主体于8月6日前填报申报表格,并附相关佐证材料,一并提交所在区域经信部门。各区县经信部门初审后汇总形成《重庆市2025年制造业中试平台申报推荐汇总表》,于8月13日前将相关材料寄送市经济信息委政务服务大厅。

上游财经-重庆晨报记者 陈军

## 10.9吨鲜活黄鳝“打飞的”来渝

7月22日18:30,一架顺丰航空O3248航班满载390箱、重达10.9吨的鲜活黄鳝,从孟加拉国达卡飞抵重庆江北国际机场,平稳降落。这标志着重庆机场进境食用水生动物指定监管场地首次迎来全货机承运的活体黄鳝保障任务。连同本月11日的首批次,两班全货机已高效运送总计46.4吨孟加拉国黄鳝顺利通关。

据了解,这批远道而来的“鲜货”享受了重庆机场提供的“贵宾级”保障服务。为确保这份“舌尖上的鲜美”能以最佳状态抵达市场,顺丰航空、机场地服、货运代理及机坪各保障部门通力协作,量身定制了专属保障方案,并开通了生鲜货物“绿色通道”。从航班落地、快速通关查验到转运出港,整个流程如同按下“快进键”,实现了高效无缝衔接。得益于江北国际机场的高效运作和口岸单位的紧密配合,

该批次进口黄鳝得以快速完成通关手续。完成清关后,这些生猛鲜活的黄鳝将迅速分拨,辐射供应至重庆周边乃至全国的各大生鲜市场,丰富消费者的餐桌。

值得关注的是,这并非一次性运输。顺丰航空计划将此类航线常态化运行,每周执飞3班,预计每批次可带来约15吨的进港鲜货。此次两批次共46.4吨黄鳝的成功保障,为后续高频次的生鲜航空运输奠定了坚实基础。重庆江北国际机场表示,将持续优化进境食用水生动物及生鲜货物的保障流程和服务效率。未来,依托日益完善的航空物流网络和高效的通关环境,更多来自全球的生猛海鲜、时令果蔬,有望通过“打飞的”的方式,享受航空运输的便捷,以更鲜、更快速、更安全的姿态,“飞”向全国乃至全球消费者的餐桌。

上游财经-重庆晨报记者 郑三波

## 最高42℃ 重庆升温进行时

据市气象台预计,未来几日重庆多云到晴,局地有阵雨或雷雨,部分地区最高气温将升至37~42℃。

### 天气预报

7月25日白天,各地多云到晴,局地有阵雨或雷雨,气温21~40℃;中心城区:多云,气温27~37℃。

7月25日夜到26日白天,各地晴间多云,局地有阵雨或雷雨,气温21~42℃;中心城区:晴间多云,气温27~37℃。

7月26日夜到27日白天,各地晴间多云,局地有阵雨或雷雨,气温22~42℃;中心城区:晴间多云,气温27~37℃。

上游新闻-重庆晨报记者 何艳

中国体育彩票排列3  
第25195期开奖公告  
本期开奖号码:210

中国体育彩票排列5  
第25195期开奖公告  
本期开奖号码:21090

重庆市体育彩票管理中心  
2025年7月24日

## 39所高校组成25支篮球队 本周末决战山城之巅

一场汇聚全国顶尖高校精英校友的篮球盛宴即将在山城点燃!2025全国高校重庆校友篮球赛于7月26日在两江新区寸滩GOZ篮球公园激情开赛,赛事将持续至9月中旬的每周六、周日。本次比赛的最大亮点在于,来自全国39所顶尖高校的校友们打破校际界限,共同组建了25支实力强劲的参赛队伍,将在山城之巅展开激烈角逐。

本次赛事由中国高校重庆校友会联盟主办,覆盖全国100余所高校校友

群体,集结了金融、科技、文旅等领域的600余家企业的中高层决策者。参赛校友中,硕士、博士学历占比高达31%,企业创始人占比18%,堪称“高学历、高净值、高影响力”的精英圈层盛会。参赛高校阵容豪华,包括北京航空航天大学、南京大学、华南理工大学、华中科技大学、中国海洋大学、中国人民大学、南开大学、武汉大学、重庆大学MBA、同济大学、电子科技大学、西安交通大学、厦门大学、四川大学、吉林大学等。

上游财经-重庆晨报记者 郑三波