

# 平价小菜哪儿买 本报推攻略地图 不住附近的小年轻也能坐车去淘便宜

这一周,没有比杨浦松潘平价专供菜市场更红的菜场了。毕竟,人家的菜是真便宜。其实,上海不少区都在探索平价菜场,许多大卖场也纷纷推出平价菜区域,本报为此奉上“平价菜购买不完全地图”,同时欢迎读者朋友通过61933111热线电话提供你身边的实惠菜场信息。

本版撰文 记者 朱迪 摄影 见习记者 丁嘉 制图 俞霞

## 》大卖场也有便宜淘

### 家乐福 平价直销区域 每天三四种类

开放时间:8:00-22:00  
平价菜品:青菜、胡萝卜等  
菜价:与3月30日的菜价相比,平价直销区内菜心只要0.98元/斤,市场价为2.5元/斤;平价胡萝卜1.78元/斤,市场价3元/斤,超市价格要比市场价便宜了将近一半多。

此外,超市内特价洋鸡蛋的价格为3.28元/斤,相较于市场价4元/斤的价格则便宜了近8角钱,而精瘦肉17元/斤,比市场价18元/斤则便宜了1元。

模式:在全国的家乐福超市门店内均设立了24小时供货的惠民平价直销区域,这里的平价菜价格比市场价平均便宜了将近5成。据记者了解,在平价蔬菜直销区域内,每天都会提供至少三四种类蔬菜,在肉类平价区域内,每天至少会提供将近5种低于10元的速封包装猪肉。

攻略 鸡蛋特价区的开放时间为早上8点至10点,且供应的数量有限,有想购买特价鸡蛋的顾客只能在这短短2个小时的时间内去排队购买。此外,无论是蔬菜特价区还是肉类特价区,提供的菜品数量都是有限的,越早购买越能挑选到优质的菜品。

来逛超市之前,可以先去服务台领一张特价商品导购册,在了解了当天的特价菜品之后,就可直接去平价直销区域挑选购买需要的菜品,这样既省心又省力。

### 欧尚 低于1元专区 提供至少六种菜

在全国的欧尚超市均设立了平价菜区域,且全天供货。在低于1元蔬菜专区,提供至少6种蔬菜,而在低于5元肉类小包装区域,至少提供11种猪肉和牛肉商品的选择。此外,这些平价菜的价格比市场价低了5%至10%。例如,3月21日-27日,超市内黄瓜的价格为1.98元/斤,而市场价则平均为4元/斤左右,3月28日-4月3日,番茄的价格为1.98元/斤,花菜的价格为1.88元/斤,而市场价则分别为3.5元/斤、4元/斤。

### 卜蜂莲花 低价专区 每天五到六种菜

全国的所有门店都有低价菜专区,每天有5到6种低于1元的蔬菜供应,例如,3月30日低价菜专区共提供了6种低于1元的蔬菜,青菜、卷心菜、杭白菜、黄豆芽及红洋葱。其中,青菜价格为0.99元/斤,卷心菜的价格为0.98元/斤,而市场价则分别为2.5元/斤、1.5元/斤。

### 闸北·洛平菜市场 仅一个绿叶菜平价专柜 淘便宜要趁早 禽蛋肉价格与普通菜市区别不大


平价菜品:青菜、生菜、牛心菜、菠菜、长萝卜共5种。

菜价:与3月29日的菜价相比,平价专柜的菜心为1.3元/斤,花菜为3.5元/斤,西红柿为3.5元/斤,鸡蛋为4.0元/斤,精瘦肉为18元/斤。相比较而言,平价专柜菜心的价格要比当日市场价每斤1.5元至2元的价格,至少便宜了15%。

然而,相比之下菜场内鸡蛋4元/斤,精瘦肉18元/斤,与当天市价没有多大的差别,当天市场价洋鸡蛋的价格也为4元/斤,精瘦肉为18元/斤。

模式:作为沪上首个“0租金”摊位,洛平菜市场内的61号商铺为“绿叶菜固定平价专柜”,其菜价普遍要低于市场价,与其他柜台的蔬菜售价只有一个标签价不同的是,在这里价格牌上同时标注着“原价”和“平价”。而除了蔬菜开出了平价专柜外,禽蛋肉类则没有开出固定的平价专柜,且其他商铺的绿叶菜以及禽蛋肉类的价格则与普通菜市的价格没有太大区别。

攻略 从菜品的价格来说,由于这里只开设了一个绿叶菜平价专柜,且每天供应的菜品种类有限,营业的时间也基本都在早晨时段,所以想来淘平价菜的顾客要趁中午之前赶紧来选购。否则过了这个时间点,就算还剩下不少的绿叶菜,但是店家却早已不在商铺内了。



**闸北区洛平平价菜市场**  
时间: 6:00-19:00  
地址: 平型关路341号近洛川东路  
公交: 地铁1号线延长路站下车,从2号出口出来步行10分钟;地铁8号线西藏北路站下车,从1号出口出来步行15分钟。公交则可以乘坐516路,在平型关路延长路站下车后步行5至10分钟。




**杨浦区松潘平价专供菜市场**  
时间: 7:00-19:00  
地址: 松潘路448号近杨树浦路  
公交: 可以乘坐538路、8路公交车到杨树浦路松潘路下车,马路对面就是松潘菜市场。28路、135路在杨树浦路松潘路站下车,下车后大约前行5分钟就能到达。

### 杨浦·松潘菜场 要什么蔬菜自己挑 统一付款像超市 高峰期买菜要排队 建议错峰等补货

平价菜品:春笋、菜心、花菜、白萝卜、西红柿、韭菜等近15种。

菜价:与3月29日的菜价相比,这里蔬菜比普通菜价至少便宜了25%。其中,菜场内平价菜心1.2元/斤,市场价1.5-2元/斤;平价花菜1.8元/斤,市场价3元/斤。鸡蛋比市场价便宜了14%,其中,平价洋鸡蛋3.5元/斤,而市场价为4元/斤。而精瘦肉15元/斤的价格比市场价18元/斤则便宜了20%。

模式:松潘平价专供菜市场是奉贤农业合作社的直供基地,整个菜场的蔬菜、禽肉类等价格都属于平价。因此在这里单独划分出一块专门卖平价蔬菜的区域,市民可在这片区域内自行选购后统一结账,有点类似于开架式售卖的小型超市。而在其外围是一些专门售卖禽蛋类的商铺。

攻略 由于早上7点半至9点左右客流量较大,地方有限,一些热销菜品的摊位被围得里三层外三层,很多顾客只能先干巴巴地站在那“候场”,直到前面的一波顾客选购完毕后,才可以轮到自己挑选,但这些菜品多数都是挑剩下的,菜市场的工作人员还未能及时跟进补货。记者在这提醒,若是未能赶上第一波买菜的顾客,可以等到10:00-11:30再去买菜,或者干脆再晚点到15:30-16:00去买菜。这时候顾客不是很多,菜品数量也能够及时补齐,可以慢慢静下心来挑选需要的菜品。



**徐汇区枫南菜市场**  
时间: 6:00-19:00  
地址: 中山南二路446号近枫林路  
公交: 地铁4号线或7号线在东安路站下车,3号口出来。

### 徐汇·枫南菜市场 买平价菜认准“自产自销”牌子 菜心便宜6成多 禽蛋肉与市场价差不多

平价菜品:黄瓜、韭黄、茄子、豆苗、草头等近20几种。

菜价:与3月28日的菜价相比,枫南菜场内菜心价格为1.5元/斤,比2.5元/斤的市场价便宜了6成多;花菜为3.5元/斤,西红柿为3.5元/斤。

而菜场内洋鸡蛋4.0元/斤、精瘦肉18元/斤的价格与市场价相比都大致相同。

模式:虽然没有平价专柜,但这里确有农民自产自销商铺,2楼的蔬菜瓜果区域,在每家商铺的正上方都挂有一张牌子,在其上注明了该商铺是否是自产自销。在这里大约有十多家自产自销商铺,相对于普通商铺而言,其菜品质量相对新鲜且价格便宜。

攻略 菜场分上下两层楼,1楼是禽蛋肉类区域,2楼是蔬菜瓜果类区域。相对于其他菜场而言,这里商铺较多且菜品比较齐全,价格也较公道。由于这里有农民自产自销的商铺,所以菜品的新鲜度相对较高且质量也很好。由于正对着菜场的就是中山南二路的机动车道,想来这里买菜的顾客最好避开出行的早高峰时段,这样可以避免出行拥堵、不方便的情况。