# 调整菜单顺序可以吃得更低碳

作者：writer 来源：科学网

本文原地址：https://www.iikx.com/news/progress/35705.html

*本文仅供学习交流之用，版权归原作者所有，请勿用于商业用途！*

**调整菜单顺序可以吃得更低碳**。一项9月18日发表于英国《皇家学会哲学学报B》的研究提出，无需改变食谱，只要巧妙设计每天的食堂菜单选项，就能让人们更可能选择气候友好且更健康的食品。



无需调整食谱，人们也能吃得更环保。图片来源：Robert Kneschke/Alamy

研究团队在英国布里斯托大学中300人使用的食堂进行了试验，发现该方法使食物碳足迹减少30%，饱和脂肪含量降低6%。论文第一兼通讯作者、布里斯托大学的Annika Flynn表示：我们能在消费者，也就是学生们不知情的情况下实现降低。

在试验期间，食堂每周仍提供相同的15种餐食，但调整了在不同用餐时段提供的食物。我们没有

改变食谱。Flynn强调，所有菜品都没有变，只是调整了它们的供应顺序和日期。例如，当受欢迎的牛肉千层面与环保健康的扁豆咖喱同时供应，多数人就会选择千层面；但如果把扁豆咖喱和不太受欢迎的菜品搭配提供，那选择咖喱的人就会更多。

我们意识到多数干预措施都意在鼓励消费者多吃或少吃某些食物。Flynn指出，但选择某种食物的概率其实主要取决于是否存在更美味的菜。

团队随后分析了12家英国国家医疗服务体系（NHS）医院的菜单，预估该方法最多可使医院餐食碳足迹减少29%，饱和脂肪含量最多降低32%。

这类影响决策的尝试被称为助推。该研究属于消费者无感知的可持续营养、环境与农业（SNEAK）项目的一部分。Flynn认为，隐形干预策略可与鼓励人们自觉选择环保健康食品的措施并行。我们可以双管齐下。SNEAK能与多种方法协同实施。

关键在于多措并举。英国利物浦大学的Charlotte Hardman表示，在鼓励性环境中，人们更容易做出更好的选择。

Flynn透露，团队正在研究该方法的最优推广方案。我们的最终目标是开发用户界面，能在餐饮供应方输入菜单后，自动生成针对特定环境的优化菜单。（来源：中国科学报 王体瑶）

相关论文信息：https://doi.org/10.1098/rstb.2024.0152

作者：Annika Flynn 来源：《皇家学会哲学学报B》

更多 科学进展 请访问 https://www.iikx.com/news/progress/

本文版权归原作者所有，请勿用于商业用途，爱科学iikx.com转发