

发展社区体重管理餐饮业的策略研究

武凤平, 郭丽娟, 曹永峰

中共张家口市委党校 河北张家口

【摘要】在“健康中国 2030”战略持续推进背景下,社区体重管理餐饮业作为健康服务场景化落地的创新载体,其发展对破解超重肥胖公共卫生难题具有重要意义。本文基于需求分层理论与服务生态构建理论,通过实证调研识别出“产品同质化-服务断层-资源离散”三大核心问题,创新性提出“精准营养配餐系统”、“社区健康服务共同体”、“动态定价算法模型”等解决方案。研究发现,融合生物识别技术与社区资源网络的运营模式,可使顾客复购率大大提升,为行业可持续发展提供新路径。

【关键词】社区餐饮;体重管理;精准服务;生态共建

【收稿日期】2025 年 5 月 12 日 **【出刊日期】**2025 年 6 月 17 日 **【DOI】**10.12208/j.jafs.20250003

Study on strategies for developing community-based weight management catering industry

Fengping Wu, Lijuan Guo, Yongfeng Cao

CPC Zhangjiakou Municipal Committee Party School, Zhangjiakou, Hebei

【Abstract】Against the backdrop of the continuous advancement of the "Healthy China 2030" strategy, the community-based weight management catering industry, as an innovative carrier for the scenario-based implementation of health services, holds significant importance for addressing the public health challenge of overweight and obesity. Based on the hierarchical demand theory and service ecosystem construction theory, this paper identifies three core issues—"product homogeneity-service disconnect-resource fragmentation"—through empirical research, and innovatively proposes solutions such as a "precision nutrition meal planning system," "community health service community," and "dynamic pricing algorithm model." The study finds that an operation model integrating biometric technology and community resource networks can significantly enhance customer repurchase rates, providing a new pathway for the industry's sustainable development.

【Keywords】Community catering; Weight management; Precision service; Ecosystem co-construction

1 研究背景与理论架构

1.1 健康中国战略下的餐饮服务转型

2016 年 10 月,中共中央、国务院印发《“健康中国 2030”规划纲要》,明确了到 2030 年的行动纲领,旨在通过全方位、全周期维护和促进人民健康,实现到 2030 年人均预期寿命达 79 岁、主要健康指标进入高收入国家行列的目标^[1]。据《中国居民营养与健康状况报告(2023)》显示,我国 6-17 岁儿童青少年超重率达 19%,成人超重肥胖率突破 50%。中国慢性病患者已超 3 亿,其中绝大多数与肥胖相关^[2]。餐饮行业作为膳食供给的核心环节,其转型对降低疾病负担至关重要,体重管理也已从个体健康

问题升级为社会治理议题。相较于传统体重管理机构,社区餐饮业具备“地理可达性高(服务半径≤500 米)、消费高频性(日均接触 1-3 次)、场景渗透性(嵌入日常生活)”的独特优势。

1.2 理论框架

运用“需求-供给-生态”三维模型构建“需求精准识别(居民健康数据画像)—供给创新设计(营养配餐技术赋能)—生态协同构建(社区资源网络整合)”的理论模型三维坐标体系解构。在需求端建立精准识别体系,对客户个人生理指标(BMI/血糖值)、饮食偏好(营养素摄入结构)等数据进行采集并将客户需求进行分类,可分为功能型(亚健康调理)、

第一作者简介:武凤平(1976-)女,汉,河北省张家口阳原县,研究生,副教授,研究方向:宏观经济、“三农”问题。

治疗型(慢病膳食管理)、预防型(健康风险干预)^[3]。在供给端,使用体脂率检测仪及代谢率测算模型对客户情况进一步分析,基于膳食营养均衡模型,为客户提供精准匹配的通勤便携餐盒、家庭共享套餐、医疗特膳。在生态端,要构建协同生态体系,整合社区卫生服务中心(医疗数据)、健身中心(运动处方)等专业机构,发挥专业营养师的专业化指导作用,让社区餐饮企业食堂提供因人而宜的健康定制餐。

2 产业发展现状与核心问题

2.1 需求端特征: 分层化与场景化并存

通过对北京、上海、广州 30 个社区的 1200 份问卷分析发现,居民体重管理餐饮需求呈现显著分层特征:

(1) 功能型需求(占比 38%): 年轻职场人群(25-40 岁)更关注“便捷性+热量控制”,典型场景为“15 分钟午餐解决方案”,如即食鸡胸肉沙拉(占该群体订单量的 65%)。

(2) 治疗型需求(占比 27%): 慢病人群(50 岁以上,患高血压/糖尿病)对“医疗膳食适配”需求强烈,如糖尿病专用餐需满足 GI 值<55、钠含量<2g/日的标准。

(3) 预防型需求(占比 35%): 中青年家庭(有 0-12 岁儿童)注重“全家健康管理”,倾向选择“亲子营养套餐”(包含儿童成长餐与家长控重餐的组合产品)。

2.2 供给端痛点: 技术滞后与生态缺失

(1) 营养配餐技术化不足,82%的企业仅提供“热量标注套餐”,未建立《中国居民膳食指南》营养素均衡模型。

(2) 社区资源整合低效,91%的企业未接入社区健康档案系统,营养师无法获取顾客慢性病用药信息。

(3) 成本控制机制缺失,优质食材成本占比达 45%(传统餐饮约 30%),而客单价受社区消费能力限制(平均 42 元/餐),毛利率仅 22%。

3 精准化发展策略的创新路径

3.1 技术赋能的产品体系重构

(1) 建立生物识别驱动的智能配餐系统

开发“社区体重管理营养云平台”,集成三大核心模块:一是数据采集模块,对接社区卫生服务中

心健康一体机(采集身高、体重、血压、体脂率)、运动 APP(获取周运动量、睡眠时长)、智能点餐系统(记录食材过敏、口味偏好);二是算法模型模块,基于《中国居民膳食营养素参考摄入量》建立动态配餐模型,例如为 BMI=28 的男性生成“蛋白质 25%-30%+碳水 40%-45%+脂肪 25%-30%”的每日套餐,同时规避高嘌呤食材(针对尿酸偏高人群);三是交互反馈模块,用户端小程序实时显示“今日营养达标率”“热量缺口建议”,并根据连续 7 天饮食数据自动调整餐单(如连续 3 天碳水超标则触发“低 GI 主食推荐”)^[5]。

(2) 构建场景化产品矩阵,针对社区高频生活场景开发差异化产品。

一类为通勤速食,以-18℃锁鲜技术为技术支撑,提供 10 分钟即热餐盒(冷冻保存),如黑椒牛柳糙米饭(微波炉加热 3 分钟即可食用,热量 520kcal);第二类为家庭周末共享餐,按照膳食宝塔分量模型,提供三人份分餐制套餐(含儿童餐/成人餐),如儿童蔬菜鸡肉粥+承认轻食沙拉+低糖水果拼盘;第三类为医疗协同餐,依靠临床营养师审核系统,为慢性病治疗患者提供膳食包,如糖尿病套餐:有三甲医院营养科定制,配送前同步患者主治医生确认。

3.2 社区嵌入的服务生态构建

(1) 创建“1+N”健康服务共同体

以社区餐饮门店为核心(1 个服务枢纽),联动 N 类社区资源形成服务网络^[4]。医疗资源方面,与社区卫生服务中心建立“饮食-疾病管理”数据接口,为慢病人群提供“餐食配送+用药提醒+血糖监测”联动服务(如配送糖尿病餐时同步发放胰岛素注射提示卡);运动资源方面,联合社区健身房推出“饮食运动套餐”,顾客购买 20 次健身课可获赠 10 次体重管理餐折扣券,同时健身教练可查看顾客饮食数据调整训练计划;自治资源方面,组建“社区健康合伙人”队伍,开展每月 1 次的“家庭饮食诊断”服务,入户指导居民优化厨房食材储备。

(2) 创新“动态定价+价值增值”模式

针对社区消费特点设计配餐方案和价格策略。对于价格敏感型客户,提供标准化基础套餐,采用中央厨房集采、常规体重管理餐配餐方案;对于明确减重目标客户,提供溢价化定制餐,采用营养师 1

对 1 定制方案, 每周体测报告解读^[6]; 对于 60 岁以上老人, 提供补贴化公益联动餐 (补贴资金来自社区公共卫生预算), 根据健康管理医生医嘱配餐。

3.3 数字化驱动的运营优化

(1) 构建 LBS 精准营销系统。基于地理位置服务 (LBS) 实施三层营销策略, 第一层是半径 500 米核心圈, 通过社区微信群定投“首单 19.9 元体验券”, 利用熟人传播降低获客成本 (某社区试点显示, 社群传播获客成本仅为线上广告的 1/3); 第二层是半径 1-3 公里影响圈, 在美团/饿了么开设“社区专属店”, 根据周边小区居民年龄结构推送定制化套餐 (如学区房小区主推“儿童控重套餐”); 第三层是全周期用户运营, 建立 RFM (最近消费-消费频率-消费金额) 模型, 对 30 天未消费用户触发“体测数据更新提醒+餐单优化建议”, 唤醒率可达 35%。

(2) 开发供应链智能协同平台。针对体重管理餐饮的特殊供应链需求, 构建“需求预测-动态采购-冷链监控”系统^[7]。做好需求预测, 基于历史订单数据+天气数据+社区活动日历, 使用 LSTM 算法预测次日各菜品销量, 提升准确率提升至 85%以上。进行动态采购, 与本地农场建立“订单农业”模式, 每周根据预测数据调整有机蔬菜采购量, 努力将损耗率从传统餐饮的 12%降至 5%; 严格冷链监控, 在配送箱安装 IoT 温度传感器, 实时上传数据至管理后台, 配送超时 (>40 分钟) 自动触发补偿机制。

4 实施保障与风险防控

4.1 建立政策资源对接机制

申请“全民健身与全民健康融合”试点项目, 获取设备购置补贴^[8]; 参与“放心消费社区”创建, 通过政府背书提升居民信任度。

4.2 做好风险预警与应对策略

对于食品安全风险, 建立区块链溯源系统, 发现问题 2 小时内找回并更换供应商, 食材农残检测率>1%触发预警; 对于效果争议风险, 当顾客 30 天体重改善率<预期 10%触发预警, 通过引入第三方健康管理机构出具《饮食干预效果评估报告》, 明确边界责任; 对于成本超支风险, 启动“备选食材库”

(如用南瓜代替部分牛油果), 保持营养等效前提下降低成本, 食材成本占比连续 2 月>40%触发预警。

5 结论与展望

社区体重管理餐饮业的核心竞争力在于“将专业体重管理服务转化为日常餐饮消费”。本文提出的技术赋能产品、社区共建服务、数据驱动运营三大策略, 实质是通过“精准需求匹配-资源效率整合-价值网络构建”, 实现从单一餐饮提供者到社区健康服务节点的角色转型为“健康中国”建设提供可操作的基层实践模式。

参考文献

- [1] 中共中央、国务院. “健康中国 2030” 规划纲要 [Z]. 2016-10-25.
- [2] 国家卫生健康委员会. 中国居民营养与健康状况报告 (2023) [R]. 北京: 人民卫生出版社, 2023.
- [3] 李华, 王敏. 基于需求分层理论的健康餐饮服务创新研究 [J]. 中国食品学报, 2022, 22 (5): 189-196.
- [4] 陈志强, 张悦. 社区健康服务共同体构建路径 —— 基于资源整合理论的实证研究 [J]. 中国卫生政策研究, 2024, 17 (2): 45-52.
- [5] 刘畅, 赵琳. 生物识别技术在个性化营养配餐中的应用研究 [J]. 食品科学, 2023, 44 (11): 321-328.
- [6] 王磊, 周明. 动态定价算法在健康餐饮中的优化模型构建 [J]. 管理工程学报, 2024, 38 (1): 112-119.
- [7] 张萌萌, 李建国. 基于 LSTM 算法的餐饮供应链需求预测研究 [J]. 物流技术, 2023, 42 (7): 105-110.
- [8] 国务院办公厅. 关于促进全民健身和全民健康深度融合的意见 [Z]. 2024-03-15.

版权声明: ©2025 作者与开放获取期刊研究中心(OAJRC)所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS