# 日本食堂礼仪论文范文共11篇

来源：网络 作者：轻吟低唱 更新时间：2025-04-13

*日本食堂礼仪论文范文 第一篇日本的饮食文化受到其自然环境、传统文化和社会发展等各方面的影响，具有其独特性。了解其饮食文化，是了解日本社会生活的重要环节。日本饮食，作为世界上最健康的饮食，其形成与日本的地理特征是分不开的，日本是一个岛国，资源...*

**日本食堂礼仪论文范文 第一篇**

日本的饮食文化受到其自然环境、传统文化和社会发展等各方面的影响，具有其独特性。了解其饮食文化，是了解日本社会生活的重要环节。日本饮食，作为世界上最健康的饮食，其形成与日本的地理特征是分不开的，日本是一个岛国，资源相对匮乏，但同时也给日本提供了丰富的海产品，形成了日本独特的饮食文化，日本的饮食即和食也分为主食、副食。主食是以米饭和面条为主；副食主要是新鲜的海产品，饮食时常配以独特的日本酒。在日本的饮食中最具代表性的是刺身、寿司、天妇罗、火锅、石烧等。

>一、日本的饮食特征

（一）生鲜海味

日本饮食以清淡为主，讲究新鲜。日本人的观念是新鲜的东西是营养价值最丰富的，最适合食用的。日本人喜欢生吃食物，无论是新鲜的蔬菜和植物还是生鱼、肉、鸡蛋等，认为食物最佳食用期就是它的新鲜期。在日本料理中有一条原则就是美味不能超过材料原有的滋味，所有的食物都应该保持它原有滋味，日本人喜欢吃海味，而生鲜海味则是日本饮食最大的特征，这也主要是与日本的地理环境相关，四面环海，海鲜产品丰富多样，成就了日本的生鲜海味饮食。

（二）杂食性

杂食是人类独具的一种特质，是人类维持生存的重要的手段，日本的饮食同样的也体现了杂食这一特征。在二战前，日本的饮食一般都是以稻米、蔬菜、鱼虾为主，这主要是受日本的地理环境与日本当时的思想观念影响的，但是在二战后，日本思想观念受外来思想的影响，他们的饮食更加的丰富多彩，畜牧产品逐渐出现了日本人的餐桌上，而且日本饮食文化受中国阴阳五行说的影响深厚，认为食物要阴阳平衡，并且日本人始终坚持杂食的阴阳平衡，使杂食成为了日本的又一大因素特征。

（三）注重形

日本饮食的另外一个特设就是日本的菜讲究它的艺术性，注重的是色、形、味不同于中国的注重口味，讲究色、香、味日本的饮食更加偏向于食物制作的艺术性和优雅感，在日本大多数的菜肴都是以自然景观相关的，食品的名称很多都是直接采用景物的名称命名的。所以对于日本的菜肴一般都是赏心悦目的。

>二、日本的饮食习惯

日本人的饮食注重的是保全食物的营养与减少毒素的产生，她们宁愿每天去买新鲜的食材保证营养，也不愿多买预存，因为她们认为冰箱只能保险，并不能防止食物中营养的流失。日本十分注重家庭饮食，注重营养之间的搭配，关注家人身体体重，对菜类的选择上要求高。

1、日本以黑为贵，黑豆、黑米、黑木耳、黑枣、乌鸡等只要食物与黑挂钩，一般价格都比较高。

2、日本的料理以鱼、虾等海海鲜为主料，口味清淡，稍带酸甜和辣味，主食是白米饭，日本人爱吃鱼、海鲜、鸡、鸭以及蔬菜、豆腐等，但是不吃羊肉、猪内脏及肥猪油，有冷、热、生、熟各种食用方法。

3、日本人喜欢喝茶，无论是餐前餐后都喜欢饮茶，一般以清茶为主。

4、日本人习惯吃咸的东西，甜的东西部普遍。

>三、日本和食中的代表性食物

（一）刺身

1、刺身的由来。很久以前，日本北海道渔民在供应生鱼片的时候，由于鱼在去皮后，品种辨认比较困难，所以一般渔民会取出一些鱼皮，用竹签刺在鱼身上，方便辨认，于是被称为刺身。在日本饮食的发展中，虽然刺身的制作方法不一样了，但是仍以刺身为名。

2、刺身的材料。刺身的主要材料是鱼，多数是海鱼，但是刺身并不是只以于为材料，有：螺蛤类、虾、蟹、海参、海胆还有鸡肉，甚至会出现鹿肉和马肉等。

3、刺身的形状。刺身的形状一般根据材料而定，选择片、条、块。如：鱼肉细腻可以切成薄片，一些比较大的鱼，肉质粗糙的可以切成块状，而如牡蛎、螺肉这种尺寸小的类别，一般直接整个食用。

4、刺身的佐料。刺身的佐料有：酱油、山葵泥、醋、姜末、萝卜泥、煎酒。

刺身是日本的传统食品，很受日本人的欢迎，味道偏清淡，以新鲜的鱼。贝、肉类为原料，根据相应的刀法加工，然后培养佐料使用，简单方便。一般都是一菜一碟，是日本用餐里的一小部分。

（二）寿司

寿司是日本人最喜爱的传统食物之一。据记载，寿司是由中国流传到日本，后来在外邦中发扬光大，但是却从中国的菜谱中消失。寿司和其它的日本料理一样，色彩都非常鲜明，把新鲜的材料如：新鲜的海胆黄、鲍鱼、牡丹虾、扇贝、金枪鱼、三文鱼等切片放在醋调过的冷饭上，一揉一捏之后再抹上鲜绿的芥末，在使用的时候要整个吞进去，将寿司的饭香与配料味相融合，这样才能够体会到寿司的美味。

（三）天妇罗

天妇罗不是单指某一种食品，而是对油炸食品的总称。制作方法是将面粉、鸡蛋、水等材料合成浆，然后将这些浆包裹在食材上，放入油锅中炸。天妇罗又分为蔬菜天妇罗、海鲜天妇罗、什锦天妇罗等，在食用时蘸调制好的酱料，味道鲜美，香而不腻。

天妇罗的烹制方法也是来自于中国，名称来自于荷兰，一般以鸡蛋面糊最为普遍，炸法多样化，在制作的过程中主要的三个标准是：挂糊要薄，沥油要净，要又脆又香。

（四）面食料理

日本面条主要有切面、荞麦面条、龙须面条以及拉面等。日本全国各个地方有代表性具有特色的面条有：山梨县的地方菜甲州名产面条秋田县的道庭面条等，其中荞麦面条营养丰富、食用方便，是日本关东地区最受欢迎的大众食品。荞麦面分冷食、热食两种，冷食主要是夏天使用。龙须面细而长，在夏天制作成凉面，是日本人在夏天受欢迎的面条之一。而拉面，则是日本面食料理中最据代表性的，据说日本拉面是在中华街的中国餐厅发祥的，后来逐步的演变成了具有日本特色的\'拉面。

日本对饮食的质量要求高，在饮食制作和选择上就能体现日本对饮食的重视度。对调料的选择谨慎，追求食物的新鲜度和营养价值，同时，一般料理色泽和味道都保持原始纯正，而且对于器材的选择上也要结合当时的季节与环境，护饮食的平衡，日本人对饮食的追求完全是一种对自然的尊重，对艺术的追求，体现出一种对美和自然的向往。

>四、日本的餐桌礼仪

日本重视和尊重饮食也可以从日本餐桌礼仪上看出。首先在用餐前，要先表示对食品的欣赏，用餐后要觉得满足，感谢款待者；其次，在用餐期间，要注重用餐顺序，不能单一的挑选一样菜品吃，而是依次的，应顺序循环的吃每道菜，保证菜吃完的时间都维持在一定的时间内；再次，用餐方式，日本的用餐方式并不像其它国家一样细声细语，而是允许吃饭发出声音，因为这表达对厨师的一种赞赏，同时也可以用手拿寿司蘸酱，直接放入口中等。依次，日本人喜欢饮酒，一般比较正式的日式饭都备有米酒，通常在相互祝酒后才开始用餐，而且就算客人不想喝，也希望其假装喝一小口；最后，日本人喜欢饮茶，饭前喝绿茶，饭后喝煎茶。

>五、总结

日本饮食文化受中国文化影响深远，但是随着时代变迁，两个之间的饮食文化都发生了差异，日本善于吸收外来的事物，通过借鉴和引用，形成具有日本独有特色的文化，日本饮食文化，在世界饮食界中都占有一定的地位，它以其特色，向全世界传达日本的思想和文化，日本的饮食特征和饮食习惯，都是由日本地理环境、思想观念和自然资源影响的，了解日本饮食文化也是对日本文化的一种了解，从而加深对日本的物质、经济、政治和思想的认识，尊重彼此的文化，有利于国家之间的和谐发展，对于两国之间的交流起到十分重要的作用。

**日本食堂礼仪论文范文 第二篇**

餐桌和入座

在日本，日式餐馆和传统日本家庭内设置的是日式矮桌和坐垫。

“我要开始用餐了”和“承蒙款待了”

在日本，开始用餐之前会很虔诚的说itadakimasu（我要开始用餐了），在吃完后要说gochisosama （deshita） （承蒙款待了）。

共同进餐在日本家庭和餐馆（如小酒馆）里，点几种菜，大家一起吃的时候，您应该用公用的筷子从大盘子里夹一些食物放到您自己专用的盘子里吃。

正确的使用筷子是日本餐桌礼仪重要环节，餐桌须知

1、在公共场合擤鼻涕的动作应该尽量避免，特别是在餐桌上。

2、盘子里的食物尽量吃干净。

3、用餐过程中，以及用餐前后，避免谈论洗手间或令人倒胃口的话题。

4、尽量避免打嗝等行为。

5、用餐后，把使用过的餐具放回用膳开始时的位置，包括把餐碗的盖盖好，把筷子放回到筷子盒或纸袋。

在日本，很多的高级餐馆，还有更严格的餐桌礼仪，大家还是要进一步了解下的，日本的餐桌礼仪和中国有很多的相似点，但也有很多的不同点，需要去日本和想了解日本的可以好好的学习一下，避免一些不必要的麻烦还能增长知识。

用餐五大忌

1、将胳膊肘搭在桌上

会给人一种很慵懒的感觉，坐直后，离桌子稍稍远些，就不容易将手搭在桌子上了。

2、狗食法

埋头将脸无比贴近食器，像狗一样吃东西的吃法让人看了不舒服。

3、发出声音

吃东西发出声音表示对他人的不尊重，另外，口中含着食物讲话也是一种不礼貌的行为。

4、吃着碗里看着锅里

吃着自己碗里的，眼睛却滴溜溜地盯着桌上其他食物，这样子会惹人反感。

5、不断的换手拿器具

一会用左手拿器具，一会用右手拿器具，袖子上附着的灰尘容易掉到附近的碗里，应注意。

用餐期间，如果要停筷休息，应该要把筷子置于筷架上，在没有筷架的情况下，应把筷子放在桌子左边或架在小蝶上。用完餐后，记得筷子，碗盖等恢复到用餐前的样子

**日本食堂礼仪论文范文 第三篇**

>餐桌和入座

在日本，日式餐馆和传统日本家庭内设置的是日式矮桌和坐垫。在日本，开始用餐之前会很虔诚的说itadakimasu(我要开始用餐了)，在吃完后要说gochisosama (deshita) (承蒙款待了)。 共同进餐在日本家庭和餐馆(如小酒馆)里，点几种菜，大家一起吃的时候，您应该用公用的筷子从大盘子里夹一些食物放到您自己专用的盘子里吃。

>餐桌须知

1.在公共场合擤鼻涕的动作应该尽量避免，特别是在餐桌上。

2.盘子里的食物尽量吃干净。

3.用餐过程中，以及用餐前后，避免谈论洗手间或令人倒胃口的话题。

4.尽量避免打嗝等行为。

5.用餐后，把使用过的餐具放回用膳开始时的位置，包括把餐碗的盖盖好，把筷子放回到筷子盒或纸袋。了解更多关于筷子使用规则的页面。

>饮酒须知

喝含有酒精的饮料时，日本人习惯为对方斟酒，而不是自斟自饮。所以在日本喝酒时您也可以入乡随俗的常去看看朋友的杯子，一旦他们的杯子快空了，就给他们斟上一些酒。同样，如果朋友要为您斟酒，那就迅速喝空酒杯，并且拿起酒杯接受朋友的好意吧。在一些高级餐馆里，比如提供怀石料理的日式餐厅(日本大餐)，喝醉酒被视为是一种很失态的行为。在异国他乡，即使在普通的小酒馆也该尽量避免喝醉酒而引起的不愉快。

用餐开始，大家通常说这“干杯(kanpai)”，然后举杯共饮。这个时候应该避免讲中国话“请，请(ching,ching)”因为“请(qing)”的发音，很容易被日本人听为“qin”,而日文发音“qin qin”，是男性生殖器的意思。

>如何吃米饭

吃米饭时一只手拿碗，另一只手拿筷子，把碗举到嘴边吃。与寿司不同，白米饭一般是不会同酱油一起食用的。

>寿司

小盘子中倒入酱汁。注意用多少就倒多少，在资源并不丰富的日本，浪费被视为一种很不礼貌的行为。

一般来说，不用在酱汁中加入绿芥末，因为除了一些不需要配芥末食用的寿司以外，大部分寿司中都有添加绿芥末。如果您喜欢自己加芥末，礼貌的做法是加少量，这种做法也是对制作寿司的人的尊重。如果您不太喜欢芥末，可以事先说明，叫一些不含芥末的寿司。吃寿司，最好一口一个。分为几次吃的话常常会破坏食物的精美外形。另外，您可以根据自己的习惯，用手或者筷子吃寿司。

如果是手握寿司，把一片倒立浸入酱油，鱼肉部分向前。有几种新的握寿司不应该被浸入酱油，例如腌过的。 如果是军舰寿司，正确的食用方法是倒小量的酱汁在寿司的上面，而不是把寿司浸入酱汁。

>生鱼片

将酱汁倒进准备好的小碟子中。可以在生鱼片上放一些芥末，但不宜太多，因为这会破坏鱼片的原味，还有可能会冒犯到作寿司的师傅。吃的时候，把生鱼片夹起蘸酱汁。另外有一些生鱼片需要和姜末一起品尝，而不是芥末。

>大酱汤

端起碗来喝汤，用筷子将里面的汤料夹起来吃。

>面条

用筷子将面条送入口中，并且可以有节奏的吸食。在日本吃面条出声音是正常的，不会被认为不礼貌，所以您可以大胆的啧啧的吃面条，周围的日本人都是这个样子的。 喝面汤时，可以用店家的汤勺，也可以直接端起碗来喝。

>日式咖喱饭

像日式咖喱饭那样的大米食物，由于是白米饭上盖菜(例如大碗盖饭)，饭菜掺着吃，所以用筷子夹起可能会比较不顺手，所以您可以选用勺子吃。

>大块食物

用筷子分开食物，吃上一口，然后把剩下的放回您的盘子里，根据您自己的节奏享用美食。

>日本人都容易犯错的餐桌礼仪5选

■1：手てを受うけ皿ざらにする

こぼれそうだからと手てを受うけ皿ざらの代かわりにするのは、上品じょうひんそうに見みえてNGマナーです。懐紙かいしを使つかったり、持もち上あげてよい食器しょっきの場合ばあいは、食器しょっきを持もち上あげて食たべます。

刺身さしみや焼やき魚ざかな、大鉢おおばちの皿さらは持もち上あげて食たべないので、そのままお膳ぜんに置おいたままいただきます。基本的きほんてきに小鉢こばちや小皿こざら、お椀わん、どんぶりは持もち上あげてOKです。

■2：わさびを醤油しょうゆに溶とかす

お造つくりの刺身さしみを食たべる時ときは、わさびを醤油しょうゆに溶とかすのではなく、刺身自体さしみじたいにわさびをつけてから醤油しょうゆにつけて食たべましょう。醤油皿しょうゆざらは、持もち上あげても大丈夫だいじょうぶです。

■3：座布団ざぶとんを踏ふむ

日本料理にほんりょうりはお座敷ざしきでいただく場合ばあいも。お座敷ざしきでの座布団ざぶとんや敷居しきい畳たたみのへりを踏ふむのは、マナー違反いはんとされています。訪問先ほうもんさきでも同おなじで、相手あいてへの敬意けいいを欠かいた行為こういと見みなされることに。

■4：おしぼりでテーブルを拭ふく

おしぼりはナプキンとは違ちがい、手てを拭ふくものなので、テーブルや口くちもとを拭ふかないようにしましょう。テーブルに何なにかこぼした時ときは、お店みせの人ひとに頼たのんで拭ふいてもらいます。口くちもとを拭ふく時ときは、持参じさんしたハンカチやティッシュ、懐紙かいしなどを使つかって。

■5：食器しょっきを重かさねる

食たべた後あとは、器うつわやお皿さらは元もとの位置いちに戻もどしておけばOKです。食器しょっきが傷付きずつく可能性かのうせいもあるので食器しょっきを重かさねたり、片かたづけたりすることも不要ふようです。

かしこまった場面ばめんでなくても上記じょうきのような振ふる舞まいは、意外いがいと見みられているポイントです。「きちんとしていたつもりがマナー違反いはんだった……」ということにならないように、今一度日本料理いまいちどにほんりょうりのマナーを見直みなおしてみませんか。

**日本食堂礼仪论文范文 第四篇**

很多人都喜欢日本料理，但是你真的懂日本就餐的礼节吗?如果你在高端的环境中就餐但却没有好的礼仪，不仅自己形象大打折扣，也会让人瞧不起，不要做“土豪”哦!

>日本餐桌礼仪

在日料中，餐桌礼仪是否得体不仅仅意味着是否尊重对方、礼貌与否，更意味着个人的文化修养和层次，所以我们也应该了解一下，菜品特色。

想要深入了解日餐的餐桌礼仪，就要先了解日料的特色。日料的主要特色可归纳为“五味”、“五色”和“五法”。五味是指在不同的季节里，日本人的饮食口味侧重也有所不同，通常是春苦、夏酸、秋滋、冬甜，此外还喜好食涩味。五色是指色菜品色彩的搭配，一般是绿春、朱夏、白秋、玄冬。而五法是指和食的烹饪方法，主要有蒸、烧、煮、炸、生等五种。

在这里，您就可以记住一个小技巧：在吃刺身和炸类食物(天妇罗)时，享用食物的顺序是从浅颜色、味道淡的食物到颜色深、味道重的食物。这样味觉才不会被打乱，能够充分享受到每一种食物的鲜味。

>茶杯与酒壶

需要注意的是茶杯，在日本，男女使用的茶杯是不同的。男性使用的茶杯比较高，而女性的比较矮。酒壶也是如此。

>饭碗与汤碗

那么如何分辨饭碗和汤碗呢?饭碗的碗口部分比较宽，而汤碗则是比较深，凹陷明显。这其中，男性使用的饭碗比女性的大，汤碗则是比女性使用的高一些。饭碗和汤碗都是有盖子的，就餐时要把盖子一起打开，左边的放在左边，右边的放到右边。用餐结束后再把盖子盖好。

>餐具的使用

如果去餐厅，餐具往往早已摆好，所以并不需要过多的担心摆放问题。但如果你被邀请到日本人家中做客，那就要注意一些了。日料的餐具主要有筷子、茶杯、饭碗、汤碗这四种。摆放方法是左边摆放饭碗，右边摆放汤碗，筷子要横向的摆放在筷座上。

那为什么中国、韩国的筷子竖着摆放，而日本的筷子却是横着摆放?对于这个并没有准确的答案，但有一种说法，即筷子传入日本的时候，古时的中国筷子就是横着摆放的。到了明朝，朱元璋不喜欢横着放筷子，所以后来中国逐渐就竖着放筷子，但是日本人一直没有改，因为觉得竖着放筷子指人是对人的一种不尊重。这也是对筷子摆放问题的一种解答。

>筷子

虽然是日本人也使用筷子，但与我们还是很不同的，而且使用方式是最需要注意的。在日本，筷子叫Hashi，是尖头筷，不是我们在国内使用的平头筷子。如何正确的使用筷子，这是日料餐桌礼仪的基础。

>拿筷

首先，用右手拿起筷子，如果有筷套，就要摘下筷套，放于食物左侧，或放置在坐垫旁。

接下来，左手托在筷子的下面。然后，右手滑到筷子的下面。

>放筷

右手拿筷，左手托在下方。右手滑动，抓住筷子上侧。

静静地把筷子横放在筷架上。筷子一定要横摆，用餐中途要将筷子放回筷枕，一样要横摆，筷子不能正对他人。筷子如果沾有残余菜肴，可用餐巾纸，将筷子擦干净，不可用口去舔筷子，这是非常不雅观的。如果没有筷枕，就将筷套轻轻的打个结，当作筷枕使用。

虽然左手和右手都能拿筷子，但想要让自己显得很讲究，那就用右手执筷子，大拇指和食指捏住筷子的上端，另外三个手指自然弯曲扶住筷子，而且两端一定要对齐。

>其他

除此之外，还要注意卫生筷的使用。一般待客时多使用卫生筷，不过，较正式的料理店所使用的，则是木纹清晰的杉筷等高极品。按照上述的步骤取筷后，和竖起来再掰开相比，把卫生筷端平、“像打开扇子一样仅仅拉动一根显得更为优雅。还有，除了极简陋的筷子外，拉开后磨擦筷尖，是相当不好的习惯。

那么，知道了各种习惯，在手中端碗的时候筷子怎么办?吃日本料理时，大多是手中端着碗进食。假如手里已拿着筷子，再以同一手取碗或放下碗，虽没违反礼节，但看起来不太文雅。优雅的做法是：放下手中的筷子，然后伸直全部指头去取碗。如果手中已有碗，拿取筷子的方法也有所不同。当用左手的中指和无名指之间(或无名指和小指之间)夹住筷子左端，然后右手反转拿住。如果觉得很麻烦，建议每次要拿碗时，一定要先放下手中的筷子。

需要注意的是，用餐后，一定要把使用过的餐具都放回最开始用膳的位置，也要把餐碗的盖子盖好，把筷子放回筷子盒、筷托或纸袋内。此外使用筷子还有十项禁忌，一定要切记，不然会被认为个人素养很低：

1、用舌头舔筷子。

2、把筷子当牙签用。

3、不准将筷子反过来吞在口里。

4、将筷子插在饭菜里，或者当叉子用，叉东西吃。

5、用筷子在饭菜里扒来扒去，挑东西吃。

6、拿着筷子在饭菜上晃来晃去，举棋不定。

7、不准把筷子跨放在盘、碗之上。

8、不准像吸糖果一样吸筷子。

9、用筷子尖指人、指东西。

10、不准用筷子当刀子。

除了上述这些物品，怀纸在日料中也很重要，但怀纸并不是餐厅准备好的，而是客人自己带去的。

>怀纸

怀纸是折叠起来放在和服的怀中随身携带的两折的和纸，换盘子的时候或喝完茶擦茶碗的口印的时候使用。目前，也有部分餐厅会为顾客准备怀纸，怀纸的使用方法主要有以下几点：

可以代替餐巾。你可以用它擦嘴角或擦拭桌子上的污迹。

可以代替小碟子。在食用干点心等有碎渣的食物时，或者在食用有汁液的食物时，可以在左手上放一张怀纸。

吃烤鱼的时候。用怀纸包着鱼头剔除鱼刺。还可以用怀纸盖住吃剩的鱼骨头，看起来美观一些。

如果想要表达自己的知识和素养，那么恰当的使用怀纸就是很好的表达方式。

>日本的用餐礼仪

在用餐之前和之后都要高声表达两种感受，在用餐之前要说“Itadakimasu”(我要开始用餐了);在用餐后要说“go-chiso-samadeshita(谢谢您的款待)”，以表达感谢主人预备了这顿美味的饭食。

日本人的一餐饭食通常包括一碗饭、一碗味增汤、两三道菜肴。配菜越多则越显正式和体面。看着一桌子的美味，从哪里开始品尝呢?用餐的正确顺序是：首先小口喝热汤，然后按照上菜顺序开始品尝菜肴。但如果菜肴很多，或者是一起上菜的，那么对于吃菜的顺序并没有要求，但是不要只集中吃一道菜，有一个顺序循环品尝每道菜肴，让每道菜都比例均等，才能在同一时间内吃光所有菜肴。除此之外，在用餐过程中，还需要注意一下这些。

1. 用餐时不要说关于洗手间的事情

2. 口内有食物的时候不要说话

3. 吃进口的东西不能吐出来

4. 用餐时尽量避免咳嗽、打喷嚏、打嗝

5. 吃到鱼，不能吧鱼刺、鱼骨放到桌子上，而应该放在碟子里

6. 不能匆匆忙忙的吃食物

7. 已经用过的温毛巾要折叠好并摆放好，不可随意放。

8. 在餐桌上要注意照顾身旁的人，尤其是女士或年龄较大的长者

9. 菜没有上完时不可先吃。

对于很多朋友而言，在吃有汤水的食物时因怕汤汁滴落总会在往嘴里送食物时用手托在下面。在日料中这是非常不礼貌的，如果担心有汤汁滴落，那就用怀纸来代替盘子，这样做就不失礼数。对于女性而言，赴宴的时候不要喷气味太浓的香水，而且最好手上不要戴大戒指，因为有时盛载日料的器皿很贵重，如果戒指划上器皿就得不偿失了。

>排位

如果是赴宴，主人一般都会安排好客人的座位。主宾或主宾夫妇会面对主人夫妇而坐。来到餐厅，通常是年纪最大的先入席。若有宾客，就由宾客先行。正式宴会，晚辈要比长辈先到。入包厢后，主人或上司应坐在靠内离门口最远的地方，职位最基层的人，坐在靠近门口的地方，方便传菜或关门。私人聚会，由买单者坐在离门口近的地方。

>坐姿

在就餐时，如果餐厅提供的是我们常见的桌椅，那么维持正常、得体的坐姿就可以了。需要我们注意的是生活中不常见的“榻榻米”坐姿。当你进入到榻榻米的房间之后，必须要脱掉帽子、手套和鞋子，但可以穿袜子。日本人在坐榻榻米时会坐在座不团(日本人称为Zabuton)上。而正确的做法被称为正座，日语叫Seiza，需要你双膝并拢跪地，臀部压在根部上。这种坐法很正式。

比较轻松的做法有盘腿座(日语称为Agura)和横座(日语称为Yoko suwari)。男性一般都是盘腿座，即把xxx叉在前面，臀部着地。女性则是横座，就是将双腿少许横向一侧，身体不压住双脚。上述我们讲了日料用餐礼仪中的座位排序、坐姿、用餐时注意事项、餐具的使用和摆放等知识，那么在品尝不同食物的时候，还有那些需要注意的餐桌礼仪?

>吸物

在日本你会发现，饮用汤类是不用汤匙的。所以你可以举起碗，先闻一闻香味，然后慢慢喝下。如果汤中有可以食用的食材，用筷子取食即可，可以喝一口然后取食一口。如果汤中有蛤蜊这样的贝壳类，可以用筷子压住壳，然后品尝。

>刺身

即生鱼片，一般附有白鱼肉、贝类、金枪鱼、白萝卜丝、紫苏、山葵等。食用时要从淡白色、油脂较少的白肉刺身开始，再到油脂较丰富或味道较重的红肉刺身。在吃比较低端的日料，例如回转寿司之类的，大家经常会把芥末溶于酱油里，然后蘸着吃，但如果吃高端日料的话，一定要注意，芥末是不能溶于酱油!

正确的做法是：芥末应该取少量沾到生鱼片上，再在另一侧三分之一的部分沾酱油，不要太多或太少，佐料少量，才能吃出鱼片的原味。当你在连续吃不同刺身时，可用萝卜泥清一清味蕾。大叶也要同时食用，用大叶包着吃起来也比较容易。

>煮物

以煮为烹饪方法的中间菜，关东煮一般煮到汤汁熬干，味道较重;关西煮则会保留更多汤汁，味道较淡。像芋头一类难以用筷子夹住的食物，千万不能用筷子扎着吃!要记住，用筷子扎是在使用筷子时绝对禁止的一种行为。大盘里的食物，不能用手端着转移一部分到自己的小盘子里。蔬菜类如果块儿比较大，则需要可以掩面食用。

>寿司

寿司时日本人的传统食物，在点菜前就要用温毛巾把手擦干净，然后点菜。如果不知道该点什么，可以问厨师的意见。在日本，征求厨师的意见是很有礼貌的行为。吃寿司时不要用筷子，而是用手。吃寿司的时候也不要蘸太多的调料，会影响鲜味。最好直接把寿司放入口中，一口吃下去。在就餐的过程中，不要让厨师拿饮料、筷子、账单等物品，这样对人家非常的不礼貌。

>烧物

即烧烤的食物，一般是烤鱼。吃烤鱼的时候，可以折断鱼尾，再用筷子戳开鱼腹，一支筷子压住鱼头、一支筷子翻除鱼皮(因为鱼皮受碳烤，去鱼皮是一种健康而高雅的吃法)，从左吃起。吃烤鱼不可以翻面，用筷子将鱼头、鱼尾、骨头挑出放在餐盘上放，在继续吃另一面。同时吃点白萝卜有去腥效果。吃完后需要遮盖食物残渣。

>扬物

即炸类食物，日餐里最著名的扬物就是天妇罗了，其中又以虾为冠。天妇罗的挂糊越薄越好、越热越香，最好现炸现吃，好的天妇罗外面酥脆可口，里料软滑香甜。吃天妇罗的时候要慢慢咬，不要一口气全吃下去，最好要一点一点吃。那在吃扬物的时候，要按照什么顺序来品尝呢?一般扬物都按照味觉来排列，通常顺序为炸虾、炸鱼、炸蔬菜。

>蒸物

即以蒸为主的菜，有时会作为煮物与烧物的替代品出现。食用茶碗蒸物时，先一手拿稳茶杯，另一手拿汤匙划直径后，沿着杯壁在内部划一圈可完美分离蛋与茶杯。

>酢之物

即醋拌的凉菜，不能当主菜。西餐色拉经过日式改良之后，成为凉拌菜系列中的重要一员。吃醋拌凉菜最好分两、三次吃，不宜一次吃完。

>御饭、汁、香之物

即米饭、味噌汤等主食。味噌汤有清汤、酱汤之分，也称止碗，表示一套完整的出菜顺序结束。饭只能填七、八分满，填满饭碗有永别之意。吃饭时，须以碗就口，忌只用筷子夹饭。饭吃到一半才可吃泡菜，且须夹一块吃一块，忌只咬一小口而暂置于饭上。

>汤

日本的味增汤(Miso shiro)很有名，喝汤时应左手拿碗右手拿筷子，把碗端到嘴边喝，一边喝一边用筷子搅动。端碗时，拇指扣住碗口，食指、中指、无名指扣住碗底。喝汤时最好发出声音，不要觉得不文雅，发出声音表明这汤非常好喝，是对厨师的一种尊重。

>面

很多朋友都知道在日本吃面条一定要发出声响，这样表明面很好吃。这是对的，但是当面端上来后不能马上吃。要先欣赏一下面的“外貌”，然后闻闻味道，最后再吃。日本人通常会直接从汤碗上把面条吸入口中，吃面之前不能加调料，这表示不相信厨师煮的面，但等你吃了几口之后，就可以添加自己想要的调料了。喝汤的时候，日本人一般都端起碗来喝，但也可以用汤匙舀着喝。

>饭

这里的饭专指白米饭(Gohan)，吃饭时用左手把碗端到胸前，拇指扣住碗口，食指、中指、无名指扣住碗底，不要离嘴太近，之后用右手拿筷子。不要狼吞虎咽，最好是把嘴里的食物吃完后再吃下一口。需要注意的是不要把菜放在饭上，而是要先吃饭再吃菜。

>咖喱饭

咖喱饭并不仅仅是印度的传统美食，日本的咖喱饭也很有名，在日本咖喱饭叫Kare Raisu。吃饭时，先把咖喱香料放在饭上，然后用大汤匙来吃，不要用筷子，然后慢慢吃。

>饮茶礼仪

日本人很爱饮茶，同一餐的不同时间会端上不同种类的茶。一般来说，用餐之前会端上绿茶，用餐期间和之后会端上煎茶。饮茶礼仪有男女之分，女士喝茶的正确方式是用右手拿着端茶杯，而左手的手指也要支撑着茶杯，男士则是用一只或双手端茶杯都可以。

>饮酒礼仪

在日本，20岁以后才能喝酒。男性持酒杯的方法：用拇指和食指轻按杯缘，其余手指自然向内侧弯曲。女性持酒杯的方法：右手拿住酒杯，左手以中指为中心，用指尖托住杯底。别人第一次为你倒酒时，出于礼貌一定要喝一小口，如果你不胜酒力，不想多喝可以在第二次的时候说出来，日本并没有劝酒的习惯。

在日本，不要自己给自己倒酒，而是两个人相互给对方斟酒。斟酒的时候要看着杯口，离开座位斟酒的时候，不要拿着自己的酒瓶给人斟酒，一定要用对方桌子上放着的酒瓶斟酒。斟酒时注意不要让杯子和酒壶相撞，如果酒壶或酒瓶很重的话，用右手拿着的同时可以用左手轻轻扶住，注意斟酒要斟满。另一方在斟酒时不要把酒杯拿在手里，而是要放在桌子上。

**日本食堂礼仪论文范文 第五篇**

>一、日本饮食量少质高体现日本文化的浓缩意识

日本料理给我们的第一印象:细致精美、品种繁多、分量很少。从感官角度来讲，精美的加工和设计，可以引起人们的食欲;从食用角度上讲，一种食物再好吃也不会一下子吃很多，但是很多种食物放在你面前的时候，就会每一种都想品尝;份量和种类上的控制可以培养人良好的饮食习惯，不至于过分偏食和挑食，也不会过多的浪费。日本的传统点心，制作时均控制在45克左右，以方便拿取和食用;点心的形状和颜色往往与当时的季节和环境相对应，是浓缩型的季节象征。食物的精巧、极具效能体现了日本文化的浓缩意识，浓缩是为了更好更合理的利用空间和资源，浓缩意识中包含着日本民族强烈的危机感和自我保护意识。日本是一个多火山、多地震的独立岛国，自然灾害多且频繁，每年大约发生一万多次地震，有感地震能达到几千次左右，极具破坏性;又常常被台风等自然灾害侵袭;领土面积狭小，人口众多，资源有限;促使了日本民族生活上的严格要求;在生产和生活上需要做到最低限度的节约，以精细小巧为导向，以精细小巧为美。

日本民族把传统的精巧观念发挥到了极致，并且将这种观念融入到生活的各方面，凡事都能做到节约，合理利用一切做到充分的自我保护。生活在岛国上的人们时刻具有危机感，不仅是日本，诸如英国这样的岛国也应该如此。日本民族生活在危机感中不只是面对恶劣的地理环境，同样面临资源匮乏，虽然地理环境是人类无力改变的，但是面对资源问题，日本人在二三十年前就已经开始垃圾分类回收利用，在分类上有着严格的要求。去过日本的人都感慨日本很干净，那是因为他们可以为了丢弃一个瓶盖而排起长队，把其放到指定的回收地点。强烈的危机意识告诉他们，现在放回去的只是一个小小的瓶盖，但将来会带给他们生存希望的源泉。

>二、日本饮食文化的食肉历史发展反映出民族的矛盾性特征

日本曾经向中国称臣纳贡，在生活上谦虚谨慎至极，可以说到了自卑的程度;也曾经向中国发动过战争，战争永远印记在我们的记忆中。有的人认为很难把战争中杀戮的日本人与谦和地说着对不起的日本人联系起来，这个很大程度上是因为日本民族自身矛盾性。现如今，日本的科技和经济仍然居于世界的前列，取得令人瞩目的成就，表现出日本民族的自信。从日语语言的角度上来看，针对不同的人物对象，语言的使用上都有明确的规定，语体上分简体和敬体，除此之外日语的敬语表达更是发达，敬语的表达又被分为尊他语、自谦语和郑重语，不同的人与人之间，不同的时间地点，说的语言都有所不同，可见礼貌要求极为严格。

1868年，明治维新后日本发生了重大变化，在此之前，日本长期向中国朝拜，受到儒家思想的影响。一直到明治维新，日本都是落后的农业国，原来日本本土文化注重与大自然的和谐。但明治维新以后，受到欧美文化的影响，日本从农业国转为工业国，经济能力跃然升至世界前列。西方文化强调人的力量和人的主观能动性，和日本的自然和谐观念是相对的，以中国为代表的东方文化与西方文化在日本这个国家里发生了碰撞，日本民族性格上的兼收并蓄使两种文化实现了融合，使得日本成为矛盾的统一体，正因为如此日本人在两种不同的价值观中徘徊，成为国民性格矛盾性的主要原因。这种矛盾性，体现在日本民族生活的方方面面。

>三、结语

鲁迅先生有一篇著名的杂文《拿来主义》，意指对待事物要批判地继承和批判地吸收。日本民族的思想中存在浓厚的“拿来主义”，或者说是借鉴学习，日本人善于学习，曾经一度热衷学习外来饮食文化，但并不只是停留在学习的第一层面，而是不断深入研究，并结合自身的特点形成独具一格的日本饮食文化，在这一文化的背后深藏着大和民族的特点，在饮食文化中也能看到大和xxx、隐忍、细腻、精致的缩影。

**日本食堂礼仪论文范文 第六篇**

日本是一个四面环海的岛国，独特的地理位置造就了日本独特的饮食习惯。在日语中，料理一词就是菜肴、烹调的意思。日本人注重菜肴的味道更注重菜肴的美感。因此烹饪在日本形成了一种独特的文化，既日本料理文化。

>一、日本地理位置对饮食习惯的影响

日本由九洲、本州、四国、北海道四个大岛及周围数十余小岛组成。由于处在西太平洋寒暖流交替的地带，鱼类资源十分丰富。因此，海鱼是日本料理中不可缺少的部分。在鱼类料理中，生鱼片最为常见。日本人好吃生食也与其文化观念有关。日本国土面积狭小资源缺乏，因此尤其具有环保和崇尚自然的意识。日本人认为生食能够最大程度上保留鱼类的鲜味，只有新鲜、未经加工的食品，才具有天然的色泽，红是红，绿是绿，黄是黄，从色彩学讲，它们都是原色，原色最具色彩生机，搭配到一起，互相衬托，格外提神，叫人欲罢不能。这令人联想到赏心悦目的日本自然景观：放眼望去，整个东瀛列岛沐浴在大自然丰沛的阳光雨露中，蓝天、绿海、白云，到处郁郁葱葱，那里的每一片树叶绿得发亮，一切都显得那样本色，堪称一个“自然”的乐园。除了生食之外，日本寿司也是一大特色。日本地处典型的温带季风气候区，适合大米的生长，因此饭团和寿司得以发展。将生鱼、生蔬菜等放入寿司卷中，又用芥末去腥，用酱油调味，便做成了美味的寿司。

>二、禅文化与视觉的艺术

日本料理十分清淡，最忌讳油腻，同时日本料理讲究摆放的艺术，给人以视觉上的美感。这样的理念与日本的禅文化有关，尤其是日本的怀石料理。怀石料理最早是从日本京都的寺庙中传出来，有一批修行中的僧人，在戒规下清心少食，吃得十分简单清淡，但却有些饥饿难耐，于是想到将温暖的石头抱在怀中，以抵挡些许饥饿感，因此有了“怀石”的名称。演变到后来，怀石料理将最初简单清淡、追求食物原味精髓的精神传了下来，发展出一套精致讲究的用餐规矩，从器皿到摆盘都充满禅意及气氛。怀石料理的摆放给予食用者无限的现象，体现了日本人的含蓄。除了怀石料理，寿司也同样讲究摆放。摆放寿司时会充分考虑到颜色的搭配以及形状的美感。许多饭团还被做成了各种动漫卡通形象，增添了不少情趣。

>三、介绍日本料理文化的意义

要真正了解一个国家，就要亲临那里去体验。而吃是旅游的过程中必不可少的环节。如今日本料理文化名声远扬，是日本文化的精华之一。把料理做为一个切入点能够更好的了解日本文化的方方面面。包括气候、环境、历史、人文等等。料理从某种程度上来说是一个契机，不仅可以激发我们对日本文化的研究兴趣，更能以交流料理来促进对日本的理解。

**日本食堂礼仪论文范文 第七篇**

餐桌和入座

在日本，日式餐馆和传统日本家庭内设置的是日式矮桌和坐垫。如果您希望了解更多请访问我们关于入坐的技巧与规则页面以了解更多信息。

“我要开始用餐了”和“承蒙款待了”

在日本，开始用餐之前会很虔诚的说itadakimasu(我要开始用餐了)，在吃完后要说gochisosama(deshita)(承蒙款待了)。

共同进餐在日本家庭和餐馆(如小酒馆)里，点几种菜，大家一起吃的时候，您应该用公用的筷子从大盘子里夹一些食物放到您自己专用的盘子里吃。

正确的使用筷子是日本餐桌礼仪重要环节，具体筷子的使用方法请查询使用筷子。

餐桌须知

在公共场合擤鼻涕的动作应该尽量避免，特别是在餐桌上。

盘子里的食物尽量吃干净。

用餐过程中，以及用餐前后，避免谈论洗手间或令人倒胃口的话题。

尽量避免打嗝等行为。

用餐后，把使用过的餐具放回用膳开始时的位置，包括把餐碗的盖盖好，把筷子放回到筷子盒或纸袋。

饮酒须知

喝含有酒精的饮料时，日本人习惯为对方斟酒，而不是自斟自饮。所以在日本喝酒时您也可以入乡随俗的常去看看朋友的杯子，一旦他们的杯子快空了，就给他们斟上一些酒。同样，如果朋友要为您斟酒，那就迅速喝空酒杯，并且拿起酒杯接受朋友的好意吧。

在一些高级餐馆里，比如提供怀石料理的日式餐厅(日本大餐)，喝醉酒被视为是一种很失态的行为。在异国他乡，即使在普通的小酒馆也该尽量避免喝醉酒而引起的不愉快。

用餐开始，大家通常说这“干杯（kanpai）”，然后举杯共饮。这个时候应该避免讲中国话“请，请（ching,ching）”因为“请(qing)”的发音，很容易被日本人听为“qin”,而日文发音“qinqin”，是男性生殖器的意思。

如何吃…

…米饭

吃米饭时一只手拿碗，另一只手拿筷子，把碗举到嘴边吃。与寿司不同，白米饭一般是不会同酱油一起食用的。

…寿司

小盘子中倒入酱汁。注意用多少就倒多少，在资源并不丰富的日本，浪费被视为一种很不礼貌的行为。

一般来说，不用在酱汁中加入绿芥末，因为除了一些不需要配芥末食用的寿司以外，大部分寿司中都有添加绿芥末。如果您喜欢自己加芥末，礼貌的做法是加少量，这种做法也是对制作寿司的人的尊重。如果您不太喜欢芥末，可以事先说明，叫一些不含芥末的寿司。

吃寿司，最好一口一个。分为几次吃的话常常会破坏食物的精美外形。另外，您可以根据自己的习惯，用手或者筷子吃寿司。

如果是握寿司，把一片倒立浸入酱油，鱼肉部分向前。有几种新的握寿司不应该被浸入酱油，例如腌过的。

如果是军舰寿司，正确的食用方法是倒小量的酱汁在寿司的上面，而不是把寿司浸入酱汁。

…生鱼片

将酱汁倒进准备好的小碟子中。可以在生鱼片上放一些芥末，但不宜太多，因为这会破坏鱼片的原味，还有可能会冒犯到作寿司的师傅。吃的时候，把生鱼片夹起蘸酱汁。另外有一些生鱼片需要和姜末一起品尝，而不是芥末。

…大酱汤

端起碗来喝汤，用筷子将里面的汤料夹起来吃。

…面条

用筷子将面条送入口中，并且可以有节奏的吸食。在日本吃面条出声音是正常的，不会被认为不礼貌，所以您可以大胆的啧啧的吃面条，周围的日本人都是这个样子的。

喝面汤时，可以用店家的汤勺，也可以直接端起碗来喝。日本拉面，汤的味道非常好，笔者个人总是先尝一口汤再吃面的。

…日式咖喱饭(以及米饭和菜混在一起的其他食物)

像日式咖喱饭那样的大米食物，由于是白米饭上盖菜（例如大碗盖饭），饭菜掺着吃，所以用筷子夹起可能会比较不顺手，所以您可以选用勺子吃。

…大块食物(例如油炸大虾、豆腐)

用筷子分开食物，吃上一口，然后把剩下的放回您的盘子里，根据您自己的节奏享用美食。

**日本食堂礼仪论文范文 第八篇**

首先，用手托起食器进食是基础。但是需要注意的是，像大锅、大盘等大型器具却又不能用手拿。当然，手持食器也是有讲究的，不可将手指深入到碗中，一般是用手掌托住碗底，五指顺着碗的外轮包着碗，这样既不用担心碗不小心掉落，也不用担心手指碰到碗内的食物弄脏食物。

汤类的吃法

一般汤类会装在带有盖子的碗里，这时候就要仔细观察食器了，如果食器是带有描金花纹的话，就不能直接将嘴巴凑到食器上喝汤，而要将汤舀到自己手中持有的小碗中。取碗盖的方法则为以左手扶碗，用右手打开，将盖面朝上放在膳盘外，注意不要将盖上带有的汤汁撒到碗外面。开始食用时，应先喝汤，再吃汤料。

生鱼片的吃法

在人数较多的宴会上，经常会把生鱼片装在较大的盘子上，这时候切记不可急着动筷，要等主人、长辈等动筷后才可开吃。这时候要用公筷夹取少量的生鱼片放入自己的碗中，尽量夹自己面前的，以免破坏整盘生鱼片的形状。

用餐五大忌

1、将胳膊肘搭在桌上

会给人一种很慵懒的感觉，坐直后，离桌子稍稍远些，就不容易将手搭在桌子上了。

2、狗食法

埋头将脸无比贴近食器，像狗一样吃东西的吃法让人看了不舒服。

3、发出声音

吃东西发出声音表示对他人的不尊重，另外，口中含着食物讲话也是一种不礼貌的行为。

4、吃着碗里看着锅里

吃着自己碗里的，眼睛却滴溜溜地盯着桌上其他食物，这样子会惹人反感。

5、不断的换手拿器具

一会用左手拿器具，一会用右手拿器具，袖子上附着的灰尘容易掉到附近的碗里，应注意。

用餐期间，如果要停筷休息，应该要把筷子置于筷架上，在没有筷架的情况下，应把筷子放在桌子左边或架在小蝶上。用完餐后，记得筷子，碗盖等恢复到用餐前的样子。

**日本食堂礼仪论文范文 第九篇**

1．排位和就坐

如果是赴宴，主人一般都会事先安排好客人的座位。主宾或主宾夫妇会面对主人夫妇而坐。来到餐厅，一般长者或宾客先行，主人随后。正式宴会，晚辈要比长辈先到。入包厢后，主人或上司应坐在靠内离门口最远的地方，职位最基层的人，坐在靠近门口的地方，方便传菜或关门。私人聚会，由买单者坐在离门口近的地方。

就餐时，如果是我们常见的桌椅，那么得体地就坐即可。若是在日本的榻榻米用矮桌就餐必须要脱掉帽子、手套和鞋子，但可以穿袜子。日本人在坐榻榻米时会坐在座不团(日本人称为Zabuton)上。正确的做法被称为正座，日语叫Seiza，需要你双膝并拢跪地，臀部压在根部上。这种坐法很正式。

比较轻松的做法有盘腿座(日语称为Agura)和横座(日语称为Yoko suwari)。男性一般都是盘腿座，即把xxx叉在前面，臀部着地。女性则是横座，就是将双腿少许横向一侧，身体不压住双脚。

2.用餐要说什么

看日剧的时候，有没有发现日本人在餐前以及餐后都要高声表达两种感受。用餐前要说“Itadkimasu（我开动了）”，意思是欣赏这顿饭食。用餐后要说“go-chiso-samadeshita(谢谢您的款待)”，表达对主人的感激。

3．餐桌须知

虽然日本和中国一样使用筷子吃饭，但与我们还是有所不同哦！在日本，筷子叫Hashi，是尖头筷，不是我们在国内使用的平头筷子。如何正确的使用筷子，这是日料餐桌礼仪的基础。

我们日常吃完饭习惯把筷子竖着放，但是日本人觉得竖着放筷子指人是对人的一种不尊重，切记哦！

4．用酒

在就餐时，自斟自饮是很不礼貌的，所以在日本饮酒常去看看朋友的杯子，适时为他们斟酒。喝酒前大家通常说这“干杯（kanpai）”，然后举杯共饮。这个时候应该避免讲中国话“请，请”。

5.用餐顺序

日本人的一餐饭食通常包括一碗饭、一碗味增汤、两三道菜肴。配菜越多则越显正式和体面。看着一桌子的美味，从哪里开始品尝呢?用餐的正确顺序是：首先小口喝热汤，然后按照上菜顺序开始品尝菜肴。但如果菜肴很多，或者是一起上菜的，那么对于吃菜的顺序并没有要求。但是就算你对哪一道菜肴特别欣赏，也不要只集中吃一道菜，有一个顺序循环品尝每道菜肴，让每道菜都比例均等。

6.吃面

如果只是简单的去吃一碗拉面，吃面时可以有节奏的吸食，发出享受的呼呼声。这个时候千万不要害怕被妈妈骂没礼貌。在日本，吃面时大声把面吸入口中，表示面条很美味，这是对厨师的尊重。

**日本食堂礼仪论文范文 第十篇**

摘要：大家都知道日本是一个长寿的国家，现在的平均寿命居位居世界首位，除了自然环境和其他因素外，追求健康而绿色的饮食习惯也是极为重要的因素。

本文通过对日本饮食特点的浅析和几个代表性料理的介绍，体现日本饮食文化的许多优点及日本人的审美意识。日本的饮食是很特别的拥有自己的风格的同时，又融入了中国和西方其他国家的色彩。这也许和日本善于吸取他国长处的原因有关。

关键词：饮食文化、特点、日本料理

日本是一个南北狭长的岛国，是一个典型的围海而生的国家。自古以来从南方、北方和西方引进文化，经过不断的沉积、融合和演变，最终形成了日本列岛的文化基础，而日本饮食文化就是这些文化基础的一个重要组成部分。中国有句俗话说“民以食为天”，食是人类生存的最基本条件，可见饮食在文化中占据多么重要的地位。在了解一个民族或国家的文化时，有必要先去研究它的饮食文化。

>一、日本饮食的特点

日本料理最大的特点是生鲜海味。日本四面环海，由四千多个岛屿组成的日本列岛，气候温和，四季分明，有得天独厚的新鲜海产，所以能够发展自己的海洋菜肴。换言之，风土酿就菜系。所以，各类海鲜料理已经成为日本饮食中别具特色的代表性食品。

日本的气候四季分明，谷物、果蔬、水产品等的生长期和品质受季节变化的影响很大。基于对食物新鲜程度和品质因素的考虑，日本料理的选材也是四季分明的。思维方式也使他们合理地选择应季的食物。日本人在料理的烹调方式上崇尚食物的原汁原味，少用调料，以清淡的口味为主，生食便成为保持食物原味最好的食用方式。

日本料理是一种用眼睛和鼻子来品尝的食物，其外观造型甚是精美，配合食物，每一道菜都犹如中国的工笔画。日本饮食讲究“艺术性”和“优雅感”。在日本的食品中，其名称与自然景物有关的约占总数的一半以上，凡是去过日本的中国人或许都会感觉到，日本的菜肴与其说是让人饱口福，倒毋宁说是让人赏心悦目。所以日本人对料理的形状和色彩的搭配是极其讲究的。在日本，一个厨师水平的高低主要取决于两点：刀工和一双装菜的筷子。日本料理给予我们的是日本人审美观的表达，也是日本饮食文化的体现。

日本料理的另一个特点就是“少”。中国人吃饭讲究的就是个实在。要吃好，并且还要吃饱。吃好自然不必说，要吃“饱”，这在吃日本料理时就有点困难了。中国人吃菜是一筷子，一勺子地吃。日本人是一片菜叶一片肉地吃。往往一顿饭吃下来，只有6分饱，过两个小时又想吃饭了。在日本花400日元买的便当，也就是盒饭，往往里面就是3块炸鸡和一片黄瓜，几片腌萝卜。可别以为有3块鸡肉就很合算了，鸡肉是最不值钱的东西，白菜都比它贵。正因为蔬菜价格很高，所以日本料理里蔬菜的分量不多，我是这么认为的。也不光蔬菜，其它的东西一样很少，往往一样菜是一小口就结束了。不实惠，这也是我的感觉。

对食器的讲究也是日本饮食文化的特点之一。古人云“美食不如美器”，在日本，稍有水准的料理屋在餐具上都是很用心的。这也说明了容器在料理中的地位。美器不仅仅是对美食表层的烘托，更是对美食内涵的诠释。日餐器皿的材质多为瓷器、木器还有漆器等，丰富多彩，既实用又具观赏性，使就餐者耳目一新。另一方面，对饮食环境的考究，也反映了日本人在饮食文化上的美学追求。

“淡”可以说是日本料理的最大优点。日本人长寿的原因估计也和他们饮食的清淡有关。中国菜基本上每样菜下锅之前都要先往锅里倒油，没有油，也就不会有美味的中国菜。可是油吃多了有什么后果大家都很清楚。而传统的日本料理则很少用油，寿司，生鱼片，都是十分清淡的食品。刚吃的时候也许会感到精淡无味，但是时间长了就会感到很爽口，和中国菜是完全不同的风格。不过就健康角度来说，我认为还是日本料理更好一些。

日本饮食一般可分为主食和副食。米是主食，蔬菜及鱼等为副食。中世纪至明治时期，日本人受到佛教思想的影响，对肉食有所禁忌，所以很少食肉。明治以后，这种禁忌才得以消除。第二次世界大战以后，日本饮食中也普及了面包等面食类。随着经济的成长，由于西方文化的不断渗透，肉类和乳制品等的摄取也大幅增加。再加上速食食品的普及，使日本人的饮食生活愈发多样化。

>二、日本料理

（一）酱汤

酱汤在日本也有着悠久的历史。8世纪初，随着佛教从中国的传入，酱也从中国传入日本。它先在寺庙与宫廷中兴起，后在民间被广泛食用。现在日本研制生产了各种速成酱汤，可用开水冲食，并且便于携带。由于酱汤制作容易又富有营养，日本军队也很重视这种传统食品。酱汤以酱为主，主要原料是大豆，含有大量蛋白质，营养丰富，味道较咸。在日本，人们把酱汤视为“母亲的手艺”，可见它在日本人心中的分量。米饭就酱汤吃，是日本传统式的早餐。作为从小时就养成的饮食习惯，就更适合日本人了。

（二）生鱼片

日本料理以生鱼片最有代表性，它堪称是日本料理的代表作。自古以来日本就有吃生食的习惯。江户时代以前生鱼片主要以鲷鱼、鲆鱼等为材料。明治以后，金枪鱼、鲣鱼成了生鱼片的上等材料。现在，日本人把贝类、龙虾等切成薄片，也叫“生鱼片”。去掉河豚毒，切成薄片的河豚鱼，是生鱼片中的佼佼者，鲜嫩可口，但价格很贵。吃生鱼片必须要以芥末和酱油作调料。

（三）寿司

寿司又称“四喜饭”，是日本料理的代表。寿司味道鲜美，很受日本民众的喜爱。寿司是日本料理中独具特色的一种食品，种类很多。现代日本寿司大多采用醋拌米饭的方法来加工其主料。日本四周环海，各类时鲜鱼类为寿司的制作提供了丰富的素材。正宗的寿司有酸、甜、苦、辣、咸等多种风味。因此，吃寿司时，应根据寿司的种类来搭配佐味料。现在寿司的品种根据人们的口味增加了许多，色彩也是绚丽多彩。寿司的美味不仅体现在食上，更体现在形与色上，每一块寿司都是一个精美的小艺术品。

（四）纳豆

纳豆是日本最具有民族特色的食品，大部分日本人在日常生活中经常吃。纳豆是以大豆为原料，其营养成分容易为人体吸收，是一种很具价值的营养食品。最新的研究还表明，纳豆对引起大规模食物中毒的“罪魁祸首”病原性大肠杆菌的繁殖具有很强的抑制作用。

（五）卓袱料理。

卓袱是中国式饭桌，即八仙桌。卓袱料理是中国式的料理，有蘑菇、鱼糕、蔬菜的汤面、卤面等。其特色是客人坐着靠背椅，围着一张桌子，所有饭菜放在一张桌上。

这种料理起源于我国古代的佛门素食，由隐元禅师作为“普茶料理”（即以茶代酒的料理）加以发扬。由于盛行于长崎，故又称长崎料理。料理师在佛门素食内采用了当地产的水产肉类，便创立了卓袱料理。

卓袱料理菜式中主要有：鱼翅清汤、茶、大盘、中盘、小菜、炖品、年糕小豆汤和水果。小菜又分为五菜、七菜、九菜，以七菜居多。一开始就先把小菜全部放在桌子上，边吃边将鱼翅清汤及其他菜肴摆上桌。

>三、日本饮食和中国的一些区别

在中国，中国的主食是谷物，北方为面、饭等大米、小麦加工出的食物，而南方为米饭。菜肴的原材料也多为陆生的动植物，也有江海湖泊的鱼类。据有关资料显示，中国每人每年平均食用鱼类约十几公斤，这个数字根据地理环境的不同，南北差异很大。

如果说中国重视的是食物本身，日本重视的就是盛载食物的餐具，对味觉和视觉的不同追求，造就了中日不同的饮食文化。很明显的，中国人虽然注意到放置食物的器皿对食欲有影响，在评价一道菜时也会用“色、香、味”来作为标准，烹饪理论上还有“五色、五味”等的说法，但主要评分点还是在食物本身上。而日本则不同，对餐具的选择会因季节、节日、菜色等等的不同而有很大的差别。

日本是与我们一衣带水的“邻邦”，自古以来，日本的文化就深受中国的影响。因此，日本的饮食与中固有着许多相同之处。比如，日本人和中国人饮食餐具基本相同，都是使用筷子、碗、盘子等。虽说现在许多人钟情于西餐，但传统的“日本料理”吃起来还必须使用筷予。其次，日本人和中国人的待客都非常热情。古人日：“有朋自远方来，不亦乐乎。”一个中国家庭，一旦来了佳宾高朋，采购、烹饪、陪客，忙煞主人。备料丰盛，做工精细I，烹调讲究“色、香、味”，待客力尽地主之宜。日本人接待客人也是充满诚意的，“不亦乐乎”与中国人不分上下，往往为了一顿饭，提前好多天向饭店预约，甚至开车带着客人跑到老远去用餐。

>四、结语

总之，从日本的饮食文化，我们可以深深地体会到，日本人之所以长寿，与他们的合理、健康、营养的饮食是密不可分的。日本文化透过饮食文化，体现出日本饮食文化的许多优点及日本人的审美意识。这些传统的饮食习惯也不同程度地反映出日本饮食文化的优点，值得我们今后思考与学习。日本饮食文化的第三个特点是“追求造型美”。日本饮食讲究“艺术性”和“优雅感”。在日本的食品中，其名称与自然景物有关的约占总数的一半以上，如松风、红梅烧、矶松、桃山、牡丹饼，以及州滨、时雨、越之雪、落雁，等等。除了名称以外，凡是到过日本的中国人或许都会感觉到，日本的菜肴与其说是让人饱口福，倒毋宁说是让人赏心悦目。

**日本食堂礼仪论文范文 第十一篇**

日本餐桌礼仪规范日本的餐桌礼仪从餐前到餐后，从第一道菜到最后一道菜层层都有很多细微的讲究：用餐前后————日本人在用餐之前及之后都要高声表达两种感受，用餐前要说“Itadkimasu！”，意思是欣赏这顿饭食；用餐后要说“Go—chiso—samadeshita！”， 意思是感谢款客者预备这顿极美味的饭食

用餐期间———————日本人的一顿饭食包括一碗饭，一碗味增汤，两道或三道菜肴，配菜越多，那顿饭便越够体面，若有数道菜肴端上餐桌，以令客人颇难选择先品尝哪一道。用餐的正确次序是先喝小口热汤，后吃那道菜也可，但是不要只集中吃光同一道菜肴，应顺序循环吃每道菜肴， 使各分比例均等，才可同一时间吃光所有菜肴。

用餐方式——————日本人的用餐礼仪似乎严厉，但日本人容许狼吞虎咽式吃法，这吃法真是令其他国家的人感到惊讶。例如吃寿司，日本人习惯赤手拿着寿司浸一浸豉油，然后直接入口中，他们不会用筷子吃寿司；又例如吃面，日本人直接从汤碗把面吸啜入口，且必会发出响声，依据日本人的习俗文化，吃面时发出响声是表示面食很美味，亦是对厨师表示赞赏的方式。

祝酒—————一顿正统的日式饭食通常备有日本米酒，日本人喜欢在用餐时喝米酒，他们通常会在互相祝酒后才开始用餐，即使客人不想喝，款客者都希望客人会假装喝一小口。

日本餐桌禁忌在公共场合擤鼻涕的动作应该尽量避免，特别是在餐桌上。盘子里的食物尽量吃干净。用餐过程中，以及用餐前后，避免谈论洗手间或令人倒胃口的话题。尽量避免打嗝等行为。

用餐后，把使用过的餐具放回膳开始时的位置，包括把餐碗的盖盖好，把筷子放回到筷子盒或纸袋。

>日本使用筷子注意事项

いけないお箸の使い方

不可行的筷子的使用方法

①叩き箸（たたきばし） 茶碗などを叩く箸使い 用筷子敲打碗

②突き箸（つきばし） 食べ物を突き刺す箸使い 用筷子叉食物

③弾き箸（はじきばし） 食べ物を箸で弾く使い方 用筷子弹食物

④立て箸（たてばし） ご飯盛に箸を立てる箸使い 把筷子插在饭中间

⑤噛み箸（かみばし） 箸を噛む箸使い 咬筷子

⑥舐め箸（なめばし） 箸を舐める箸使い 舔筷子

⑦折れ箸（おればし） 折れた箸を使う 使用断了的筷子

⑧違い箸（ちがいばし）異なった箸を使う 使用不同的筷子

⑨渡し箸（わたしばし）箸と箸とで料理を渡しあう 彼此用筷子传递食物

⑩移り箸（うつりばし）迷い箸（まよいばし）

お料理を取る時に迷う

伸出筷子后，犹豫不决，不知道夹哪个好。

记住了么？那今天就到这里，下次再会！では、また！

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！