



# 沙拉店解决方案

准动网络科技（厦门）有限公司出品

[www.pospal.cn](http://www.pospal.cn)

1 对 1 咨询顾问：400-000-7749 / 0592-3135678



银豹课堂班长  
微信添加  
了解更多行业知识

好像，突然之间全民开启了健康模式。阿姨们集体广场舞，叔叔们集体骑行爬山，年轻人的朋友圈，全是健身照秀身材秀健康。不难理解，因为这是个越来越注重“外表”的社会。

为了保持身材，除了在健身房挥洒汗水，人们对自己的饮食也有限制和要求。

这种食物既要保证他每天的营养，也要尽可能低卡路里。

于是，外观诱人，味道鲜美，不会增脂的色拉，成了人们的第一选择。

## **那么，色拉是如何一步步占领现代人的市场的呢？**

从 2010 年开始，餐饮界快休闲餐厅的风潮，揭示出消费者对于就餐空间的舒适度和趣味性的需求。当这两个趋势汇聚到一起，我们看到了越来越多新一代城市休闲餐厅的出现，而在其中，沙拉是不能绕过的品类，同时它也跟随着全球对于健康餐饮的需求，从前菜慢慢登上正餐、代餐的地位，和粥粉面饭一样，进化成为自成一体的单品。

2013 年，习惯购买沙拉的人群从健身、有机等细分领域开始扩张到更大的白领、学生群体。

沙拉这个细分品类，在 2014 的中国市场几乎还是一片空白，直到 2015 年米有沙拉第一个提出了“主食沙拉”这一概念并且成功地受到了市场的认可。色拉正式从西餐中的前菜，转变为餐饮市场上的另一功能性主食。

正因如此，再加上人们健康意识的崛起，不难感受到，色拉店的前景是及其广阔的！

大家看到了米有沙拉的爆红，纷纷意识到这是一个极具潜力的市场，于是乎这一年内全国各地如雨后春笋般冒出了各种沙拉品牌。例如大开沙戒，XXXX。正如咖啡代表着一种闲适的生活态度，沙拉所代表的是一个以健康为餐饮目标的生活态度。而在中国，健康餐饮的市场是一个必然会到来的巨大市场。

## **想要开一家色拉店，首先要对这一行业了如指掌，那我们就简单的讲一讲色拉店的类型及其**

### **定位吧！**

#### **● 对于外卖为主的色拉店：**

外卖第一要解决的是信任，就是我完全没接触过这个品牌，这个门店的顾客，怎么相信这店是正规的，是干净卫生可靠的，尤其是色拉，顾客对卫生的关注会更高。要解决这个疑虑，最好把外卖型门店开在商场里，尤其是新品牌。这样可以借助商场来增加信任感，同时也容易认同你的售价，毕竟，在知名商场里。

问题又来了，知名商场房租贵，怎么破？如果是外卖型的店，就不要选商场的黄金铺位了，只要在商场里就行，哪怕是最差的最难找的位置。反正主要是靠外卖小哥来跑。

外卖要把账本算清楚。如果客单价超出一定范围，它的外卖频次会降低，相应的为外卖产品付出的成本就高了。比如火锅外卖是非常伪需求的事情，你可能一个月能点一次，但需要两次物流成本（送餐、取锅）。建议外卖客单核心价格建议控制 20 块钱到 40 块钱。

- **对于堂食为主的门店：**

从顾客的角度来说，外卖的品类更局限于快餐、标准化的餐饮。而对于堂食来说，用户对吃的需求不仅仅

是吃饱饭，而是深度的社交需求。

顾客到餐厅消费，餐厅的环境、各项服务、氛围、感官等，各个角度都对品牌进行打分。对于社交型餐饮来说，堂食的方式更能代表中国的饮食文化，色拉店要彻底融入中国消费者的菜单，融入中国市场，堂食店是不能跳过的一环。

堂食类型的色拉店，菜单要与外卖类型的有所区分，所有的设计必须考虑到顾客是坐下来消费的，体验感要加强。

了解了基本情况，想要开好一个色拉店，店铺选址也是很重要的一个过程，以下这些意见，希望

**可以给你一些帮助！**

### 适合色拉店的商圈特质

- **高档办公区，白领聚集地。**

沙拉目前为止还是一个比较细分类的餐饮行业，受众群啊基本为 30~40 岁之间的白领（女性客户占比 80% 以上）

作为追求健康生活的主力人群，午饭晚饭一定是少不了色拉的！倘若在他们工作的区域开一间色拉店，一定超受欢迎！



那里都是真爱粉

- **针对年轻人为主的商业综合体。**

年轻人对于事物的追求，往往是更高层次的！不仅仅是约会，聚餐，哪怕是随便出来逛一逛，也要挑选一家外表时尚，口感美味的餐厅用餐，沙拉成了不二选择。抓住年轻人的胃，你就已经成功一半了！



这不是我们的菜

- **针对健身人群**

经常健身的人一定希望在锻炼之后，可以有一款色拉来补充能量，倘若是能在健身馆的附近开一家色拉店，销量一定是很可观的！

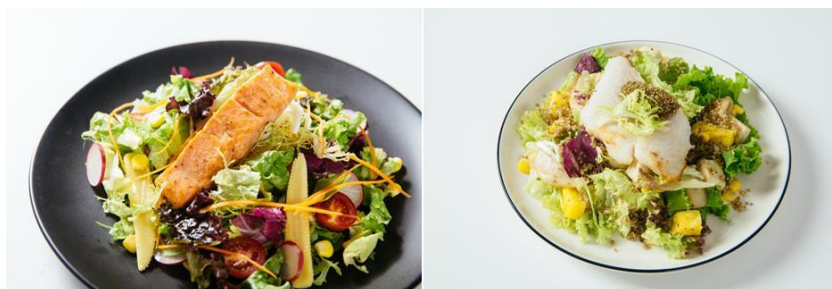
为了能够给你一份更加详细的开店指导，我们还准备了一份非常具有参考价值的色拉店参考设计

以及 SKU 建议，让你在适合中国人胃口的同时，又能保持色拉原有的特色。

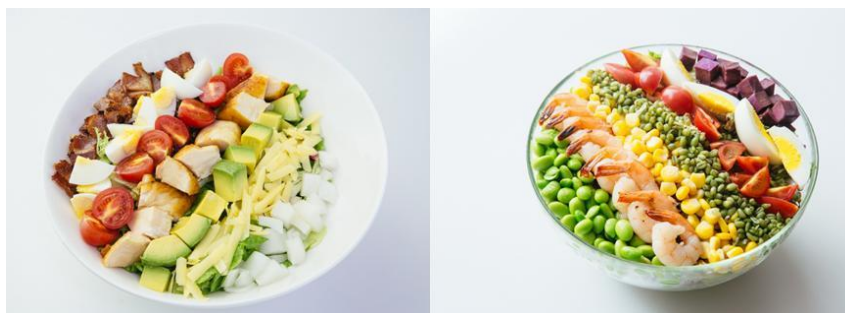
- **海鲜类：**

我们的主旨是：想减肥，真的不用只吃沙拉，菜叶子不是这世上唯一一种健康的营养食物。除了像兔子一样吃“草”，你还可以选择海鲜色拉。

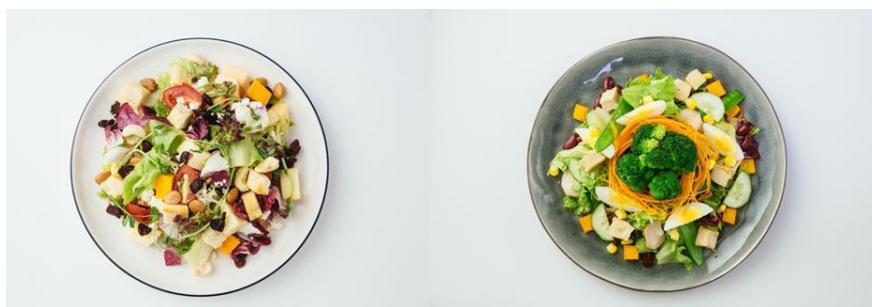
高蛋白，低脂肪，方便与其他品牌拉开价格差距，提升顾客消费欲望



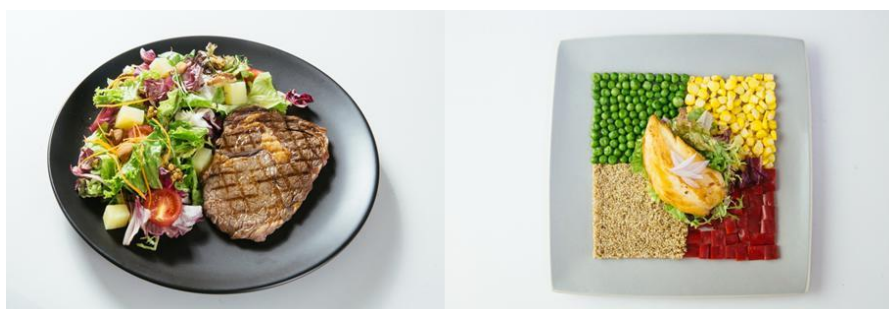
- **经典沙拉：**抓住大多数消费者的饮食习惯，营造专业感，外籍人士的最爱。



- **果蔬沙拉：**真正素食主义的最爱，真正意义上的吃草，是绝佳的减肥餐，也可以作为饭后消食小吃，好处大大滴！价格也很便宜。



- **创意沙拉：**抓住眼球，营造逼格，始终走在行业前端



不得不说，色拉的口味也是吸引顾客的一个重要因素

色拉的材料大致相同，而酱汁则是色拉的灵魂，以下是几种基本酱汁的介绍：

**香煎芝麻酱：**口味香甜，适合所有色拉配菜

**凯撒沙拉酱、千岛酱：**口味香甜，带有一点酸味，搭配蔬菜更佳

**油醋、黑醋：**口味以酸为主，油醋格外多一点辣味。开胃，抑菌，对身体有一定好处。

**美式辣酱、泰式甜辣酱：**口感辣味为主，适合独特口味的人群，海鲜搭配更美味

**柚子沙拉酱、芥末酱油、蜂蜜芥末：**甜苦为主调，适合蔬菜类色拉

既然提出了菜单和 SKU 建议，SOP 模板也是必不可少的！

鲑鱼沙拉			
配料：			照片
1	混合生菜	90g	
2	黄桃	70g	
3	洋葱丝	10g	
4	烟熏三文鱼	60g	
5	牛油果	80g ( 1/2 个 )	
6	黑橄榄	10g	
7	酸黄瓜	10g	
8	烤面包丁	30g	
9	巴萨米可黑醋汁	1份	
制作流程			
1			
3			
注意事项			
1			
2			
3			
4			
保存事项			
1			
2			

为了使大家更加轻松，有条理的开店，我们为大家在门店面积需求、物业条件、施工提出了以下

详细的建议：

- 开放式店面：

店内无论是沙拉吧还是厨房，都是透明开放的，这也成为品牌所提供的客户体验的一部分。等候菜品的时候，顾客可以直接看到开放式厨房里的员工在各种分割蔬菜。

- **外卖门店：**

1. 建议门店面积 40~60 平