**Popołudniowy głód? Pora na lunch!**

**Gdy w środku dnia dopada nas ochota na coś do jedzenia, coraz częściej decydujemy się na lunch. Zdaniem regionalnych restauratorów, ta forma posiłków cieszy się w ostatnim czasie coraz większą popularnością. Szybki, lekki i niedrogi posiłek powoli zastępuje nam zarówno domowe kanapki, jak i ciężkostrawne fast foody. Jak zatem wygląda oferta lunchowa w Białymstoku i kto z niej korzysta?**

Trudno wyobrazić sobie długi, wypełniony nauką lub pracą dzień bez przerwy na jedzenie. Nie każdy ma jednak czas czy ochotę na własnoręczne przygotowywanie posiłków, a kupiona w pobliskim sklepie bułka z jogurtem czy kanapka z fast foodu to na dłuższą metę niezbyt korzystne rozwiązania.

*- Nic więc dziwnego, że w ostatnim czasie coraz większą popularnością zaczynają cieszyć się serwowane przez większość regionalnych restauracji specjalne zestawy lunchowe, będące szybkim i niedrogim sposobem na zaspokojenie głodu – mówi Mariusz Topczewski, manager restauracji Winchester.*

W Białymstoku lunche najczęściej podaje się w godzinach wczesnopopołudniowych – pomiędzy 11 a 17. Ich cena oscyluje zaś w granicach 15-30 zł.

Co ciekawe, mamy tu do czynienia z dość zróżnicowaną ofertą – wśród dań znajdują się zarówno zupy, różnego rodzaju kremy, potrawy mięsne, jak i propozycje wegetariańskie. Częstym dodatkiem są desery czy napoje, a kucharze prześcigają się w pomysłach, próbując zaskoczyć nawet najbardziej wymagające podniebienia.

Ten wzrost zainteresowania lunchami wynika poniekąd również ze stosunkowo niskiej ceny tego typu posiłków. Serwowane w środku dnia dania w innych godzinach są na ogół nieco droższe. W konsekwencji w trakcie lunchu można więc zjeść nie tylko smacznie, zdrowo i elegancko, ale także tanio.

*- W godzinach popołudniowych odwiedzają nas przede wszystkim osoby, które chcą skorzystać z naszej oferty specjalnej. W tym czasie serwujemy bowiem cieszące się dużą popularnością, zróżnicowane zestawy w promocyjnych cenach – dodaje manager Winchestera.*

Jak zauważa przedstawiciel restauracji, lunch staje się też niekiedy sposobem na spędzenie kilku chwil z rodziną czy przyjaciółmi. Gdy czasu na rozrywkę i przyjemności jest zbyt mało, wspólne jedzenie może stanowić doskonałą odskocznię od natłoku zadań i pozwala na szybką regenerację w towarzystwie najbliższych.

Na wspólne posiłki coraz częściej umawiają się również przedsiębiorcy i biznesmeni. Prowadzone w ten sposób rozmowy „o interesach” umożliwiają łączenie przyjemnego z pożytecznym, a jednocześnie oszczędzają cenny czas.

Wreszcie, z oferty lunchowej korzystają także uczniowie i studenci. Przerwy pomiędzy zajęciami, jak i ograniczone możliwości finansowe sprawiają bowiem, że smaczny i tani posiłek w ciągu dnia staje się w większości wypadków najkorzystniejszym rozwiązaniem – zwłaszcza dla osób, które nie wykazują zbyt dużego talentu do gotowania. Młodzi ludzie chętnie sięgają przy tym chociażby po pizzę.

*- Choć nie serwujemy typowych zestawów lunchowych, w naszej pizzerii obowiązują tzw. Happy Hours. W efekcie codziennie w godzinach 10-16 wszyscy nasi klienci otrzymują 25% rabatu na dowolnie wybraną pizzę. I rzeczywiście, z oferty tej korzysta wielu studentów – potwierdza właściciel pizzerii Fuks, Piotr Pruszyński.*

Jak zatem widzimy, oferta lunchowa białostockich restauracji jest na tyle zróżnicowana, że niemal każdy znajdzie w niej coś dla siebie. Nic więc dziwnego, że wspólne jedzenie poza domem czy biurem staje się coraz bardziej popularne.