# 第一次吃自助餐作文300字(五篇)

来源：网络 作者：风起云涌 更新时间：2025-07-12

*第一次吃自助餐第一次吃自助餐字一放假了，爸爸实现了他的诺言，带我去吃自助，我在网上看到：吃自助最高境界，吃自助时，没上两次厕所都算你没吃回本儿，但不能饿着肚子去吃，会很容易饱的。我曾经来过这里用餐，比较熟悉这儿的食物分布。首先，我飞奔到牛排...*

**第一次吃自助餐第一次吃自助餐字一**

放假了，爸爸实现了他的诺言，带我去吃自助，我在网上看到：吃自助最高境界，吃自助时，没上两次厕所都算你没吃回本儿，但不能饿着肚子去吃，会很容易饱的。

我曾经来过这里用餐，比较熟悉这儿的食物分布。首先，我飞奔到牛排前，挑了几块又大又好的牛脊肉，递给厨师做，请他帮忙煎烤。然后，我又飞奔其他餐台去寻找不同食物，哇，黑胡椒烤羊腿！蜜汁烤翅！还有这家店的招牌——醉排骨！

当时心里真想像牛一样有4个胃，敞开肚子， 每样吃个百八十份，哎，老师的教导声声在耳“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”。出于不浪费食物的原则。吃一点拿一点吧，说不定等等还有好吃的。开始“奋斗”了，桌上的美食，可把我乐坏了，我左手拿着羊腿，右手拿着翅膀，不顾形象的开吃。妈妈笑的对我说：“吃慢点，吃太快很容易饱。”我才不管呢，吃爽了再说。

过了一会，我低着头，两个食指互相对碰着对妈妈说：“妈妈，我饱了，怎么办？”“你看看，都说了别吃太快，现在饱了吧，面对如此多美食，你只能看却吃不下！那你先休息下吧，等会再吃。”突然，感到了肚子一阵阵疼，我急忙忙的飞到厕所。过了一会我扶着墙出来，腿没力气了，就几十米的路，感觉比取经还遥远。

之后，我继续陷入让人不能自拔的“苦战”，消化掉了一次之后肚子饿了，继续暴饮暴食终于尝遍了所有的食物，吃过好吃的甜点，就开开心心的打的车回家了。

可想而知，暴饮暴食对身体没好处。中午吃完回家之后，整个人吃太饱就去睡午觉了，之后一天却没啥胃口，这次美味的经验让我懂得了，凡事都有一个度，不要挑战这个限度，不然会“倒霉”的。

**第一次吃自助餐第一次吃自助餐字二**

今天下午我和妈妈、奶奶去九方城吃自助餐。到了九方城，哇，自助餐里到处都是吃的、喝的，山珍海味都有。所以里面有好多人正在开怀大吃。

啊，终于可以享受美食了！妈妈和奶奶去搜刮食物了，所以只剩我了，我也不能这么闲着，于是我也去搜刮食物。我第一眼就看到旁边的三个铁盆子。其中一个里面有小龙虾。太好啊，我真想吃小龙虾呢！于是我夹了好多小龙虾放进旁边的盘子，回到座位上津津有味地吃起小龙虾来。哇，小虾好辣呀！这应该是麻辣小龙虾。不过小龙虾的“战甲”很难脱掉，所以我只吃了一只当做开胃菜。

吃完了一只麻辣小龙虾，正准备再次出去搜刮食物，妈妈和奶奶回来了，还满载而归。妈妈托着一个大盘子，上面有羊排、牛排、羊肉串、牛肉串、还有几块小蛋糕……我用刀叉了一块牛排，然后一口塞进嘴里。不过牛排有点硬，并不嫩。算了，还是吃羊肉串吧。嗯，羊肉串的味道的确不错。只不过我咬不动。所以我换了一个牛肉串吃。哇，牛肉串又嫩又好吃，真是绝佳的美食啊！

好啦，我要出去觅食了。我找来找去也没有找到一个合适的。突然我看到了一块披萨。太棒了，我正想吃披萨。于是我一连拿了5小块披萨。我回头一看，啊，还有寿司啊！我也正想吃寿司呢！于是我又跑过去，拿了好几个寿司，然后回到我们坐的椅子上了。我先拿了一块披萨塞进嘴里，哇，好香啊，有黄油味道，还有火腿呢！然后我又吃一个寿司。寿司酸酸的，还有一个小火腿。

哎呀，肚子已经快吃饱了，只有一小部分还在唱“空城计”。啊，那里有一个冰箱柜，在里面有好多冰激凌。有巧克力味的，香草味的，还有红豆味的……我先捅了一个香草味的冰激凌，然后再拿旁边的巧克力酱，在上面涂了好几层。然后就开始大吃起来。嗯，肚子实在是太饱了，我们得回去啦。

**第一次吃自助餐第一次吃自助餐字三**

早就听说菏泽步行街小吃城里有一家赫赫有名的自助餐餐厅。

星期六傍晚，爸爸对我和妈妈说：“今晚想去哪儿吃饭？”我想了一下说：“我们去吃自助餐吧。”“好啊！”爸爸和妈妈异口同声地说到。

来到自助餐餐厅后，爸爸付了钱，我们开始选购食材。食材共分七个区，爸爸负责烤肉，妈妈负责添加蔬菜，而我嘛，就负责吃了。不一会儿，一大盘子烤肉就好了；紧接着，蔬菜也好了，我们全家开始吃了。真是太好吃了，妈妈给我夹了一个蔬菜，我说：“我不想吃蔬菜。”妈妈语重心长地说：“吃的食物营养要均衡，可不能挑食哦！”虽然我知道营养要均衡，可我还是不愿意吃蔬菜，但是妈妈的命令就像皇帝的圣旨，我哪敢违反呢！

这时，我突然发现有一个巧克力瀑布，立刻跑上去，把旁边盒子里的棉花糖拿来，放入巧克力瀑布中，又拿出来，这时，棉花糖已粘满了许多巧克力。妈妈见了我拿这么多，立刻批评我：“你拿这么多，能吃完吗，要节约！”我惭愧地低下头，不好意思地说：“对不起，我知道错了”。

**第一次吃自助餐第一次吃自助餐字四**

昨天，我和爸爸妈妈，还有学校的几位老师，去广州市“四海一家餐厅”吃自助餐。

来到了四海一家，门口站立了一个巨大的机器人，伸出了双手，好像在欢迎我们快点进去品尝美食呢！

进到餐厅里面，无数种香味马上钻进了我的鼻孔，只见周围摆满了各种各样、品种丰富的美食：有香喷喷的肉类、生猛猛的海鲜、热辣辣的烧烤、甜滋滋的糕点……而这里和别的餐厅截然不同，这么多美食竟然可以任意挑、任意吃……我在美食的包围中，顿时感觉来到了美食的天堂。

强忍快要流出来的口水，我左挑挑、右选选，最后夹了几块香嫩鸡扒、炭烧羊肉，和一杯苹果汁，迅速回到自己的位置上，放开肚皮吃了起来。一口气吃完鸡扒和羊肉，我吸了一大口苹果汁，酸酸甜甜的，哇！好爽啊！

听爸爸说，四海一家号称有500多种美食，看着满桌子的食物，我真希望自己能有猪八戒般的大肚子。以后去吃自助餐，我一定还会来这家四海一家。

**第一次吃自助餐第一次吃自助餐字五**

上个星期天，妈妈说带我和妹妹去吃自助餐。我和妹妹听了这个激动人心的好消息之后，心想，心动不如行动，就赶快三下五除二穿好衣服准备出发。

我在路上心想：自助餐是什么意思？是自己随便吃？还是我们点菜吃？一个个大问题在我大脑里拥挤着，集结成一个大疑团像是一个马上就要爆炸的炸弹一样，等待我来解开这些谜题。

很快就来到自助餐店，只见人群络绎不绝，把偌大的一个店给挤成一个小小的胶囊，水泄不通。终于轮到我们付款了。

啊！满眼都是养眼的食物。这里可以根据个人喜好随意挑选自己爱吃的东西，但是不允许浪费。这里的食物一应俱全，水果，点心，烧烤，蔬菜，肉类等等。每个座位上都摆着一个小锅，妈妈取回想要吃的东西。把电源插头插好，要煮的东西一一放进小锅里，还可以随意调大小火，真是方便极了。

好了，可以吃了，东西也煮熟了，我先夹一块儿肉尝了一下，啊！真是人间美味呀！吃完锅里的东西我还觉得不过瘾，让妈妈再取回牛排，烤鱿鱼，点心等等。我还听说牛排要七分熟才好吃，于是我尝了一下，的确好吃，就是要一个缺点，有点儿咸了，我又拿来了几杯饮料，缓解了一下嘴里的那股咸味儿。

最后，我又禁不住美食的诱惑吃了许多烧烤，水果，喝了几杯饮料，吃的饱饱的，肚子也鼓了起来，感觉走一步也困难，我后悔刚才吃的太多了，但是后悔也来不及了，我现在真想用一个词来形容我，那就是自讨苦吃。

最后温馨提醒大家；自助餐虽然好吃，但也不能像我这样吃的太多了，要均衡饮食哦！

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找