# 2025年第一次自助餐作文500字(3篇)

来源：网络 作者：浅唱梦痕 更新时间：2025-07-12

*第一次自助餐作文500字一来到了四海一家，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...*

**第一次自助餐作文500字一**

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！

饱吃一顿后，我拿着赠券去换取了果仁雪糕，听爸爸说这是著名的哈根达斯雪糕，于是我又细细品尝了起来……

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。

**第一次自助餐作文500字二**

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。

刚到了餐厅，我环顾四周，精致的餐台上盛放许多可口诱人的食物。有北京烤鸭、红烧全鱼、清炖土鸡、腊味合蒸、素炒莴笋片、水煮萝卜丝、汤圆、水饺等等。哇！迫不及待地想放开肚子大餐一顿，看了一下位子，啊，我的天啊。只剩下一桌空位了，急切的我连忙以迅雷不及掩耳之势，飞奔到桌前：“爸，妈。快点，快来！”

我对爸爸妈妈说：“爸爸快点去拿海鲜，妈妈快点去拿甜点，我……就随便看看。”

老妈教训道：“吃自助哪有先拿甜点的？甜点当然要最后品尝。以好吃的甜点画一个美妙的休止符。”

我辩解道：“这家店的甜点非常非常非常好吃，但是只上两次，而且量都不多。僧多粥少，我们先拿一次吧！迟了就没有了，到时候，那才是过了这个村没这个店。”

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。

**第一次自助餐作文500字三**

听说过“自助餐”吧，这是一种自己随意取食、自我服务的一种就餐方式，我觉得吃这样的餐食一定特洋气，特有趣，特过瘾。纠缠了妈妈好久，她终于抽出时间陪我去吃自助餐啦！我心飞翔呀！

还未走进自助餐厅，就先被迎面扑来的烤肉香气所迷醉，我不由地加快了脚步。号称“顶级吃货”的我根本无暇欣赏这幽静典雅的环境，就直奔那一排排摆满各式各样美食的台铺前，拿起大盘子，流着“哈喇子”，尽情挑选我的“最爱”，不一会儿，盘子里就满满当当，我这才想起要找个座位坐下。

妈妈在不远处笑着招招手，她直笑我是个小馋猫。

服务员姐姐在油板上铺上了油纸。我搓着双手，有些迫不及待了。我夹起一片肉放到油板上，只听见“噼里啪啦”响个不停，接着放第二片，第三片……不一会儿，只见烤肉发出“嗞嗞啦啦”的响声，香气散发出来，我犹如一匹饿狼，内心异常激动，时不时把鼻子凑到烤盘前嗅一嗅，这种等待的感觉既急迫又兴奋。虽然第一次烤肉，肉只有一点点糊，但蘸着孜然粉，嚼在嘴里，依然无比地醇香！

还有涮菜、冰淇淋、水果、蛋糕、饮料、靓汤……好一顿风卷残云，我挺着圆鼓鼓的肚子，靠在沙发上满意地打了个饱嗝。

再看桌子上，还留有一些剩下的肉片和水果。我不禁想：自助餐吃起来固然美味无比，而且取食方便，不受拘束，但如果不懂得珍惜，一味乱取乱拿，岂不是糟蹋、浪费食物？老师常说“一粥一饭当思来之不易，半丝半缕恒念物力维艰”，电视上不是也号召人们拒绝“舌尖上的浪费”，提倡“光盘行动”吗？不行，从我做起，从现在做起，我要珍惜每一粒粮食，爱惜每一份食物。

我心中主意已定，于是，已经肚饱腰圆的我又硬着头皮开始吃了起来：此时的\'肉不再美味，水果不再香甜，我艰难地嚼着，又痛苦地咽下，这滋味别提多难受了。虽然这次教训十分惨痛，但让我明白了一个做人的道理：凡事都应适可而止，不能因为自己喜欢就过分索取。我还要把勤俭节约的传统美德时刻谨记在心，并践行在我生活的点点滴滴之中。

第一次吃自助餐，我终身难忘！

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