

小洋言选

东北大学福建老乡会特供

写在开头

本文由 21 级机械学院陈同学主编写以及 21 级信息学院李同学辅助修改，20 级崔同学进行补充，个人口味原因，不评价烤肉，火锅和以香辣为卖点的店，对清淡饮食和家乡菜在相同水平下会给出更高的评价。（如果出现香辣口为李同学代笔

另外，推荐店好吃与否其实算概率问题，推荐的店只是更可能合您口味，但出现分歧时就是您对，什么好吃还是自己说了算。

总之不算什么专业的推荐，毕竟我们学校也不开美食评鉴专业，当饭点小故事看也行。

评分规则

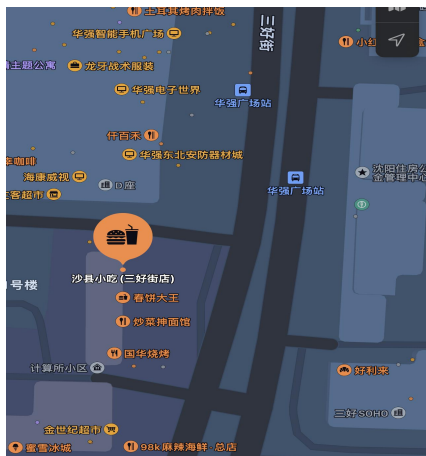
二星评分为较不推荐，三星评分为可以去但没必要特地去，四星评分较为推荐，就算路远也值得打车去。评分综合口味，&人均 消费，环境和离学校距离（南湖）。

1. 正宗沙县小吃（学校附近的两家一起说） 三星 人均 10-20

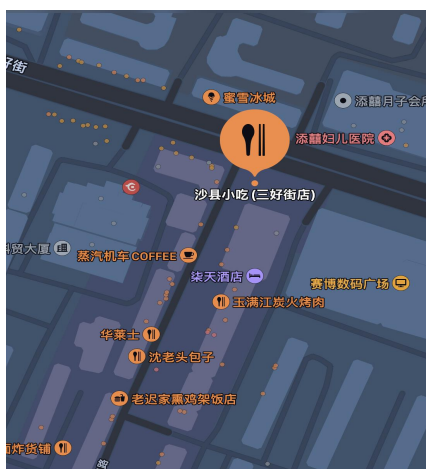
评价：两家味道感觉差不多（都不是福建味道）但东门那家更干净一点，然后老板是福建的还爱跟你开玩笑。两家的东西感觉是从同一个批发店进货的，味道做法大差不差。拌面的咸口全靠放酸豆角，沈阳特色拌面。鸡腿饭牛腩饭价格合适，味道就正常，卤蛋没入味，一般。汤没点过，因为我都吃沙县了，所以没钱点汤。

总结：要想正宗可以早上坐飞机回家吃，早上最早一班飞机应该是七点四十左右，可以吃上沙县的午饭。这里的正宗只是店名字，把它当沈阳特色拌面，就能吃得很香。

位置 1: 南门左转直走到红绿灯一家, 好利来对面。



位置 2: 东门左转直走沈音小吃街，右手边第三家店。



2. 今麦祥牛肉拉面 三星半

评价：有团购，怪便宜的，味道也不错，是手工拉面（感觉这么讲怪怪的），免费的茶水也蛮好喝的。

位置：东门出去对面

3. 咱妈烋饼炖鱼馆

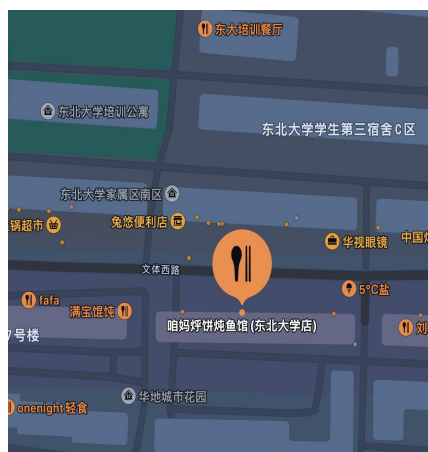
两星半 人均 50-60

评价：大一的时候吃的，铁锅炖鱼这种东西不提前订好要等有点久，因为现下的活鱼，炖得不久不入味，感觉我吃的那一次就不咋入味，烋在锅边的玉米饼可以试试，福建没这种做法吧，但也就只能试试，吃两个就腻了。

我觉得一般般（崔祈）

总结，价格适中，现场点要等很久，等半天还不一定能炖入味。

位置：南门左转过马路直走



3. 李连贵熏肉大饼

三星 人均 30-50

评价：虽然叫熏肉饼，但就是一家主打东北菜的饭店，符合南方人对东北菜的印象。味道合格，价格实惠，可以宿舍偶尔聚聚餐。当然熏肉饼推荐试试，除了咸一点其他没什么问题。

总结：经典东北菜，离学校近，价格实惠。

位置：南门左转过马路直走



4 约串

四星 人均 60-80

评价: 感觉算是附近几个串比较好吃的，环境也行，还送冰粉。强推牛肋条，各种肉串都行，粉丝贝和烤茄子也不错。就是价格在串里算中等偏上。别买团购套餐，感觉塞了一些不好吃的。十二点到一点烤最后一炉，算附近关得晚的，半夜饿饿就跟朋友约串呗。

同比附近其他店，夜串没有牛肋条，其他串也还行。新疆艾力烤串王感觉品质低一些，环境也一般，不过一分钱一分货，胜在价格实惠。

总结: 牛肋条香，串店下限都挺高的，还挺难不好吃的，这个价位应该品质好一些。

位置: 南门左转过马路，大概李连贵熏肉大饼旁边，地图上没找到就不附图了。

5. 小锅饭豆腐馆

三星半 人均 40-60

评价: 主打客家菜，这个客家不懂是哪里的，反正不是本地的就叫客家。味道分量都还行，溜虾仁好吃。也算宿舍聚餐的可行选择，要说问题就是偏咸。

总结: 这期没总结

位置: 南门左转过马路，李连贵熏肉大饼隔壁



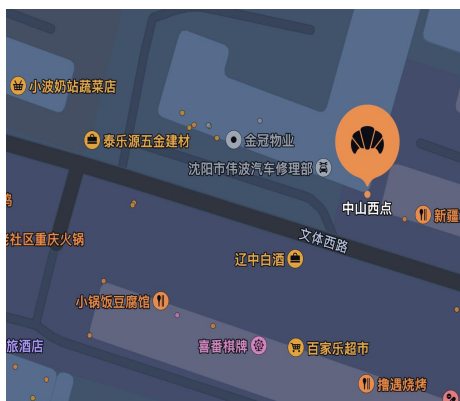
6. 中山西点

四星

评价: 中式西餐甜品店，价格非常实惠，算是老店了，泡芙香，插一嘴一食堂门口那个泡芙也不错。

现在那里在装修，三好街同方广场也有一家（崔祈）

位置: 南门左转不用过马路，小锅饭豆腐馆对面



7. 王记乡村狗肉馆

人均 50 三星

评价: 吃套餐，吃到什么全看脸。有时候是狗杂有时候是狗肉，狗肉不会腥，还是值得一试。

酸菜锅的汤意外的好喝，量大

总结: 喜欢吃狗肉可冲（说实话我觉得和猪肉差别不大

sy 附（狗肉来源其实还是很灰色的，这点要注意）

位置: 南门出去左拐，大概在下面排骨饭附近



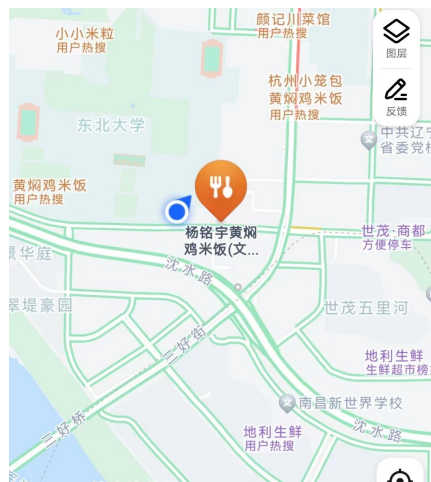
8. 杨铭宇黄焖鸡米饭

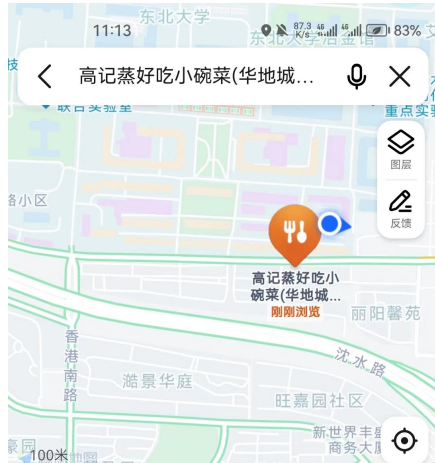
人均 15~25 三星

评价: 很经典的黄焖鸡米饭，汤汁很香味道很足，米饭管够

总结: 适合一个人好好干饭去

位置: 南门左拐上面那家店附近





11. 好口味小吃楼

三星 人均 30+

评价：老师请客去的地方，很多特色东北菜，价格非常非常实惠（划重点，口味也不错，环境可以 sy 附（估计便宜才请的这里）

总结：经典东北菜餐厅

位置：西门电力医院过去路口



12. 云龙烧烤

三星半 人均 50+

评价：非常惊艳的烧烤，尤其是猪肉串。老板很热情，量大管饱，面包片也是一绝

总结：经典东北烧烤

位置：南门左拐对面



13. 壹酒贰肉

三星 人均 60+

烧烤，但南方小串，招牌香叶鸡脖、酱鸭都很好吃，麻将娃娃菜也不错，是娃娃菜+麻酱凉拌，这家但烤面包片我觉得没有南门门口的新疆烧烤好吃。

14. 无为串店

四星

好吃的烤串，我个人觉得比约串、新疆烧烤之类的都要好吃。和壹酒贰肉比起来，他是东北的大烤串，烤面包片好吃，麻辣龙虾尾好吃，烤大虾好吃，他家的海鲜还不错。

15. 骨捣排骨饭

三星

人均 20

评价: 排骨没问题，送的酸汤挺特色可以试试，缺点是没有其他东西，但排骨饭培训食堂不也有，感觉味道没差。

总结: 一个人路过，饿了，可以试试套餐饭，如果组团吃饭可以去其他地方点炒菜。

位置: 南门左转不用过马路



16. 小木屋拌饭

三星

人均 20

评价: 中式快餐店，量不大，吃得挺干，但牛肉土豆片的土豆片还挺好吃，自己一个人路过没地方吃饭可以将就一下。

总结: 无

位置: 南门左转走到红绿灯然后左转直走到华强广场。



17. 蜜蜂家 客家菜馆

四星

人均 80-100

评价: 这个客家比较福建，挺合口味，推荐招牌排骨，冰淇淋的枫多士，煲仔饭，可以点美团团餐，分量中等偏上，菜蛮精致，属于新派融合菜，装修也挺格调。

总结: 属于请客会挑的地方，跟朋友约会也可以选，离学校也不远，不错不错。

位置: 南门左转直走过红绿灯再直走一小段大概 100 米

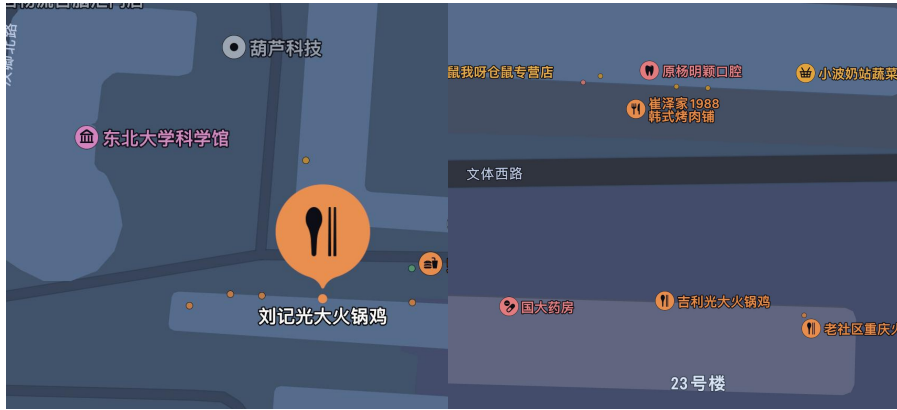
18. 光大火锅鸡

三星 人均 50

评价：肉质爽弹，跟一般鸡肉做法口感的有点区别，味道就是酱香这样，吃法就是点个锅，肉吃完然后用酱汤涮蔬菜吃，蔬菜应该是自助不限量的。可以吃一次试试看。

总结：口感有点特色但吃完有点干，不常吃。

位置：南门左转过马路一家，东门门口一家，反正味道差不多，东门感觉更咸点。



19. 幸荟

四星 人均 80-120

评价：改良中式西餐，精致好吃。推荐鳗鱼鹅肝饭，金枪鱼面包，在学校 200 米有这样一家店有点超出预期，建议想吃提前 call 一下订位置，不然基本要等蛮久，或者老板会安排你做吧台，然后送你一杯橙汁。

总结：请客会选，适合约会，记得提前订位。

位置：西门右转两百米左右



20. 七菜馆

三星半 人均 40-60

评价：大份量东北菜，味道没问题，优点是都有半份菜的选择，可以都点半份的然后种类点多一点，推荐锅包肉，蟹黄豆腐，红烧肉。别用福建的点菜思维，大一去的时候随便点了一下还怕吃不饱，结果上了满满一桌。

总结：半份都快跟福建一份一样大了，物美价廉，也算老店了。

位置：蜜蜂家隔壁，也是南门左转直走过个红绿灯

21. 刘彦明牛肉板面

两星半 人均 20

评价：就普通快餐啦，卤料配饭或者面这样，都出学校来吃了，可以吃点好的，所以不推荐，半颗星算它是个正常快餐店。

总结：没什么好说的

位置：东门直走马路对面

22. 祥和兄弟土豆粉

两星 人均 20

评价：量少，不推荐，去的时候隔壁爆满这家没人，吃完就知道为什么。

总结：不推荐

位置：东门门口

23. 金盛圆米线

两星 人均 20

评价：米线放了个让舌头麻麻的东西，可能是花椒吧，吃不惯。吃两口就吃不动了。

总结：不推荐，东门门口感觉都一般（指东门到麦当劳门口这段距离的店，麦门）

位置：东门门口

24. 流浪人家排骨米饭

两星半 人均 20

评价：脊骨饭我是吃不出来区别，跟学校的脊骨也差不多，酸汤可以试试。但这一家有点奇怪，这么大的店只卖一种菜，再好吃也会吃腻吧，可能开店除了赚米另有目的？

总结：脊骨饭很难有特色。

位置：东门左转沈音门口美食一条街，街口左手边

25. 小笼包. 重庆小面. 黄焖鸡米饭

两星 人均 20

位置：东门左转沈音门口美食一条街，街口右手

评价：重庆小面重庆同学差评，黄焖鸡米饭不懂

26. 嘎嘎香铁锅焖面

两星 人均 20

评价：个人不喜欢这里的焖面，干咸，做得还慢

总结：无

位置：老迟家隔壁

27. 绿羊驼新疆大锅手抓饭 四星 人均 30-50

评价: 个人感觉神中神，清淡的吃法可以点个羊排羊腿套餐，也有各种烤的套餐。免费送的羊汤挺香醇的，手抓饭单吃也很好吃，里面的胡萝卜没有胡萝卜的怪味，很软很甜，好评好评。不过羊排饭的肉有点少，可以加点东西，羊腿套餐有送点牛肉。外卖跟店里菜感觉没差，店装修看起来也还行，不是那种外卖店。

总结: 很推荐，基本都是抓饭套餐，自己一个人吃也合适，挺近的。

位置: 东门左转沈音门口美食一条街往里走



28. 老迟家熏鸡架饭店 三星 人均 30-50

评价: 来沈阳得试试特产鸡架，这家就可以试试，感觉是连锁店，看起来装修也挺正规的。有熏鸡架和拌鸡架，熏的是咸口，拌的是酸甜口，再点个小酥肉。可以和舍友小聚一次。

总结: 建议多吃多试，虽然福建可能不爱吃鸡架，也要吃过了才好跟别人解释为什么不喜欢。

位置: 东门左转沈音门口美食一条街往里走

29. 颜记川菜馆 三星

评价: 值得一去的川菜店，炒排骨和麻婆豆腐都很香，口味也不会特别辣，比较像东北口味的四川菜。牛三样特别推荐，只要可以吃辣就值得一去。缺点是重油重盐。

总结: 不如南门门口川味饭店，如果刚好在东门可去，请客可以去环境比较好

位置: 沈音门口美食一条街往里走



30. 沈城碗碗香

三星

人均 30

评价: 实惠小碗菜，味道很像家里，不像是饭店的味道，可以选择饮料三元自助爽喝，厨师在门口现炒的，还是刚解封那段时间吃的，也差不多那时候开的店，老老实实吃一年食堂，有点久旱逢甘露的意思了，把所有菜都吃了一遍，不过最近没去过了，不懂有没有变化，刚开的时候是挺好的。

总结: 小碗菜好处就是可以多点几份，价格也不高，人不多的情况挺友好的。

位置: 东门左转直走，走过沈音再走一点，



31. 金香汇三宝晚茶

三星

人均 60-80

评价: 买的美团套餐，和广东舍友一起去的，评价是除了牛河不太正其他都行，凤爪虾饺皇这种晚茶必点的味道算合格。晚茶点多一点直接当晚饭吃了。早茶晚茶这种东西吃得就是精致优雅慢节奏，装修也挺雅的。

总结: 有品质的晚茶店，约朋友吃吃茶点聊聊天可以消除很多焦虑。

附: 隔壁左手边点心店（不是稻香村）的牛奶糯米蛋糕个人觉得挺不错的。

位置: 东门左转直走到好利来那个红绿灯，右转第二栋楼



32. 王小六焖牛肉

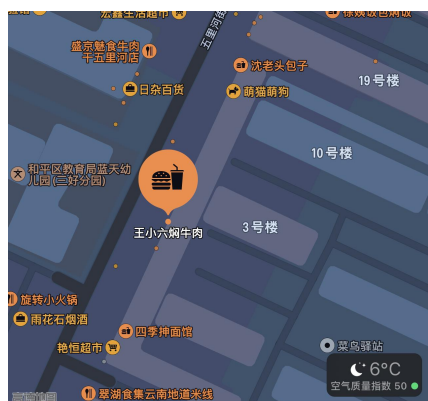
三星半

人均 30

评价：清淡焖牛肉汤，30 的原味焖牛肉套餐就能吃得很舒服，送一些爽口免费小菜和汤。
可惜东北都是这种焖或者卤牛肉，很难找到福建款的炒牛肉，有也是湘菜炒法，就是抓了很多粉的做法，个人不喜欢，还辣。

总结：适合一个人想吃点清淡的清口，吃完会暖和一点。

位置：东门往佳兆业方向走到一半左右，沈音的另一条美食街



33. 沈城餐烤家创意融合菜

三星

人均 60

评价：融合菜不太好评价，有些菜融合的不错有些就很怪，年糕铁板鸡和藤椒面还行，牛肋感觉太老了，芝士焗玉米因为不喜欢玉米所以不推荐。

总结：很年轻的店，装修很简，半个网红店吧。

位置：东门往佳兆业走的半路



34. 满炖

两星半

人均 30

评价: 点过外卖也去过店里，没区别因为你去店里也是拿外卖那个锡纸盒给你吃，吃的番茄牛腩，不能说难吃，但觉得这种大型连锁东西有点工业化了，还是更推荐选择店里现炒的东西。

总结: 没必要去店里吃，点外卖说不定还更便宜。

位置: 东门往佳兆业走的半路，餐烤家隔壁



35. 八大碗

三星

人均 60

评价: 东北大份菜，那不就锅包肉炖粉条，点个美团双人餐两个人吃不完太多了，后面没法打包还摇人来吃，然后还是没吃完。

总结: 大份，不愧叫大碗。

位置: 佳兆业顶楼

36. 顺哥新加坡海南鸡饭

三星半

人均 30

评价: 这个价格的鸡饭可以，白切鸡油味很香，清淡有味，叉烧饭中等水平，送的免费鸡汤好喝，外卖跟堂食味道没差。量不少，反正我一个套餐吃饱了。

总结: 好吃实惠，清淡有味，下次还来。

位置: 佳兆业二楼还是三楼

37. 莆田餐厅

三星半

人均 80

评价: 经常点的荔枝肉套餐外卖，还挺香的，喜欢里脊肉（但据说这块肉不太好因为打疫苗都在这个部位打的）。虽然做法跟福建有差，这里的荔枝肉是真放荔枝的，扁肉汤放了醋好像，有点酸的口，丝瓜做得也不错，就是有点贵。

总结: 这家福建菜对福建人来说就相当于中国人在国外唐人街吃中餐，左宗棠鸡那个意思。

位置: 万象城顶楼

38. 奉天小馆

三星 人均 60-100

评价: 精致东北菜，我以为开在这里都挺贵的，没想到算是这里性价比最高的了，又点多了，他是想把传统东北菜往精致，高端去做，装修感觉是从原来的西餐厅改了点，因为哪有东北菜馆还留吧台的。量没有普通东北店那么大但也没有少很多。当然如果上燕鲍翅辽参人均就上去了，我只点得起锅包肉和杀猪菜。

（附：辽参感觉没必要，据说是漳州先养两年养大然后来渤海还是哪里泡个澡就叫辽参，因为在我们那里长得快。这里的出租车司机说沈阳木材和海鲜两个产业很多福建老板。）

总结: 精致东北菜，富哥富姐体验生活不跌份。

位置: 万象城顶楼

39. 西班牙海鲜饭（ZAFFERANO 什么的 两星半 人均 150

评价: 本来约朋友吃，被咕咕咕了，一个人毅然赴宴，没想到这家店只卖双人餐，有点小丑。硬着头皮点了个双人份量的饭，勉强吃完。味道对于没吃过海鲜饭的也没什么吸引力，正不正宗就更知道了，虾仁倒是挺大的。这个份量两个男的肯定不够，感觉一男一女最合适，店里坐的也全是约会的。这家店叫号有点幽默，不安显示屏，也不叫号，给你个票让你手机查，结果软件崩了不支持手机。只能站在门口等了。

总结: 来万象城可以去别的店帮我试试，没必要来这家，可以吃五六次麦当了。

位置: 万象城

40. 本鳗

两星半 人均 150

评价: 这家店卖点是工匠精神和原汁原味吧，因为喜欢鳗鱼所以来试试这种高端的鳗鱼有没有更好。结论是没吃出来，将近两百然后没吃饱。（新鲜倒是新鲜，但是新鲜应该这不算鳗鱼的卖点，不新鲜的鳗鱼人吃了好像会中毒还是什么，店家应该不敢）

总结: 可以选择西塔吃烤鳗鱼，更原汁原味。

位置: 万象城

41. 月采厨房

四星 人均 120

评价: 这家店名字应该是取谐音粤菜，推荐皇冠土司，虾藕饼，拌牛肉，福建炒饭（在福建还真没吃过，但味道还真可以）入户的走廊感觉很有格调，店里面也很大。也有户外花园天台吃饭的选项，精致粤菜，推荐。

总结: 请客会选，去了好几次，广东舍友认可。

位置: 嘉里城/k11 嘉里城的环境更好，店更大，菜都一样。

42. 海岛印象·椰子鸡火锅

四星 人均 60

位置: 太原街万达

评价: 南方没吃过这个，倒是来沈阳吃了，就是一般火锅的开水底换成现开的两个椰子下去煮（当然没有带壳），然后下鸡肉，口味清甜，我差点把锅底喝完了，就是如果椰子水烧完了加的是农夫山泉，如果还加椰子就好了。

总结: 适合典雅的公主食用，少盐少油的火锅。

43. 斗味小酒馆

四星

人均 60-80

评价：好香好香，很有特色，招牌的炸鸡皮金黄酥脆，肉质还能鲜嫩，炖鸭有点类似福建那里的药膳鸭做法，肉质软烂入味。宫保鸡丁也很香，红烧肉肥而不腻入口化，拍黄瓜调的口也不错，可以买美团团餐。值得一提，这里每卖出一份招牌炸鸡都是带一个编号的，会告诉你这是开店以来卖出的第几份，附图



总结：好菜配好酒，这里还很多下酒菜，环境很适合朋友小酌，店名就叫酒馆嘛。

位置：中国医科大，太原街旁边，打 taxi 推荐西门或者北门



44. 喜记牛腩

四星 人均 50

评价: 外卖经常点，牛腩饭牛排饭都好吃，炖得清淡可口入味，肉很大块，吃起来有满足感，萝卜汤也好喝，自己吃的话就点个牛腩饭有送青菜和汤。店虽然很小但看起来挺温馨，点外卖也可以。

总结: 好吃，多肉。

位置: 领事馆



45. 芭港湾印度餐厅

三星半 人均 90

评价: 应该是印度味比较正的餐馆，我吃不惯是我的问题。去的时候两桌那种特征很明显的印度人在有说有笑的应该算是认可。甜口的奶油咖喱加飞饼味道不错，酸奶脆球可以体验一下，羊肉饼个人觉得味道太大了不喜欢。但感觉有点贵，一桌糊糊也要人均 100 左右。装修风格也是印度风，健康又美味 hh。

总结: 不追求性价比的话可以选择，体验印度菜。

位置: 领事馆



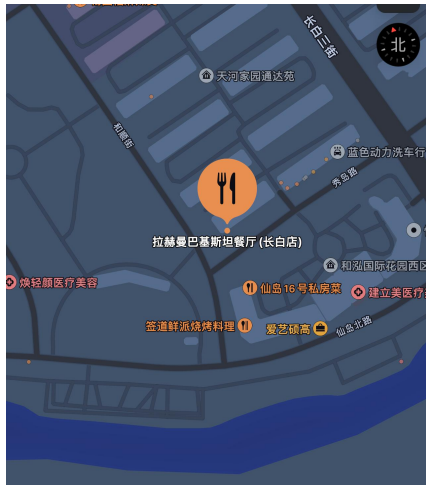
46. 拉曼赫巴基斯坦餐厅

四星 人均 120

评价: 巴铁饭店，吃烤羊腿，中东咖喱这样的，这家咖喱加卷饼非常香，推荐烤羊腿，一米牛肉串，咖喱卷飞饼。原来还有大胃王挑战，就是规定时间吃完买单。美团二人餐点那个扶墙套餐两个男的确实吃到扶墙。

总结: 货真价实，价格高但是东西好吃，烤羊腿香捏。

位置: 长白岛那里，具体不太懂，根据名字打 di 吧



47. 胆道

两星 人均 200

评价: 刺身报吃，点了个四百的套餐估计才吃了一百的量，觉得浪费也不想吃了，海胆刺身像是没有味道的木瓜粉，反正我是吃不出什么甜味，送的一些豆腐羹和海胆衍生菜都怪怪的，差评，好评都是刷的，给好评送可儿比思，骗局（虽然我也刷了）

总结: 贵，报吃，别去，建议少吃生的东西，除了水果。

位置: 长白岛 不推荐 不附图

48. 在野餐厅

两星 人均 80

位置: 不推荐的店就不放位置了

评价: 网红餐厅，量少，带我朋友来这里探店被 ma 了，呜。

总结: 这家店上菜是为了拍照，不是为了吃，本篇主编毫无高雅情趣，因此给低分。

49. 闽南小镇

四星 人均 100

评价: 想家了，找的福建菜，价格就很福建。抛去价格不谈，牛肉炒得不错，海蛎煎有甜辣酱很有灵魂。笋干蒸肉也行，三个福建人去都给了好评。

总结: 在东北过东北生活挺便宜的，但想过福建生活就贵起来了。

位置: 铁西区

50. 拾季餐厅

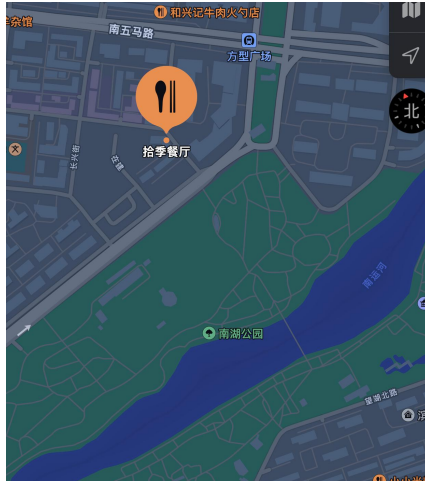
三星半

人均 70

评价：日系温馨装修的中日结合料理店，沈阳还挺多这样的店的，可以一人点一个特色饭然后点两个菜。猪软骨做得不错，很推荐芝士牛肉 taco（也许是这样拼的）

总结：算是同类型店里比较好的，什么在野日常都是网红店。

位置：南湖公园旁边



51. 喜初餐厅

三星

人均 80

评价：半个网红店，量也不多，不能说很烂，但不如拾季（同一类型的餐厅）

总结：你说的对，但感觉不如上一家

位置：南湖公园再往北一点



52. 泊月私房菜

三星半

人均 120

评价：很有特色的店，调味出乎意料，就是可惜菜价偏高减分，也是日系小馆装修。推荐脆皮炙大肠，猪油拌饭，传统山东酥肉（这个很奇特，酸辣口）

总结：经费充足可以尝试，点评上菜价不符合实际，上次去涨价了。



53. 小渔船焖鱼馆（螺肉）

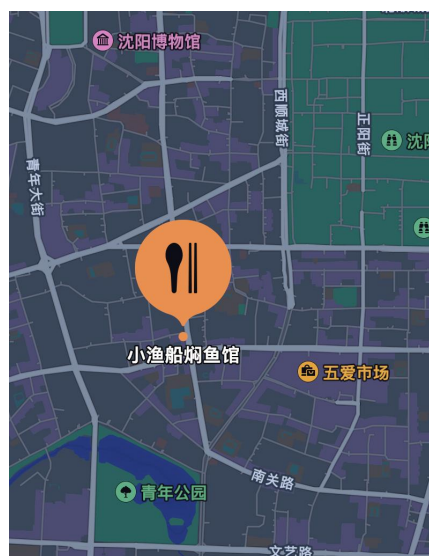
四星

人均 100（海鲜不

太准，根据点菜变化很大）

评价：推荐爆炒海螺肉，吃得很舒服，海肠捞饭也可以，不过这个菜还是推荐海边吃。招牌的鱼肉反而感觉一般。

总结：螺肉很好吃，高端海鲜点不起没试过。



54. 小渔港

三星

人均 100-200

评价：这家店在大连吃过，应该是连锁，基础的海鲜味道可以，就是鱼片感觉一口新鲜一口不新鲜，可能是中午的混在一起炒了 hh

总结：在大连算平价海鲜了，在沈阳我选择小渔船。



55. 味家烤肉烤鳗鱼牛排

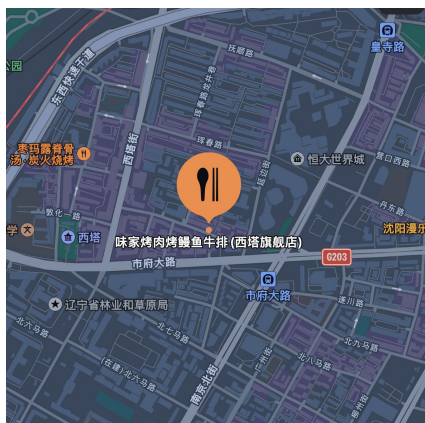
四星

人均 100

评价：西塔一带烤鳗鱼哪个顺眼去拿个就行，这个是代表。现烤的鳗鱼推荐尝试一下，就是跟烤肉一样，自己烤鳗鱼肉，但是从你旁边的水箱抓出来现场处理的，鳗鱼骨也好吃。给的照烧酱很有说法。烤的时候鳗鱼肉还一抽一抽的，头还会呼吸。

总结：自己现烤鳗鱼有特色，试试呗。

位置：西塔



56. 叁代家猪蹄拌面

两星

人均 80

位置：万达

评价：量很少，其他菜还辣，印象不好

总结：不推荐，干干的，猪蹄也没两块，面还辣口。

Refer

本文不必参考任何美团，小红书及大众点评推文文献。

致谢

感谢 20 级崔同学，21 级李同学对本文的支持。
(名字顺序根据首字母排列)