



超市篇

來歐洲的同學應該多少都會自己煮一點吃的，餐餐吃外面的消費也是很可觀的，這時在選住宿位置時，能考慮到超市位置也是可以納入選屋比較的，我自己如果每餐都有澱粉、肉和蔬菜、水果，一個禮拜的食材費大約是€20-30，米蘭的食物價格參考大概是外帶一片pizza大約€2.5-4，吃餐廳就€10-30，後來就養成到其他地方也會看看他們的超市，比較一下物價，後來也發現米蘭的超市也是比較貴一點的。以下是米蘭地區比較常見的超市

Pam

離Bocconi大約2站公車站的位置就有一家，算是中大型的超市，東西也蠻豐富的，有生鮮類也有生活用品類，但只去買過一次特價的草莓，但後來發現也沒比較便宜，離家最遠所以很不常去。

Lidl

交換生都知道的超市，幾乎遍及整個歐洲，到哪個國家都會看到，是最便宜的省錢選擇，但通常位置都離市區比較遠，但我覺得肉和生鮮的品質比較不好一些，我都會到Esselunga買，如果買民生用品衛生紙、洗碗精那類的消耗品就沒有差別，要買冷凍食品像薯條或Pizza也很便宜，但份量都很大，我室友會買超占冰箱空間...有時候還有特別的國家週會賣一些很神奇的东西。

My Auchan

在學校附近走路3分鐘就有一家，因為也蠻方便的一開始常常去買，而且記得要辦會員卡La Tua卡，每期都有會員限定的特價商品，但通常價格比Esselunga貴一點點，但位置都在市區很方便，這家在羅馬也有看到只是改名變成Simply Market但是同一個集團的。

Esselunga

在學校宿舍附近也有一家，這是最愛的一家超市，幾乎沒事就會去逛，打烊前一小時，大約晚上8點就開始會有熟食打折，是我懶的煮飯時的救星，異國熟食也是吃膩義式的好夥伴，買過壽司、Taco、蝦餃(自己蒸)，一定要辦會員卡，還可以積點，每個禮拜都有會員的優惠，可以去拿DM來看看都會有驚喜，幾乎每個禮拜都有不同牌子優格50%off，所以幾乎把所有口味都吃過一次了，這家應該只有北義有，在佛羅倫斯也有看到。

