這篇來詳細的介紹「食」

米蘭物價約為台灣的 2.5 倍左右，在 BAR 或餐廳[1]裡，一個巧克力馬芬約為 2 歐元，一個夾有火腿和起司的三明治要價 4 歐，若夾有雞肉的要價 5 歐左右，一盤普通餐廳的義大利麵約為 5 歐，高級餐廳[2]約為 10 歐起跳，若非外帶，則還要加上座位費 0.5~1.5 歐。在觀光區裡座位費通常是 2 歐，一盤義大利麵 8 歐起跳，其中，我認為五漁村的消費水準是所有北義觀光區中較高的，甚至高於威尼斯，一盤餐廳的義大利麵要價 12 歐左右，相當昂貴。

為了確保在旅遊時能吃得安全及開心，在米蘭讀書時，我都盡量自行料理三餐，因為超市生鮮食品實在較 BAR 或餐廳便宜許多。接下來就列表讓大家參考米蘭超市的物價了。

項目	**物價**
一盒雞蛋(10 粒)	2.39 歐
一條土司(15 片)	0.5 歐
一瓶果汁(750CC)	2.5 歐
一把芹菜	2.15 歐
一瓶水(1000CC)	0.5 歐
一顆青椒	0.5 歐
一瓶牛奶(500CC)	1.5 歐
一個玉米罐頭	0.45 歐
一顆蘋果	0.36 歐
一把大白菜	0.92 歐
四片薄豬肉	2.3 歐

[1] 推薦 BOCCONI 對面有一間輕食店在 BOCCONI CAFE 隔壁，巧克力馬芬外有巧克力顆粒、內含巧克力醬，相當好吃!

[2] 推薦 BOCCONI 附近有一間高級餐廳叫 OGA JULLIVA，用餐氣氛相當不錯，但價位偏高。

若不想自己料理三餐又能吃得物超所值，當然就得選擇當地最流行的 APERITIVO，其中又以 BOCCONI 附近的「MAYA」餐廳最為推薦。所謂的「APERITIVO」為餐前酒，通常是一些下酒的菜色，如義大利麵、雞肉、燉飯、烤雞柳條，但 MAYA

較其它餐廳特別的地方，在於它固定於 22:30 都會出提拉米蘇，另外，也有切好的水果可供拿取。消費價位依平日或假日而有所差別，平日約為 9~10 歐，假日則為 11 歐，價位有別，菜色也有所不同。除了餐前酒吃到飽外，一人還可獲得一杯飲品，相當實惠。

若不想吃義式料理，也可考慮日式料理吃到飽。在 Bocconi 附近有一間日式料理吃到飽，一人 12 歐，有味增湯或海鮮湯及各式各樣日式生魚片、握壽司等，以點餐而非自行取用的方式進行。