把世界味道“引进来” 让本土美食“走出去”

进博期间全城好吃好玩一键解锁！



当进博会的盛大浪潮遇上四季度的“2026 环球美食汇”，整座上海瞬间化身成为一座没有围墙的“超级美食游乐园”。围绕“把世界味道引进来、让本土美食走出去”的火热主题，从市中心街头的四海甜汤、黄浦江畔的异域卷饼与 AR 竞技，到远郊乡野的非遗羊肉长桌宴，再到真金白银的餐饮消费券补贴，这份浓缩版全城逛吃指南带你轻松拿捏初冬快乐！



第一站：
徐汇“甘甘好糖水节”

四海甜味“引进来”，限时封路街头的双倍多巴胺派对

天气一转凉，打工人的 DNA 里就总惦记着那一口治愈的甜！作为 2026 环球美食汇·徐汇首届无界食光嘉年华的第三站，上海首届 “甘甘好糖水节”（SWEET CHILL DESSERTFEST）于 11 月 6 日至 11 月 8 日（每天 12:00—20:00）在徐家汇商圈衡山路辅道（限时封路段，近衡山路 932 号新六百 YOUNG）温暖集结。整整 50 家餐饮品牌齐聚街头，划分为多个特色专区，带你一城汇集四海甜。

新中式养生碰撞意式 Gelato：

紧扣当下“新中式养生”热潮，现场不仅有温润甜汤、古法冰粉，还将融合了鲜果与谷物元素的意式冰淇淋（gelato）和酸奶“引进来”，实现滋补与冰爽一站式打卡。

咸甜永动机快乐翻倍：

“咸口小食搭子”专区集结了港式 / 葡式小吃、贵阳糯米饭、蚝蛋烧、滇味炸排骨等市集人气王，一口甜汤配一口咸香小食，快乐直接翻倍。

顶流空降+叠叠乐赢好礼：

11 月 6 日开幕当天，全网粉丝超 600 万的头部美食博主“@ 大表哥 995”限时空降现场近距离互动。11 月 6 日至 7 日每日 16:00–17:00，现场还可免费报名「糖水盒叠叠乐」比赛（3 人一组，限时 1 分钟堆叠糖水纸盒，不限年龄，14 周岁以下需监护人陪同），层数最高且不倒的优胜队伍可赢取“限定礼品 1 份 + 市集糖水兑换券 1 张”，参与也有市集周边拿！搭配现场巨型糖水碗、可爱 IP 立牌与徐家汇秋日街景，随手一拍就是治愈感大片。



第二站：
虹口 HADO 世冠杯×“饼行食界”嘉年华

赛博 AR 竞技遇上环球卷饼 在北外滩开启舌尖上的世界之旅

当运动的热血激情遇见美食的烟火气，2026 年 11 月 20 日至 22 日，“2026 光明肉业虚拟体育嘉年华暨 HADO 世冠杯” 将在虹口北外滩国客中心滨江区域精彩上演，打造集观赛、品味、互动、休闲于一体的滨江体育文化盛宴！

四大世界级赛事燃动北外滩：

作为融合 AR 科技与真实身体运动的新型竞技项目，三天赛程汇聚全球顶尖高手，围绕四大核心赛事展开角逐——24 个国家及地区代表队争冠的“HADO 世冠杯”、优秀战队凭战术冲击最高荣誉的“HADO WORLD 全球锦标赛”、展现青少年活力的“HADO 国际校园锦标赛”，以及比拼个人技术与速度的“HADO 全球单人王者赛”。

“饼行食界”卷起全球风味：

看世界级赛事，怎能少了环球美食助阵？配套打造的“2026 上海环球美食汇·饼行食界”以“饼”为文化主线，预计设置约 40 个特色展位，将亚洲、欧洲、美洲、中东等不同国家和地区的特色卷饼、主食、风味小吃与甜品统统“引进来”。现场更有“限定美食盲盒”、“趣味偷吃大赛”创意互动与精彩舞台表演，让你无需远行就能开启舌尖上的环球旅行！





第三站：
金山张桥羊肉美食嘉年华

非遗名片“走出去” 拖拉机巡游与长桌宴点燃初冬乡野

把全球风味引进来的同时，上海本土非遗美味也在大步 “走出去”！11 月 20 日至 22 日，“八字大不同，张桥不一羊”——2026 上海湾区·金山卫张桥羊肉美食嘉年华将在金山卫镇（三百里田园综合体、张桥羊肉广场两大场地）启幕。

非遗开锅与乡村长桌宴：

活动依托金山非遗名片“张桥羊肉”IP，联动张桥村与八字村。热气腾腾的开锅仪式隆重开启序幕，汤色白醇厚、肉质鲜而不膻的羊肉汤一口驱散冬日寒意；氛围感十足的长桌宴更诚邀八方宾客围坐，共享地道乡味道。

拖拉机巡游+村晚市集嗨翻天：

现场不仅有拉风的“创意拖拉机车队”热闹巡游、串联两村秀美乡野风光，还有汇集农家小吃、本土农产品与文创好物的 “前京市集”，以及民俗巡游、冬季“村晚”、田山歌非遗展演、魔术表演、汉服体验等多元活动轮番登场。配合小店集章打卡、歌手大赛、亲子公益徒步等预热引流，以及开幕式上发布特色农产品与全域旅游路线、开展跨区域协作签约，真正以美食为媒助力本土乡村文旅品牌走出金山！

彩蛋福利：
“乐购普陀”餐饮消费券

连发 5 周享“折上折” 全城干饭人的省钱外挂

逛吃全城想找家品质餐厅搓一顿？普陀区直接发钱帮你买单！10 月 23 日至 11 月 26 日，“乐购普陀”餐饮消费券于每周五上午 10:00 火热开抢（7 天为一周期，连续发放 5 期，先到先得）。活动设置满 100 元减 30 元、满 300 元减 90 元、满 500 元减 150 元三档面额，不仅覆盖东发道茶冰厅、左庭右院鲜牛肉火锅等普陀各类品质餐饮商户，还能叠加团购套餐优惠享受“折上折”！定位在上海的市民只需打开支付宝、淘宝闪购 APP 搜索 “乐购普陀”（或淘宝 APP 点击首页“闪购”后再搜索），领券后选购心仪团购套餐并用支付宝付款，系统即可自动抵扣满减，约饭聚餐轻松立省一大笔！

从徐家汇街头的一碗融合甜汤、北外滩的四国卷饼，到金山乡野的非遗羊肉宴与普陀商圈的惠民消费券，进博会联动四季度环球美食汇正让全城处处飘香，快约上你的“饭搭子”出门打卡吧！