

# 上海早晨的那杯咖啡，是刚需

在 Manner 事件的评论中,有人留言:“有没有媒体去蹲一天一个班头的工作量(不指望)?”其实,是可以指望一下的。

在事件发生 2 周前,我们就连续四天 7 点从家里出门,分别去往黄浦、静安、浦东的多家咖啡馆蹲点,蹲一个早市。

不是拿了“预言家”牌,而是我们发现,上海工作日早上的那杯咖啡,特别急,特别快。所有人都像仓鼠一样占据着跑轮的一角,拼命奔跑。

跑轮越转越快,越转越快,直到摩擦起火。

1

2015年诞生于上海南阳路的 Manner,已经发展到了全国 1200 家的规模。它以 20 元一杯拿铁的价格,拉低了咖啡在人们心中的价格基准。而且自带杯,还能减 5 元。

在它起家的南京西路商圈附近,店铺密度奇高。

不管是从南京西路 2 号、12 号还是 13 号线地铁站出来,地铁口都有一家。在南京西路地铁站询问工作人员 Manner 在哪儿,得到的回复是:“你问的是哪家 Manner?”

目前上海 Manner 约 54%的门店都开在办公场所附近。这为上班族上班路上顺走一杯咖啡,提供了便利。

但即便密度如此之高,早上在 Manner 小程序上也会看到前面有 20-30 杯在做。

早上 8:15,吴江路 Manner 的室外座椅上坐着 3 个外卖小哥,他们在此等单。因为 10 点前,这咖啡是他们的主要任务。2 分钟后,一名骑手拿走了店里做好的咖啡外卖。

8:20,Even 拿着自带杯的盖子,在店门口等咖啡。她的上班时间是 8:30,但她已经打过卡了。她每天早上都要喝一杯咖啡,有时在家里泡,有时送完孩子在学校附近买杯 Manner,或者就是打完卡在公司楼下的 Manner 现“拷”一杯咖啡。

“现在的人嘛,咖啡续命的呀。”

Even 养成每天喝一杯咖啡的习惯,已有 7、8 年。她想起来,这和 Manner 最早的那家店有关。“其实我最早不怎么喝咖啡的。后来就因为它第一家南阳路店,当时我在那附近上班,看别人带着自带杯过去拷咖啡,我也带杯子过去。就慢慢养成了(喝咖啡的习惯)。”

“你不要看(最早南阳路)那个店小小的,那两个人,像机器人一样的,配合得很默契,速度很快。那时候还没有手机点单,大家一个个(排着队)。”

像 Even 这样打完卡下楼,有时间等一杯自带杯咖啡的,在 8 点钟属于少数。

大多数人的情况是在地铁上手机点好单,出了地铁站,拿着咖啡走去上班。

秦婉(化名)也是这样,8:46,她出现在兴业太古汇楼下的 Manner,一般情况下,她在南京西路前一站自然博物馆站开始下单,基本到店就可以拿上咖啡。

但是当天她忘记在地铁上点单,只能现场下单。“我有的时候也会去喝瑞幸,就在下面,下面还有一家 Manner 边上开了瑞幸。瑞幸有的时候还会有优惠券,就十几块钱一杯吧。”

太古汇楼下这家 Manner 是烘焙店,也卖面包,早上高峰时段有 5 个咖啡师,点单、做浓缩、拉花、打包,5 个咖啡师沿着咖啡机站成一排,每个人都有自己的职能。

一杯杯做出来的咖啡,不打包的咖啡排队放在柜台前,打包的按序列号放在中庭岛台上,一字排开,排了十几份。甚至还有“离职箱”打包的

整箱咖啡待取。

电视屏幕滚动叫号,就像医院门诊一样。“制作中”一栏中,排不下在做的号单。

每个进店的顾客都目标明确,寻找自己对应号码的那杯咖啡,然后离店去上班。

“最夸张的那天,(岛台)这一排的(自取单)全排满”。

秦婉本身就是个咖啡师,并且是 Manner 的前员工。

“Manner(工作)太辛苦了,尤其是一些店,是一个人上班。就算爆单了也是你做,做到死。”

“压力真的很大。我曾在的那家店有 3 个咖啡师,但是单量很大,基本上 8 点钟开业的时候,2 分钟那个杯量已经在 80 多杯了,一瞬间就能出很多很多。”

“你想一杯咖啡也就 20 来块钱,那个店一天的营业额可以卖到一万五到一万七。”算下来,这家店一天大约要做 800 杯咖啡。

咖啡师自己早上要来买一杯咖啡,和大多数打工人的理由一样:“我太困。”

她目前供职的咖啡店在石门一路上,但是公司的咖啡“太贵了,买不起”,一杯拿铁 38 元。

7 分钟后,秦婉说自己上班要迟到了,拿着咖啡匆匆走了。

8:53,就在太古汇楼上上班的 85 后倪先生买了一只 5 元的小面包,自带了杯子来拷咖啡。等咖啡的时候,他站在柜台边啃面包。

他的习惯是上、下午各来 Manner 打一杯美式。他喝咖啡的习惯从 2018 年开始,“就是第一个孩子出生之后,早上就一定要吃(咖啡)的,而且咖啡要越苦越好。”

9:58,也很困的 90 后小王拿着已经做好的冰美式,站在吴江路 Manner 店门口抽电子烟。

小王单位的打卡逻辑是在单位附近一定范围内就行。“有一个打卡范围,然后你有几分钟的休息时间,可以在这边稍微吹下风。”

“因为你上去也是做打水之类的准备工作。那我调整好再上去,也可以的。”

当天是周一,小王需要一杯冰美式。“喝其它口味的我不知道,但是喝美式的”一定是状态不好、节奏很快、有压力的。”

刚过完周末,小王前一天 9 点多才吃过晚饭,睡着已经是凌晨 2 点。

“前一天睡得比较晚,咖啡会让你提神,让你整体状态好一点。还能消肿。”

他提前 20 分钟,在地铁上已经下单,到店取走咖啡,在店门口吹个风,享受完本周工作开始前的最后一口呼吸后,10 点小王的微信亮了,“不好意思,我要上去了”。

10:00,吴江路 Manner 一杯咖啡还要等 15 分钟,室外坐着外卖小哥和爷叔阿姨,地铁口出来的人步调减缓。

3 个退休阿姨入座室外座,她们也是刚“上完班”,坐下来喝一杯咖啡。

“老早阿拉碰头先吃饭,后吃咖啡的。现在伊拉有第三代了,送好小孩出来,只好先吃咖啡,再吃饭。”

这 3 位阿姨是第一次尝试 Manner,她们更常去的是 Blue Bottle Coffee,“小蓝瓶,一个月两趟”。

她们的子女也喝咖啡。

“阿拉儿子天天吃(咖啡),有辰光甚至于两杯的,早上一杯,吃好中饭后半天一杯。”

10:30,吴江路 Manner 的等待杯数下降为 4 单,太古汇此时等待 5 单。

忙碌的早晨场,结束了。



2

除了在上班路上自取咖啡,还有一些人选择早上外卖一杯咖啡。

根据 2023 年美团的数据,咖啡外卖已成为上海餐饮各品类中的 top1。

下单咖啡外卖的人群中,25-30 岁占据最多,为 25.7%,其中 96%是办公室白领。

在上海,24 小时有人点咖啡外卖,9-11 点是咖啡外卖的最高峰。

而据《2024 中国城市咖啡报告》,全国外卖渠道共消费 9.3 亿杯咖啡,仅上海一地就售出 1.6 亿杯,平均每人每年外卖消费 6.5 杯。其中早餐时段的咖啡外卖消费占比逐年提升,至 2023 年为 28.9%。

静安区广中路上一家独立咖啡馆内,某工作日早晨接到了 20 多单外卖。

8:50 到 9:20 的半个小时内,有 5 个外卖骑手取走了外卖单。

9:29 一位饿了么小哥进店,他接到的是一单 14 杯的大单,送到附近某个学校。

“(咖啡)送到学校的很少很少,一般都是写字楼的点。”

不少顾客都在上班路上就点好了外卖,“我们送过去,他人还没到”。外卖小哥把咖啡放在写字楼的取餐柜,顾客上班的时候直接提了上楼——这和在 Manner 自取一样。

“晚上去商场的(咖啡馆),因为现在很多地方都有团购,我们会团购。”

早上 10 点多,2 名环卫工人进店,打包带走了两杯咖啡。

他们是早上在附近工作,看到这里新开了一家咖啡馆,休息的时候决定过来试试。

环卫小蒋是 90 后,她来自湖北,嫁到上海。“来上海之后才喝咖啡的。”

开始喝咖啡对小蒋来说是“工作的需要”,“有时候上班 4 点钟就起来了,所以要一杯咖啡提提神。”

日常小蒋会在京东上买一整箱 100 颗的连咖啡,自己在家里泡着喝。一个月去咖啡馆消费咖啡 5-7 次。

“其实说白了,就是上班族刚上班(的时间点),特别是 9 点到 9 点半。”

“人没到(公司),先订单,他算好我们送餐的时间,算好刚好到公司,不然就放写字楼取餐柜。”

小王暗暗地也会做统计,在大宁一带送餐,他送得最多的是品牌是 Costa。“星巴克还比较少,因为星巴克单价比较高嘛。”

“像这家(独立咖啡)店他们是做口碑的,下过一次单,第二次还是远了他们家。”

“因为说白了,咖啡消费人群的消费能力稍微强一点,基本上习惯了,就会一直下单。小众一点的(咖啡馆),都有人固定下单。”

虽然中午和下午也有送咖啡的单子,但是一天里咖啡送得最集中的还是早上,并且有地区差异。

“要看你在哪个片区跑,在大宁这个片区,写字楼多一点,咖啡就多一点。但是往虹口凉城那边的话,很多都是住宅区,早上就送早餐,比如上海人常吃的锅贴、煎饺。”

“这种消费对我们骑手来说,偏高了一点。正常上班不会喝,除非是有时候碰到酒单什么的,赔偿赔完之后,我们自己会喝。”

但是下班之后,他和同事偶尔也选择坐进咖啡馆。

“晚上去商场的(咖啡馆),因为现在很多地方都有团购,我们会团购。”

早上 10 点多,2 名环卫工人进店,打包带走了两杯咖啡。

他们是早上在附近工作,看到这里新开了一家咖啡馆,休息的时候决定过来试试。

环卫小蒋是 90 后,她来自湖北,嫁到上海。“来上海之后才喝咖啡的。”

开始喝咖啡对小蒋来说是“工作的需要”,“有时候上班 4 点钟就起来了,所以要一杯咖啡提提神。”

日常小蒋会在京东上买一整箱 100 颗的连咖啡,自己在家里泡着喝。一个月去咖啡馆消费咖啡 5-7 次。

不管是在外卖还是到店取,早晨的那杯咖啡正在成为上海市民上班第一件事。

在陆家嘴,每栋名为“x x 大厦”“x x 中心”的高楼里,都起码有一家咖啡馆。高峰期,陆家嘴写字楼底下的 Manner 都维持着 30-40 单左右的待做杯量。

在东亚银行金融大厦,7:00 开门的 Manner,在 7:35 已经有 52 杯咖啡在做。在这栋楼上班的柳小姐说“早上看到过有 90 多单的”,这种时候她就会选择放弃点单。

“我不急这杯咖啡,如果人太多了,我就不点了,换其他的(咖啡)。”

打工习惯了公司楼下那杯咖啡的等待时长,通常在通勤路上已经点好了咖啡。或者在小程序上看到待做时长,等到 10 点多高峰过后带着杯子里来自己拷一杯上楼。

每一个踩着早高峰的上班族,都知道在自己上班动线上最方便的那家咖啡馆位置。

这种上班动线上的排布,从地铁站就已经开始了。14 号线陆家嘴地铁站口就有一家 Tims 咖啡,8 点多柜台上已经排好了一整排待取的咖啡早餐。

在马当路,继中海环宇荟之后,凯德 Lu-one 办公楼下又新开了一家 Manner,两者

步行距离 5 分钟。

但这家加密门店开出后,采访的那天碰上某大型互联网公司入驻该楼,待做杯量一度到了 42 杯,等待时长近半小时。

“你来得不巧,今天人太多了。”

“实际等的时间,比上面写得要长。上面写 10 分钟,可能要等 15 分钟。你往后加 5 分钟。”

90 后小王的咖啡已经等了 20 分钟,她看着我手机上的 30 多单,告诉了我原因。

公司写字楼楼下新开的这家 Manner,让她早上买咖啡的路少绕 2 个弯。

“不用走那么远了。那边环宇荟不是要绕两个路嘛。这边的话,地铁口直接上来。”

上班族对于早晨那杯咖啡的路径选择,细致到 2 个弯。

“768 号好了吗?”

“还没好。”

90 后小程一手提着塑料袋,里面是 2 个包子,2 个鸡蛋。另一手拿着 iPad 和 apple pencil。

虽然小程的岗位不需要打卡,但是当天那杯咖啡的等待时间还是超出了他的预估,哪怕他提前已在小程序上下了单。

小程一天要喝 1-3 杯咖啡。“有时候朋友一起,或者下午开会之类的,还会再喝。”但早上的这杯咖啡是雷打不动的。

等待期间,他吃起了包子。5 分钟后,他拿到了咖啡,又要去排很长的队,等着坐电梯。

上班路上有很多的等待,等待地铁到站,等待绿灯,等待咖啡,等待电梯。上班之路好比一场打怪升级,一路过关斩将,咖啡是电梯之前的倒数第二关。

90 后蒋林(化名)曾就职于某互联网大厂,上班的时候她一天要喝 3 杯咖啡。

“我很多同事都是一天喝 3 杯的。我觉得互联网公司的人,没有这杯咖啡可能活不下去。”

早上上班一杯,吃过中饭 2 点一杯,下午 4.5 点再喝一杯。

咖啡是越喝越多的,最开始蒋林一天也只喝一杯咖啡。

最后发展到下午 4.5 点还有一杯,是因为下班晚。“8、9 点下班,到 4.5 点就感觉干不下去了。”

“到下午整个公司氛围会越来越压抑,没人讲话的,真的像厂弟、厂妹一样的,就大家啪啪啪啪在打键盘。一般到那个点,我们就觉得坐不住了,不想再坐在这个办公室了,我们就去打杯咖啡。久而久之,就变成一天 3 杯了。”

多出来的那杯咖啡,已经不再是提神,而是留给打工人们自己的喘息时间。

虽然 3 杯属于同事中喝得多的。“但 2

3

杯的不少,基本上一杯打底。就这么跟你说,我下班算早的。”

她见过同事中更为极致的喝法,自带一升装吨吨桶,点 2 份浓缩,备注加半杯冰,然后自己兑水喝。“这是工作时长很长的同事,他可能早上 10 点一直干到半夜。”

采访中,我们也碰到过自带杯打一份 5 元浓缩的人。到办公室加水变美式,加牛奶变拿铁,性价比之王。

当一天喝到 3 杯的时候,就得控制支出。蒋林认为,如果一天只喝一杯,那 30-40 元档的星巴克、皮爷也是可以接受的。但一天三杯的时候,她基本只喝 10-20 元档的 Manner 和瑞幸,把一天咖啡的开销控制在 50 元内。

她觉得“那杯咖啡”对打工人的意义是“续命”。

“有点精神支柱(的感觉)。早上一定要有这么杯咖啡,才能醒得过来。”

“真的是有这种感觉,没这杯咖啡,今天

蒋林在杨浦区三门路地铁站附近上班,据她观察,公司附近走路 7、8 分钟的地方,有 10 家朝上的咖啡馆,Manner 约有 4.5 家,瑞幸 3 家,还有星巴克、Lavazza、皮爷等。

今年 3 月,蒋林从互联网公司辞职了。辞职后,她平均 2-3 天喝一杯咖啡。“现在路过咖啡馆就喝一杯,但不再是强需求了。”

“后头我也在思考这个问题,我觉得(上班时候的)咖啡就是给了你一些精神支柱。”

但现在,早上的那杯咖啡也不再必须。“觉得没什么负担,你不需要很有精神或者很有脑子去干什么事情,就感觉你不喝也没关系。”

当然另外一个原因是,获得咖啡的途径没有那么方便了。

“上班的时候,咖啡馆就在楼下,我坐个电梯就下去了。”

“现在你可能要点外卖,Manner15 元一杯,还不到起送费,还要付外卖费。”

蒋林在杨浦区三门路地铁站附近上班,据她观察,公司附近走路 7、8 分钟的地方,有 10 家朝上的咖啡馆,Manner 约有 4.5 家,瑞幸 3 家,还有星巴克、Lavazza、皮爷等。

今年 3 月,蒋林从互联网公司辞职了。辞职后,她平均 2-3 天喝一杯咖啡。“现在路过咖啡馆就喝一杯,但不再是强需求了。”

“后头我也在思考这个问题,我觉得(上班时候的)咖啡就是给了你一些精神支柱。”

但现在,早上的那杯咖啡也不再必须。“觉得没什么负担,你不需要很有精神或者很有脑子去干什么事情,就感觉你不喝也没关系。”

当然另外一个原因是,获得咖啡的途径没有那么方便了。

“上班的时候,咖啡馆就在楼下,我坐个电梯就下去了。”

“现在你可能要点外卖,Manner15 元一杯,还不到起送费,还要付外卖费。”

蒋林在杨浦区三门路地铁站附近上班,据她观察,公司附近走路 7、8 分钟的地方,有 10 家朝上的咖啡馆,Manner 约有 4.5 家,瑞幸 3 家,还有星巴克、Lavazza、皮爷等。

今年 3 月,蒋林从互联网公司辞职了。辞职后,她平均 2-3 天喝一杯咖啡。“现在路过咖啡馆就喝一杯,但不再是强需求了。”

“后头我也在思考这个问题,我觉得(上班时候的)咖啡就是给了你一些精神支柱。”

但现在,早上的那杯咖啡也不再必须。“觉得没什么负担,你不需要很有精神或者很有脑子去干什么事情,就感觉你不喝也没关系。”

当然另外一个原因是,获得咖啡的途径没有那么方便了。

“上班的时候,咖啡馆就在楼下,我坐个电梯就下去了。”

“现在你可能要点外卖,Manner15 元一杯,还不到起送费,还要付外卖费。”



文/晨报记者 姜天涯

图/晨报记者 姜天涯 姚祖鸿

画图/二 黑

<b>上海盛安建设工程(集团)有限公司</b> <b>荣获</b> <b>2023年度建筑施工企业</b> <b>安全生产标准化评价合格单位</b>	<b>上海鸿海建筑装饰工程有限公司</b> <b>荣获</b> <b>2023年度建筑施工企业</b> <b>安全生产标准化评价合格单位</b>	<b>上海协利科技工程有限公司</b> <b>荣获</b> <b>2023年度建筑施工企业</b> <b>安全生产标准化评价合格单位</b>	<b>上海浦东新区南上公共交通有限公司</b> 驾驶员:胡嘉炜、周佳荣 调度员:邵瑛 <b>荣获</b> <b>2023年上海</b> <b>公交行业第十一届服务明星</b>
<b>上海盛运建筑工程有限公司</b> <b>荣获</b> <b>2023年度建筑施工企业</b> <b>安全生产标准化评价合格单位</b>	<b>上海胜东机械工程(集团)有限公司</b> <b>荣获</b> <b>2023年度建筑施工企业</b> <b>安全生产标准化评价合格单位</b>	<b>江苏塔林建筑机械有限公司</b> <b>荣获</b> <b>2023年度建筑施工企业</b> <b>安全生产标准化评价合格单位</b>	<b>上海航宽体育场设施工程有限公司</b> <b>荣获</b> <b>2023年度建筑施工企业</b> <b>安全生产标准化评价合格单位</b>
<b>上海宏裕建筑劳务有限公司</b> <b>荣获</b> <b>2023年度建筑施工企业</b> <b>安全生产标准化评价合格单位</b>	<b>上海中怀脚手架安装有限公司</b> <b>荣获</b> <b>2023年度建筑施工企业</b> <b>安全生产标准化评价合格单位</b>	<b>上海志略建设工程有限公司</b> <b>荣获</b> <b>2023年度建筑施工企业</b> <b>安全生产标准化评价合格单位</b>	<b>上海紫洵建设机械设备有限公司</b> <b>荣获</b> <b>2023年度建筑施工企业</b> <b>安全生产标准化评价合格单位</b>
<b>鼎乙建设(上海)有限公司</b> <b>荣获</b> <b>2023年度建筑施工企业</b> <b>安全生产标准化评价合格单位</b>	<b>上海瑞霞建筑工程有限公司</b> <b>荣获</b> <b>2023年度建筑施工企业</b> <b>安全生产标准化评价合格单位</b>	<b>上海颐景建筑设计有限公司</b> <b>荣获</b> <b>2023年度建筑施工企业</b> <b>安全生产标准化评价合格单位</b>	<b>上海坚鹏建筑工程有限公司</b> <b>荣获</b> <b>2023年度建筑施工企业</b> <b>安全生产标准化评价合格单位</b>
<b>上海聚联建设发展有限公司</b> <b>荣获</b> <b>2023年度建筑施工企业</b> <b>安全生产标准化评价合格单位</b>	<b>上海徽骏建筑工程有限公司</b> <b>荣获</b> <b>2023年度建筑施工企业</b> <b>安全生产标准化评价合格单位</b>	<b>上海澍予设备安装工程有限公司</b> <b>荣获</b> <b>2023年度建筑施工企业</b> <b>安全生产标准化评价合格单位</b>	<b>上海五宏装饰工程有限公司</b> <b>荣获</b> <b>2023年度建筑施工企业</b> <b>安全生产标准化评价合格单位</b>
<b>上海开本基础工程有限公司</b> <b>荣获</b> <b>2023年度建筑施工企业</b> <b>安全生产标准化评价合格单位</b>	<b>上海润霖建筑工程有限公司</b> <b>荣获</b> <b>2023年度建筑施工企业</b> <b>安全生产标准化评价合格单位</b>	<b>上海墙至建筑工程有限公司</b> <b>荣获</b> <b>2023年度建筑施工企业</b> <b>安全生产标准化评价合格单位</b>	<b>上海御盛建筑工程有限公司</b> <b>荣获</b> <b>2023年度建筑施工企业</b> <b>安全生产标准化评价合格单位</b>

<b>物资回收</b>	<b>知名 绿洲</b> 口碑好 成功率高 地址:九江路619号1518室 电话:13011300202 由高级婚介师董老师全程服务到满意 <b>C472 生活需要相互陪伴女 83 岁</b> 丧偶电力局离休女退休一生活太孤单 渴望开开心心每一天(女付)63337606 <b>C473 造船厂高工女退休 63 岁</b> 丧偶多房平凡凡男(女付)53833358 <b>C474 可家访无亲人美丽温柔女医大</b> 教授 73 岁丧偶无亲夫前夫留家产 无后继徐徐徐 239m <sup>2</sup> 无助力 93 岁 内上 门速婚男(女付)63337606 <b>C475 体健显年轻无亲人貌秀女医</b> 生退休 79 岁未婚党员独居外滩景观房 另多房陪父母古董字画(女付)53833358 <b>C476 手米外科医生女退休 69 岁</b> 未婚白漂亮显年轻多房条件优越看音 乐早 89 岁内健康男(女付)63337606
<b>渝水堂 高价收购</b> 红木家具,老家具,字画,扇子,印章,像章,老服装,小人书,紫砂壶,玉器,瓷器,地址: 多伦路文化名人街 182 号(近四川北路) 热线电话:65407260 13601926417 高经理 免费上门服务	
<b>投放热线:22895373</b> (新闻晨报)综合分类、遗失、注销各类声明广告	