

南航
独家



TO DO LIST

在万家灯火中夜游外滩
在南京路上享购物乐趣
寻找城隍庙的琳琅美食
走在田子坊中感受文艺



中国南方航空旅游攻略

Shanghai 上海



扫描上方二维码
更多粉丝福利



城市印象

01

推荐行程

02



景点

03



手信

05

美食

04



住宿

06



交通

07



Shanghai

行程

08



1 城市印象

城市速览 City Brief

大都市 ## 多元城市 ## 时尚潮流



上海是中国最早接触“外界”的地方，经过数十年的发展，上海已经成为了一座世界性的大都市，金融、贸易、经济的活力在上海体现得淋漓尽致。上海是多样的，你能在这座城市中见到气派的欧式建筑、古朴的苏式园林、林立的摩天大楼与老弄堂，上海正是这样一座吃不腻、赏不尽的“魔都”。

时尚迷人的风情之都

无论是过去十里洋场的繁华喧嚣，还是如今国际都市的摩登潮流，上海带给人的感觉，总是如同走在这座城市里的都市女郎——一般，精致而又迷人，让人忍不住想要探寻它精致面孔下的秘密。

独具魅力的多元城市

无数拔地而起的摩天大楼，发达的交通网络，灯红酒绿的街道和上海的老弄堂，屹立百年的老建筑等极具历史底蕴的文艺之地融合在一起，汇聚成上海这座独具魅力的多元城市。

目的地情报

目的地 上海	所属国家 中国
外文名 Shanghai	别名 申城
官方语言 上海话	面积 约 6340 平方公里
著名景点 外滩 东方明珠 城隍庙 南京路 上海迪士尼乐园	人口 约 2419.70 万人
特色美食 生煎 红烧肉 糕团 白斩鸡 酱鸭	南航航班信息 目前，南航已开通广州直 飞上海的航班

必做的事 To Do List

01

在万家灯火中夜游外滩

夜赏十里洋场, 感受魔都的精彩。

02

在南京路上享购物乐趣

走在大上海最繁华的购物街之一, 尽享世界名品。

03

走在田子坊中感受文艺

最纯正的海弄堂里处处都能给你不一样的惊喜。

04

寻找城隍庙的琳琅美食

隐藏在繁华都市内的古色古香最值得品味。

05

与明星大腕零距离接触

在全世界第六座杜莎夫人蜡像馆里与你喜爱的明星们近距离互动。

06

漫步在陆家嘴体验都市

走在上海最摩登繁华的市中心, 感受经济的脉搏。

07

在小桥流水间欣赏园林

探访位于市中心的江南园林中的一颗明珠——豫园。

08

站上云端俯瞰上海全景

站在上海最高的环球金融中心上, 欣赏这座伟大的城市。



旅游日历 Travel Calendar

农历

正月

15 日左右

城隍庙元宵庙会

每年的元宵庙会是上海最重要的节日之一，届时大小店铺张灯结彩，准备各式特色活动欢迎宾客，整个城隍庙热闹异常，也是旅行者来到上海最不可错过的特色节日。

公历

三月

至四月

上海桃花节

上海人一向有赏桃花的习惯，桃花节期间不仅可以在南汇桃花村、新场古镇桃源、滨海世外桃源等地赏花，也可以前往上海野生动物园的滨海高尔夫俱乐部享受特色节庆活动。

公历

五月

上海之春国际音乐节

汇集了海内外著名音乐人的盛会，音乐节以“和平、友谊、交融、和谐”为宗旨，对于获奖节目颁发“金编钟奖”、“银编钟奖”、“铜编钟奖”，届时观众能欣赏到国际一流的音乐表演。

公历

六月

上海国际电影节

全球获国际电影制片人协会认可的 15 个 A 类国际电影节之一，每逢此时都会有许多国际知名电影及电影人齐聚上海，是电影爱好者不可错过的盛会。

上海国际艺术节

上海国际艺术节是中国艺术界最富盛名的盛会之一，艺术节内容极其丰富，包括众多舞台艺术演出、美术展览、群众文艺活动和艺术品交易等。

时间：11 月 16 日 - 11 月 20 日

上海国际茶文化节

上海最具盛名的茶主题国际文化节，每年都吸引了大量海内外的爱好者参加。

时间：每年四月的最后一个周六

最佳旅行时间

上海四季分明，最佳的旅游季节为春（3-5 月）及秋（9-11 月）。春天百花齐放，气候宜人，非常适合户外远足，秋季大闸蟹最为肥美，是品尝的最佳时间。

穿衣指南

上海四季分明，冬季寒冷，白天气温在几度左右，且由于湿度较大体感温度更低，注意防寒；夏季的上海热浪滚滚，晌午甚至会到达 40 度，请注意避暑。

消费水平 Consumption Level

上海消费水平较高，在一线城市中也属于高水平。

通信 Communication

上海区号：021

2 推荐行程



魔都精选景点畅玩 6 日游

都市风采 ## 古镇弄堂

旅游天数: 6 天

行程亮点: 充分游玩上海的著名景点。

✈️ 豫园 - 城隍庙 - 外滩

📍 乘坐南航的航班到达上海以后，乘坐地铁到达酒店，办理好入住手续后稍事休息。随后前往豫园，在欣赏这座江南园林的明珠的景色的同时，品尝这里售卖的诸多小吃，中午可以选择在附近的小杨生煎用餐，品尝最正宗的上海生煎包。

☀️ 下午继续步行前往旁边的城隍庙，可以走遍这里的每一个大殿，感受道教的博大精深。城隍庙同时也是繁华的商业圈，无数的小吃和工艺品一定能同时满足你对美食和好物的兴趣。

🌃 傍晚可以前往外滩，趁着还没有天黑抢占绝佳的观景点，先看外滩日落再赏外滩夜景，依靠黄浦江，为今天的行程划上一个完美的句号，晚上回到酒店美美地睡去。



1
DAY



2
DAY

🚶 田子坊 - 新天地 - 上海环球金融中心

☀️ 早起后乘坐地铁前往田子坊，穿梭在极具风情的弄堂间，逛着文艺小资的手工艺品商店，品尝小吃，走累了可以坐在路边的咖啡厅或者酒馆，点上一杯饮品，看路边人来人往，这里文艺气息浓厚，大多数建筑都极具特色，可以好好享受拍照的乐趣。中午可以选择在田子坊中的餐馆吃饭，这里选择丰富，绝对能满足你的味蕾。

🚶 下午搭乘地铁前往新天地，这里是上海最时尚潮流之地，老上海标志性的石库门风格建筑中是一家家咖啡厅西餐厅、艺术工作室，欧式风情十足，同样可以在这里穿梭漫步，拍照留念。这里的咖啡厅与酒馆不输田子坊，可以一试，与同样在此游览的外国游客来干个杯。

🌃 天色渐晚，前往上海环球金融中心，登上这世界上最高的观景天台，穿过云层，上海的夜景一定会让你迷醉，尽情拍照观景后，回到酒店好好休息。

3
DAY


🚶 中华艺术宫 - 上海博物馆 - 人民广场


☀️ 早上搭乘地铁前往中华艺术宫，这座艺术宫的前身是上海世博会中国馆，后并入了上海美术馆。现今中华艺术宫的展品之丰富，质量之高一定能让你咋舌，是艺术爱好者流连忘返、不可错过的艺术胜地。步入馆中充分欣赏中国艺术的磅礴和精彩，馆内还有著名的动态清明上河图，仿佛回到热闹异常的北宋街头，是不可多得的艺术体验。

☀️ 下午，来到上海博物馆，继续今天的艺术之旅。身为中国四大博物馆之一，上海博物馆自然不会让人失望。其中珍藏的江南瓷器之全世间少有，更有珍稀的史前时代良渚文化瓷器，在精美的瓷器上感受陶瓷的发展历史，美轮美奂的瓷器一定能给你带来非一般的美学享受。上海博物馆较大，逛完后天色已晚，不过旁边就是人民广场，晚餐可以安排在这里。

🌃 晚上，吃过饭后顺势在人民广场这个上海最大的公共广场中散散步，人民广场是上海最繁华的几个商圈之一，百货云集，热爱购物的你一定不能错过，再带着满满的战利品，心满意足地回到酒店。

 徐家汇天主教堂 - 七宝老街 - 七宝天主教堂 - 七宝教寺

 早上，吃过早餐后前往徐家汇天主教堂。徐家汇天主教堂在过去被老上海人誉为第一建筑，是许多影视作品的取景拍摄地。教堂为哥特式风格，红墙白柱，青灰色的瓦顶，中世纪气息十足，在外面拍照后可以在义工的带领下入内参观，感受宗教的神圣和教堂悠久的历史，聆听精彩的故事。


 下午，搭乘地铁前往七宝古镇——上海另一处有名的古镇，这里同样有种类丰富的小吃和古色古香的江南水乡建筑，边走边拍美食美景两不误。随后可以到附近的七宝教堂看看，洁白如玉的教堂外墙一定会让你感受到宗教的神圣和庄严，七宝天主教堂是上海最早引入天主教义的地区，具有重要的历史意义。同样坐落附近的是七宝教寺，教寺占地接近八千平方米，天王殿、大雄宝殿、藏经阁一应俱全，走在其中还能看到各式栩栩如生的佛像，宁静中透着庄严和神秘。

 晚餐可以在七宝教寺附近解决，之后再回到市区。



6 DAY


 七浦路 - 机场


 早上起来前往上海知名的服装批发集散地七浦路淘金，这里衣服绝对价廉，只是想要淘到精品需要一双火眼金睛和不俗的运气，但这种淘货的过程才是最具乐趣的，淘完后收拾战利品回到酒店，收拾行李后就可以前往机场了，乘坐南航航班回到舒适的家。


4 DAY

5 DAY

 杜莎夫人蜡像馆 - 南京路步行街 - 外白渡桥 - 梅赛德斯奔驰文化中心

 早上前往上海杜莎夫人蜡像馆，在这个全世界第六家杜莎夫人蜡像馆内你能与各界明星近距离接触，更可以与一些明星对戏、对歌、打篮球等互动活动。在蜡像馆中度过一个美好的上午，中午可在附近用餐。

 下午前往南京路步行街，在这条中国十大步行街上尽情购物，上海的繁华和热闹在这里体现得淋漓尽致，街道两旁除了耳熟能详的国际连锁品牌外，还有许多上海本土的老商铺，上海人至今还喜欢在这里买东西、置办年货，旅行者也可以在这里购物，感受真正的上海气息。

 逛至傍晚，移步外白渡桥，外白渡桥大概是有关上海的影视作品中出镜率最高的一座桥了，站在桥上可以拍摄苏州河的美景，桥本身造型颇具时代感，也是十分值得拍照留念的景点，享受拍照乐趣后可以前往梅赛德斯奔驰文化中心，这个功能齐全的艺术中心有着飞碟般的奇特外形，再配上五光十色的霓虹灯，夜色中美轮美奂，馆内时常有精彩的艺术展出，在这里度过充满艺术感的夜晚后，结束一天的行程，回到酒店休息。

3 景点

1 最热榜单

TOP 1

外滩

TOP 2

南京路

TOP 4

城隍庙

TOP 3

田子坊

TOP 5

陆家嘴

2 必去景点

外滩

外滩是上海的名片之一，52幢风格各异的异国建筑伫立在黄浦江边，营造出专属“十里洋场”的都市繁华。晚间的万国建筑群，在黄浦江两岸的霓虹灯映照下色彩斑斓，美不胜收，漫步其中，所谓都市的极尽繁华大抵如此。

开放时间: 全天开放

门票价格: 全天免费

景点位置: 上海市黄浦区中山东一路

如何前往: 乘坐地铁2号线或10号线在南京东路站出站步行约15分钟即可到达

怎么玩: 白天和夜晚各有各的精彩，建议傍晚时前往，一次赏尽日景和夜景。

拍照指南: 站在高处可以更好地拍摄外滩景色。



南京路

位于上海市黄浦区的南京路是中国十大步行街之一，也是上海最著名的购物地点之一。南京路的前身是“派克弄”，它西起西藏中路，东达河南中路，长约 1200 米。这里汇集了老上海的各大商铺和各类新晋的国际名品，记录着上海的繁华，也是一站式购物不可错过的地点。

开放时间: 全天

门票价格: 免费

景点位置: 上海市黄浦区西起西藏中路，东至河南中路

如何前往: 可乘地铁 1、2、8 号线至“人民广场”站下，从 6 号口出站，过下沉式广场地道即可到步行街

拍照指南: 南京路上的建筑是拍照的好素材。



田子坊

田子坊的前身是上海最有特色的石库门里弄，经过不断的经营，现在的田子坊云集了各类咖啡厅、餐厅、茶馆、艺术作坊，古色古香的弄堂中添入了国际气息，成为了现今上海最具特色的弄堂和最小资文艺的地点。

开放时间: 全天开放

门票价格: 免费

景点位置: 上海市黄浦区泰康路 210 弄

如何前往: 乘坐地铁 9 号线到打浦桥站下车，从 1 号口出，步行 5 分钟即到达

怎么玩: 建议花上半夭走遍各个弄堂，或许能在街边的艺术作坊内找到你心仪的东西。

拍照指南: 田子坊小资风味十足，随处都可能出现极佳的拍照地点。

注意事项: 营业时间一般是 10:00-21:00 或 10:00-22:00，酒吧会更晚打烊。



城隍庙

城隍庙本是国内外知名的道观，可追溯到八百年前，历史悠久，城隍庙供奉的是守护城池的神，千年间香火不断。现今的城隍庙不只是一个宗教胜地，周围还聚集了各类商铺，游客能吃到正宗的上海小吃和精致的工艺品，是感受上海传统文化的绝佳去处。

开放时间: 07:00-22:00

门票价格: 免费

景点位置: 上海市黄浦区方浜中路 249 号

如何前往: 乘坐 11、66、126、926 路公交均即达

怎么玩: 建议花半天充分感受极具中国特色的叫卖，也可以去庙里烧香祈福。

陆家嘴

陆家嘴与外滩隔黄浦江遥遥相望，是象征上海繁华的两张名片。以上海国际会议中心、环球金融中心为首的众多摩天大楼组成了陆家嘴，成为上海乃至中国的金融心脏，夜间的陆家嘴灯火辉煌，是感受城市现代感的最佳去处，这里更有各种高端餐厅和商店，可以满足你的购物欲望。

开放时间: 全天

门票价格: 免费

景点位置: 上海市浦东新区陆家嘴东路 160 号

如何前往: 乘地铁 2 号线到陆家嘴站下即可到达

怎么玩: 如果走累了可以选择上海的旅游观光车，车费 40 元，一天之内不限乘坐次数，可以随时上下车。



东方明珠广播电视塔

东方明珠塔可谓是全国人民心中的上海标志之一，这座高 467.9 米的建筑位于陆家嘴，毗邻黄浦江，与外滩隔江相望，尽管如今已不再是上海第一高楼，但作为上海的标志之一，旅游者仍然可以欣赏到美丽的风景。

开放时间: 08:30-21:30

门票价格:

观光+游船套票(上球体+陈列馆+浦江游览)	A 票(太空舱/上球体/下球体+陈列馆)	B 票(上球体/下球体+陈列馆)	C 票(上球体+陈列馆)	中华号明珠号特等舱单票	中华号明珠号一等舱单票	城市历史展示馆单票
180 元	180 元	150 元	120 元	120 元	100 元	35 元

备注：现役军人凭有效证件可免费参观东方明珠上球体+陈列馆，70 岁以上老人凭有效证件享 6 折优惠；1.4 米以下儿童半票、1 米以下儿童免票

景点位置: 上海市浦东新区浦东世纪大道 1 号

如何前往: 乘坐地铁 2 号线到陆家嘴站下车，步行即可到达

怎么玩: 可以前往顶端的旋转餐厅用餐，边用餐边欣赏美景。



新天地

新天地是上海的新地标之一，由老上海传统的石库门旧街区改造而成。新天地分为北里和南里，北里以石库门风格建筑为主，南里以现代建筑为主。石库门风格的一砖一瓦保留了当年的特色，使人感觉仿佛置身于民国时期的上海。独特的建筑风格使得这里成为个性酒吧和餐厅的聚集地，每座老建筑内都有风格各异的商铺，使人流连忘返。

开放时间: 全天

门票价格: 免费

景点位置: 上海市黄浦区太仓路 181 弄新天地北里内

如何前往: 乘坐地铁 10、13 号线到新天地站下车，出站步行即可到达

怎么玩: 这里除了餐厅和咖啡厅外还有一些艺术品商铺、工作室等等，值得多待一会。



上海杜莎夫人蜡像馆

2006年在上海新世界商厦10层开放的上海杜莎夫人蜡像馆是全球第六座杜莎夫人蜡像馆,与其他杜莎夫人蜡像馆一样,这里展示着中国及世界上最著名的明星们的蜡像,馆内分为“在幕后”、“上海魅力”、“历史名人”、“电影”、“音乐”、“运动”和“速度”七个区,游客可以与自己喜爱的明星合照,还能体验与明星进行对歌、演戏、打篮球等互动节目。

开放时间: 10:00-21:00; 20:00后停止售票

门票价格:

成人	学生票	儿童票	老年票
190元	150元	140元	140元

景点位置: 上海市黄浦区南京西路2-68号新世界商厦10楼

如何前往: 搭乘地铁1号线、2号线和8号线,在人民广场站下车后步行可达

怎么玩: 除了和明星的蜡像合影之外,馆内还有丰富的互动活动,可以选择参与。

拍照指南: 蜡像可以触摸,可以与“明星”们零距离接触。



豫园

豫园始建于明朝,是当时达官贵人的私家园林,被誉为“城市山林”,也有“奇秀甲于东南”这样的美誉。豫园被誉为江南苏式园林的一颗明珠,藏身于上海的市中心,古色古香的亭台楼阁与四周的摩天大楼相映成趣,古朴与现代之间的艺术张力淋漓尽致。

开放时间: 08:00-16:45

门票价格:

旺季 (4月1日至6月30日, 9月1日至11月30日)	淡季 (7月1日至8月31日, 12月1日至3月31日)	备注:
40元	30元	60周岁以上老人(含60周岁)凭身份证,全日制大学生本科以下(含本科)、中小學生凭学生证享受半价

景点位置: 上海市黄浦区安仁街132号

如何前往: 乘坐地铁10号线到豫园站下车,下车后步行即可到达。

怎么玩: 充分欣赏园林美景以及品尝园中商铺的美食。



上海迪士尼乐园

上海迪士尼乐园是中国第二个、亚洲第三个、全世界第六个迪士尼公园，和其他迪士尼公园一样，这里也是梦幻的童话王国，漫步园中，迪士尼电影中的无数角色与你互动，米奇、唐老鸭、白雪公主，仿佛置身童话世界。这里更有无数精心设计的游玩项目，专为追求惊险刺激的游客准备。

开放时间: 08:00-20:00

门票价格:

	一日票	两日票
标准票 (1.4米以上)	370 元	670 元
儿童票 (1.0米 -1.4米)	280 元	510 元
老年人 (65岁以上)	280 元	510 元

景点位置: 上海市浦东新区川沙新镇

如何前往: 搭乘地铁 11 号线到终点站迪士尼站下车，从 2 号或 4 号口出，根据指示牌步行 5 到 10 分钟即可到达

怎么玩: 建议早起前往迪士尼，以便可以游玩更多的项目，入园后可凭门票领取 FP (Firstpass) 卡，以便更快玩到想玩的项目，推荐“飞跃地平线”和“创极速光轮”。

泰晤士小镇

泰晤士小镇远离市区喧嚣，是一处模仿英国泰晤士建造的高档别墅区，其中配套设施丰富，红酒会所、教堂、艺术中心一应俱全，环境也十分优美，绿化覆盖率高达 60%，经常在这里举办的各类艺术展、时尚嘉年华、派对、宗教活动更使得这里成为不可错过的景点之一。

开放时间: 全天

门票价格: 免费

景点位置: 上海市松江区三新北路 900 弄

如何前往: 乘坐地铁 9 号线至松江大学城站，后转地铁 15 路到弘翔路站下车后步行即可到达

怎么玩: 慢慢闲逛整个泰晤士小镇，小镇中的教堂和钟书阁都是比较有名的景点。

注意事项: 现在的小镇是热门的婚纱照取景地，游玩时可能受到影响。

外白渡桥

外白渡桥架设在黄浦江和苏州河的交汇处，是上海市区最大的一座钢铁构架的大桥。外白渡桥始建于百年之前，见证了大上海的风风雨雨，承载着上海的厚重历史。几乎所有与老上海相关的影视作品中都有外白渡桥的身影，其地位和意义可见一斑。

开放时间: 全天

门票价格: 免费

景点位置: 上海市黄浦区黄浦公园

如何前往: 乘坐 19、61、317 路公交车在吴淞路天潼路站下车后步行可达

怎么玩: 站在稍微远的地方才能欣赏到大桥全景，如想欣赏苏州河景色的话建议往上桥走，能见度好的话还能看到远处的陆家嘴。

拍照指南: 拍摄桥全景最好在远处，上桥以后可以拍摄苏州河和远处的陆家嘴。

3 小众景点

朱家角古镇

朱家角俗称“角里”，是离上海市区最近的江南水乡古镇，距今已有数百年历史。小桥流水、园林古迹，这里的街道建筑古色古香。厌倦了都市喧嚣之余，在温柔的江南水乡中身心放松想必是不错的选择。

开放时间: 全天

门票价格: 古镇免费，景点联票价格如下：

民俗风情游	新水乡访古游	游船
30 元	60 元	20 元

景点位置: 上海市青浦区课植园路朱家角翔宁浜 763 号

如何前往: 古镇离上海较远，建议自驾或包车前往。

怎么玩: 镇中的放生桥始建于万历年间，最为有名，不要错过。

注意事项: 民俗风情游包含景点有上海远古文化馆、大清邮局、课植园；新水乡访古游包含景点有上海远古文化馆，大清邮局，城隍庙，全华艺术馆，稻米乡情馆，圆津禅院，翰林匾额博物馆，课植园，上海手工艺展示馆。



中华艺术宫

2010 年上海世博会结束后，中国展馆更名为中国艺术宫，原上海美术馆也已经并入。现有藏品 8000 余件，藏品之齐全在国内数一数二。一年四季皆有专题展览，喜欢艺术的游客定会在此流连忘返。除馆内的展品外，建筑本身也是一件艺术品，方形的建筑外形内涵“东方之冠，鼎盛中华，天下粮仓，富庶百姓”的中国文化精神与气质。

开放时间: 周二至周日 10:00-18:00

门票价格: 免费

景点位置: 上海市浦东新区上南路 205 号

如何前往: 乘坐地铁 8 号线至中华艺术宫站下车后步行抵达

怎么玩: 馆内的动态清明上河图是一大特色，缴纳 20 元即可观看，画卷展开，画中无数人物皆开始走动，观众仿佛置身于北宋年间。

上海博物馆

上海博物馆是中国最大的古代艺术博物馆之一，馆内开设 12 个专题陈列室，展品中又以青铜器、陶瓷器、书法、绘画最具欣赏价值。更值得一提的是陶瓷藏品，这里的陶瓷藏品集中了江南地带的大量精品，数量之多，质量之精，世间少有，更有史前时代的良渚文化细刻陶器仅在此馆展出。

开放时间: 09:00-17:00

门票价格: 免费

景点位置: 上海市黄浦区人民大道 201 号

如何前往: 乘坐地铁 1、2、8 线至人民广场站下车，步行即可到达



上海环球金融中心

上海环球金融中心高达 100 层，顶楼的观光天阁高达 474 米，是世界上最高的观景平台。若论赏魔都全景的地点，这里是最佳去处，云密时，高耸入云的建筑顶楼穿过云层，所谓云中漫步大抵如此；云稀疏时全上海的景色尽收眼底，美不胜收。

开放时间: 08:00-23:00 (最晚进场 22:00)

门票价格:

	普通游客	60 岁以上老人、23 岁以下学生、离休干部	140 公分及以下儿童、现役军人、烈士家属、残疾人士
普通票 (100 层 +97 层 +94 层)	150 元	100 元	75 元
94 层单票	120 元	80 元	60 元

景点位置: 上海市浦东新区世纪大道 100 号

如何前往: 乘坐地铁 2 号线至陆家嘴站下车后，步行即可到达

怎么玩: 除了正常的登顶观景之外，只要气候条件不恶劣，97 层观光天桥的玻璃幕顶就会打开，游客可直接抬头看到蓝天白云。

拍照指南: 在塔顶可以尽情拍摄上海美丽景色。

4 美食

1 最热榜单

TOP 1

生煎

TOP 2

白斩鸡

TOP 3

糕团

TOP 4

熏鱼

TOP 5

酱鸭

2 当地特色美食

生煎

提到上海美食，相信很多人都会想到上海的生煎，上海生煎已有百年历史，正宗上海生煎皮酥汁浓，一口咬下，肉的鲜美、皮的香酥、葱和芝麻的香味都融合在嘴里，实为一大享受。现今的生煎经过改良，不止有猪肉馅，还有鸡肉、虾仁、芝士等馅，都可以一试。

推荐餐厅：小杨生煎

推荐理由：性价比高，味道正宗，门店覆盖广。

地址：上海市静安区吴江路269号2楼（吴江路店）

价格水平：20元/人

开放时间：09:00-21:00



白斩鸡

白斩鸡是一道冷盘菜,是江浙沪地区经典名菜,始于清末,因将烹饪好的三黄鸡挂在窗口,客人随要随斩,白斩鸡的名字来源于此。现在的白斩鸡经过多次改良和推广,已经成为上海各大餐厅必有的一道菜,白斩鸡之于上海美食就如同北京烤鸭之于北京,必不可少。

推荐餐厅: 小绍兴

推荐理由: 历史悠久、味道正宗、性价比高

地址: 上海市黄浦区云南南路 69-75 号 (云南南路店)

价格水平: 50 元 / 人

开放时间: 10:00-22:00



糕团

糕团是上海一系列传统点心的总称,全国人民熟知的青团就是糕团的一种。糕团对于上海人来说不只是点心,更是逢年过节、生日、婚庆,迁居、造屋必备的祝福礼品。除了青团外,条头糕、海棠糕、金团、双酿团都是非常值得一试的糕团。

推荐餐厅: 沈大成

推荐理由: 口味正宗、店铺覆盖广、性价比高

地址: 上海市黄浦区南京东路 636 号 (南京东路店)

价格水平: 30 元 / 人

开放时间: 07:30-20:00

熏鱼

熏鱼这道菜是本帮菜的代表之一,在江浙沪地区都很出名。上海熏鱼多为冷盘,选用青鱼背脊部分的肉,采用秘制酱料腌制数小时,直至其肉质酥软充分入味,新鲜出炉的熏鱼咸甜中略带一点辣,味道层次感十足,回味无穷。

推荐餐厅: 绿波廊

推荐理由: 老字号本帮菜主打餐厅,味道有保证。

地址: 上海市黄浦区老城隍庙内豫园路 115 号

价格水平: 约 150 元 / 人

开放时间: 11:00-20:30



酱鸭

酱鸭也是江浙沪一带的一道名菜，上海的酱鸭与其他酱鸭相比更加色泽光亮、油浓酱赤，鸭肉的肉质也较为鲜嫩。酱鸭咸甜适中，味道浓郁，肉质筋道，是一道老少咸宜的美食。

推荐餐厅：光明邨大酒家

推荐理由：老字号、味道正宗、性价比高

地址：海市黄浦区淮海中路 588 号（淮海中路总店）

价格水平：60 元 / 人

开放时间：08:00-22:00

红烧肉

红烧肉可以算是中国的国民料理，每个地方根据地方口味的不同演化出了不同的红烧肉，上海的红烧肉与其他地方的相比更加注重油浓酱赤，同时和上海的很多菜一样，上海红烧肉口味偏甜，上海人做菜“一手酱油瓶一手糖罐头”的说法在红烧肉上体现得淋漓尽致。

推荐餐厅：上海老饭店餐厅

推荐理由：老字号、口味正宗。

地址：上海市黄浦区福佑路 242 号

价格水平：约 150 元 / 人

开放时间：11:00-20:30



小笼汤包

上海美食的另一张名片，小笼包因形状小巧，用竹笼蒸熟而得名。正宗的小笼包皮薄馅足，汁水更是丰富，很多时候需要小小咬出一个口，先吸取一点汤汁后再一口吞下小笼包，避免汁水四溅。

推荐餐厅：鼎泰丰（豫园店）

推荐理由：米其林星级餐厅，全世界皆有分店，味道有保证。

地址：上海市黄浦区方浜中路 168 号豫城时尚购物中心 2 层

价格水平：约 150 元 / 人

开放时间：11:00-21:00

3 觅食地图

豫园

经过数十年的发展，豫园早已不再只是一个供游客观光的苏式园林，更是一个商铺、小吃摊、餐厅的聚集地，这里美食种类十分齐全，从传统小吃摊到本帮菜餐厅应有尽有，是饕客不能错过的地方。

价格水平: 50-150 元 / 人

地址: 上海市黄浦区安仁街 132 号

城隍庙

与豫园相同，求神拜佛的城隍庙周围已是成熟的商业街，无数商铺在此落户，传统小吃、外来小吃在这里应有尽有，古朴的建筑中传来小贩的叫卖声，在这里觅食仿佛回到了唐朝的长安街头，别有一番风味。

价格水平: 50-100 元 / 人

地址: 上海市黄浦区方浜中路 249 号

陆家嘴

与很多国际大都市相同，最繁华的商业中心里总是有最多的国际高档餐厅可供挑选，陆家嘴正是这样一个地方。食客能在摩天大楼中找到各式国际美食，在精心装潢的高档餐厅里享受顶级美食，是不可多得的体验。

价格水平: 150-300 元 / 人

地址: 上海浦东新区陆家嘴东路 160 号

南京路步行街

南京路作为全中国最有名的步行街之一，自然不会少了美食。上海本地糕点、广式点心、来自全世界的零食，应有尽有，南京路的很多食品店和百货至今还是许多上海人置办年货的去处，来上海游玩当然不可错过。

价格水平: 根据各人消费而定

地址: 上海市黄浦区西起西藏中路，东至河南中路

田子坊

田子坊是上海的小资风情聚集地，自然少不了各种精心布置的文艺风格餐厅，实际上田子坊不只有上海本地的美食，来自世界各地的美食在这里都能找到，在极富特色的弄堂内享受来自世界各地的美食，小资气息十足，值得一试。

价格水平: 100-200 元 / 人

地址: 上海市黄浦区泰康路 274-210 弄



5 手信

1 最热榜单

TOP 1 糕团

糕团是上海传统小吃的象征之一，著名的青团就是其中的一种，糕团是上海人逢年过节必备的礼品，也是值得外地游客购买的伴手礼。

售价：10-50 元 / 人

推荐购买地点：沈大成

TOP 2 旗袍

旗袍是中国女性的传统服饰，是中国的国粹之一，旗袍中又以海派旗袍最为有名，海自然指的是上海，上海的旗袍享誉中国甚至世界，自然也是定制旗袍的最佳去处。

售价：根据设计师及面料不同而不同

推荐购买地点：丽古龙



TOP 3 古玩

上海身为中国最重要的城市之一，自然底蕴十足。这片土地上上演过许多精彩，见证时代的古玩所幸保存了下来，每年都有无数的古玩在这里交易、展出，古董爱好者一定要去一趟上海。

售价：根据具体商品而不同

推荐购买地点：东台路古玩街

TOP 4 梨膏糖

上海梨膏糖的历史悠久到可追溯到唐朝，梨膏糖用纯白砂糖与杏仁、川贝等十四种国产中药材熬制而成，有止咳平喘、生津开胃之成效。上海梨膏糖的品种丰富，有百果梨膏糖、火腿梨膏糖、玫瑰梨膏糖等二三十种，特别是止咳梨膏糖颇受游客喜欢。

售价：约 30 元 / 斤

推荐购买地点：上海梨膏糖商店

TOP 5 嘉定竹刻

早在明清年间，嘉定竹刻便早已声名远扬，巧夺天工的刀法是嘉定竹刻的标志之一，嘉定竹刻分为立体雕和平面雕两种，平面雕以扇骨、笔筒、花瓶为主，立体雕以笔盒、烟盒为主，具有很大的观赏价值和手收藏价值。

售价：根据具体竹刻大小不同而不同

推荐购买地点：南京路步行街

2 扫货地点

南京路步行街

十大步行街 ## 历史悠久 ## 齐全

南京路步行街的名声与地位不用赘述，这里应有尽有，商铺、百货、餐厅，都能在长长的街道两旁找到，逛累了随时能找到好吃的，坐下享用后继续踏上扫货之旅。

必败好物：糕团等传统小吃、年货、古玩

地址：上海市黄浦区西起西藏中路，东至河南中路

如何前往：搭乘地铁 1、2、8 号线至人民广场下，从 6 号口出站，过下沉式广场地道即可到步行街西部起点

田子坊

文艺小资 ## 艺术品

近年来走红的田子坊是上海文艺小资情调的代表，田子坊纵横的几条弄堂内有无数的杂货铺和艺术工作室，游客能在这找到琳琅满目的工艺品，总有一款能够获得你的喜爱。

必败好物：工艺品

地址：上海市黄浦区泰康路 274-210 弄

如何前往：乘坐地铁 9 号线到打浦桥站下车，从 1 号口出来后步行 5 分钟即到达

淮海路商圈

新兴购物胜地 ## 高端百货

淮海路是上海著名的商业街，也是全上海公认的最摩登、最有风情的商业街，这里中高端百货齐全，有香港广场、上海广场、大上海时代广场等，各种商品让人目不暇接，是扫货的好去处。

必败好物：潮流商品、奢侈品

地址：上海市黄浦区淮海路

如何前往：搭乘地铁 1 号线至黄陂南路站下车步行即可进入淮海路

徐家汇

百货齐全 ## 数码产品

徐家汇商圈坐落着有“四大金刚”之称的东方商厦、港汇恒隆广场、太平洋百货和汇金广场还有太平洋广场、百脑汇等数码广场，能在这找到海量的数码产品。

必败好物：数码产品、流行名品

地址：上海市徐汇区虹桥路 1 号

如何前往：乘坐地铁到徐家汇站下车，出站后步行即可到达



6 住宿

	南京路商圈 30% 游客的选择	陆家嘴 25% 游客的选择	豫园 20% 游客的选择
周边玩乐	南京路步行街、人民广场、上海博物馆、上海大剧院	外滩、陆家嘴	豫园、城隍庙
交通	乘坐地铁便利,可乘坐 1、2、8、10 号线	可乘坐地铁 2、6、9、10 号线	可乘坐地铁 2、8、10 号线
均价	400-800 元人民币	800-1500 元人民币	400-600 元人民币
优点	繁华、交通方便	繁华、高档场所多、交通便利	周边景点多,又不会离市区太远
缺点	住宿环境比较嘈杂	住宿成本高	购物较为不便
适合谁	有足够预算并想要购物、交通方便的游客	有高预算并想要享受的旅客	主要想游玩传统类景点的游客



7 交通

1 外部交通

飞机

上海有两个机场，分别是浦东机场和虹桥机场。浦东机场位于上海市区的东部，离市中心约五十公里；虹桥机场位于上海市区西侧，离市中心约 15 公里。两个机场通过地铁二号线连接，南航目前已开通广州直飞上海的航班，具体航班信息如下：

航线	航班号	起飞	到达	班期
广州 - 上海虹桥	CZ3235	12:00	14:25	每天
广州 - 上海虹桥	CZ3503	16:00	18:25	每天
广州 - 上海虹桥	CZ3523	08:00	10:25	每天
广州 - 上海虹桥	CZ3525	13:00	15:25	每天
广州 - 上海虹桥	CZ3531	10:00	12:25	每天
广州 - 上海虹桥	CZ3537	11:00	13:25	每天
广州 - 上海虹桥	CZ3547	19:00	21:25	每天
广州 - 上海虹桥	CZ3571	15:00	17:25	每天
广州 - 上海虹桥	CZ3581	20:00	22:25	每天
广州 - 上海虹桥	CZ3595	14:00	16:20	每天
广州 - 上海浦东	CZ379	21:45	00:10+1	每天
广州 - 上海浦东	CZ3176	08:45	11:10	每周三、日
广州 - 上海浦东	CZ3609	08:45	11:10	每周二、五
广州 - 上海浦东	CZ3611	08:45	11:10	每周一、四、六
广州 - 上海浦东	CZ3613	15:50	18:10	每天
上海虹桥 - 广州	CZ3236	19:45	22:10	每天
上海虹桥 - 广州	CZ3504	11:50	14:10	每天
上海虹桥 - 广州	CZ3524	16:50	19:10	每天

航线	航班号	起飞	到达	班期
上海虹桥 - 广州	CZ3526	16:50	19:10	每天
上海虹桥 - 广州	CZ3532	13:50	16:10	每天
上海虹桥 - 广州	CZ3538	14:50	17:10	每天
上海虹桥 - 广州	CZ3548	09:50	12:10	每天
上海虹桥 - 广州	CZ3572	18:50	21:10	每天
上海虹桥 - 广州	CZ3582	20:50	23:10	每天
上海虹桥 - 广州	CZ3596	08:50	11:10	每天
上海浦东 - 广州	CZ380	12:45	15:15	每天
上海浦东 - 广州	CZ3175	18:05	20:40	每天
上海浦东 - 广州	CZ3610	20:55	23:30	每周三、日
上海浦东 - 广州	CZ3612	20:55	23:30	每周二、五
上海浦东 - 广州	CZ3614	20:55	23:30	每周一、四、六

火车

上海共有五个火车站：上海站、上海虹桥站、上海南站、上海北站、上海西站。其中职能分配大致如下：

上海虹桥站	主要负责高铁的运输
上海站、上海北站、上海西站、上海南站	主要负责动车、普通列车的运输

长途汽车

上海有数十个长途汽车站，其中最主要的三个长途汽车站为：上海长途汽车客运总站、上海长途汽车客运南站和浦东新区长途汽车客运总站。

上海长途汽车客运总站	总站经营的省际客运班线 378 条，直达全国 23 个省、自治区和直辖市 130 余座地级市和 360 余座县以上城市，日发班车 1200 余班次
上海长途汽车客运南站	主要发车方向为江浙沪一带，及安徽、福建、广东、广西、云南等地
浦东新区长途汽车客运总站	主要发车方向为周庄、姜堰、沛县、鄂州、临湘、贵池、香水、扬州、南通、启东、台州、通兴、望江、泾县、涟水、浠水、海门、天门、滨海、港口、新庄、霍山、修水、盐城等地

2 内部交通

地铁

上海共有 14 条地铁线路，分别为 1、2、3、4、5、6、7、8、9、10、11、12、13、16 号线。地铁途经景点大致如下：

1 号线	锦江乐园、徐家汇天主教堂、宋庆龄故居、马勒别墅、上海马戏城
2 号线	东方明珠塔、上海海洋水族馆、环球金融中心、环球金融中心、静安寺
3 号线	上海植物园、环球港、鲁迅故居、多伦路文化名人街
4 号线	上海音乐谷、上海昆虫博物馆
5 号线	旗忠网球中心、水生园
6 号线	滨江森林公园、东方体育中心
7 号线	顾村公园、美兰湖
8 号线	黄兴公园、召稼楼、文庙、世博园、上海博物馆、上海当代艺术博物馆
9 号线	醉白池公园、田子坊、七宝古镇、泰晤士小镇、上海欢乐谷
10 号线	豫园、新天地、中共四大纪念馆、上海动物园
11 号线	安亭老街、南翔老街、下海庙
13 号线	成龙电影艺术博物馆
16 号线	新场古镇、滴水湖

运营时间: 05: 30-23: 30

票价: 0~6 公里 3 元, 6 公里之后每 10 公里增加 1 元



公交

上海交通系统极为发达，公交线路总数已超过一千条，分为巴士和有轨电车两大类。

运营时间: 05:00-23:30

票价:

市区单一票价线路	一律 2 元
市区多级票价线路	2 元起价, 1 元开始计算额外路程, 每公里票价 0.2-0.25 元不等

出租车

上海共有大众、强生、锦江、海博、蓝色联盟、法兰红几家主要出租车公司和其他众多小型出租车公司。其中市区的出租车颜色不一，郊区的出租车多为橙色，出租车参考价格如下：

起步价 (3 公里内)	3 公里—15 公里	15 公里以后
14 元	2.5 元 / 公里	3.8 元 / 公里

交通套票

旅行天数多的乘客可选择前往任意地铁站办理上海公共交通卡，乘坐公交车、地铁、渡轮都能享受优惠。

办卡费用: 押金 20 元，充值最低 10 元起，押金可退

办卡地点: 市内各交通卡销售网点



8 行程

外滩的万国建筑群记录着百年上海的繁华过去，
对岸的陆家嘴预示着上海拥有无限可能的未来。

重重的摩登感下，
上海依旧藏着它古色古香的园林古镇，
现代与传统，科技与艺术，
这是一座活力十足的精致都市。





买遍上海尽情购物四日游

都市精彩 ## 购物 ## 扫货

旅游天数: 4天

行程亮点: 此行程包含了上海的知名购物商圈, 可以尽情享受在上海购物的乐趣。

✈️ 南京路 - 人民广场

☀️ 乘坐南航的航班到达上海后先前往酒店搁置行李，接着就可以前往南京路感受中国十大步行街之一的精彩。上海的繁华和热闹在南京路体现得淋漓尽致，街道两旁除了耳熟能详的国际连锁品牌外，还有许多上海本土的老商铺，上海人至今还喜欢在这里买东西、置办年货，旅行者也可以在这里购物，感受真正的上海气息。南京路商圈还包括南京东路和南京西路，上海置地广场、曼克广场、恒隆广场等多个汇集了国际名品的百货商场，在这里绝对能让你买到手软，百货商场同时也是美食的聚集地，走累了坐下喝杯下午茶，稍作休息后再逛。

🌙 晚上前往人民广场附近继续扫货，新世界城、香港名店街同样是值得一去的地方，在琳琅满目的商店中淘货是一种莫大的乐趣。逛累了以后可以在附近享用晚餐，餐后可以选择到人民广场散散步或者继续逛街，晚上回到酒店休息。

1
DAY



👤 豫园 - 城隍庙 - 田子坊


☀️ 早起后前往豫园，在小桥流水人家的江南园林里饱足了眼福以后，附近种类齐全的商店更能满足你的食欲和购物欲，各式各样的传统小食令人眼花缭乱，街边密密麻麻的商铺内同样还出售琳琅满目的工艺品、饰品，不管是传统手工还是现代设计感的艺术品都能在这里找到。


☀️ 下午，步行前往附近的城隍庙，城隍庙与豫园有异曲同工之妙，可以走遍这里的每一个大殿，感受道教的博大精深。城隍庙同时也是一个繁华的商业圈，无数的小吃和工艺品一定能同时满足你对美食和好物的兴趣。之后步行至田子坊，穿梭在极具风情的弄堂间，逛着各式各样文艺小资的手工艺品商店，寻找着心仪的东西。走累了可以坐在路边的咖啡厅或者酒馆，点上一杯饮品，看路边人来人往，这里文艺气息浓厚，大多数建筑都极具特色，可以好好享受拍照的乐趣。


🍷 晚上可以选择在田子坊中的餐馆吃饭，这里选择丰富，绝对能满足你的味蕾。饭后可以接着逛田子坊，之后回到酒店好好休息。

2
DAY

 徐家汇 - 七浦路 - 月星环球港

 早上起床以后前往徐家汇，这里有“四大金刚”之称的东方商厦、港汇恒隆广场、太平洋百货和汇金广场，各式国内外精品都能在这里找到，在这花上几个小时，继续享受尽情购物的乐趣。如果喜欢电子数码产品，这里还有太平洋广场、百脑汇等上海数码广场，海量的数码产品绝对让你目不暇接，手机、电脑、相机，所有的数码产品你都能在这里找到，只要别忘了货比三家。午饭可以在徐家汇周围解决。


 下午，前往七浦路，这里的衣服绝对价廉，只是想要淘到精品需要一双火眼金睛和不俗的运气，但这种淘货的过程才是最具乐趣的，淘完后乘坐地铁前往月星环球港。月星环球港是上海新兴的超大型购物中心兼写字楼，采用别具匠心的全欧式设计，宏伟的建筑塑造的错落有致、层次分明，细微处更以弧形玻璃穹顶，采集自然光，内装从局部到整体，都经过精雕细琢，走在环球港内仿佛置身欧式宫殿，就算是不购物也能在这坐精心设计的城堡内驻足欣赏一天，更何况其中还汇集了诸多国际一线知名品牌，在这里购物将同时收获绝佳的艺术视觉体验，还能一站式购齐国际名品，堪称剁手星人的天堂。

 晚餐可以选择在环球港内解决，这里的用餐选择和名品一样丰富，晚上逛累了以后回到酒店休息。

3
DAY

4
DAY

 淮海路

 早晨起来以后前往淮海路，这里同样是上海的知名商圈，太平洋百货、上海时代广场、上海广场都坐落于此，可以将前几天购物没有扫尽的漏网之鱼全部拿下，圆满结束这次购物之旅，购物结束后收拾行李，前往机场，乘坐南航航班回到温馨的家。





上海周边亲子欢乐乐园游

亲子 ## 游乐园

旅游天数: 3天

行程亮点: 带着孩子游遍上海最好玩的游乐园, 享受亲子游的乐趣。

✈️ 上海欢乐谷

📍 乘坐南航航班来到上海，先到酒店放置好行李，接着乘坐地铁前往上海欢乐谷。上海欢乐谷包含了“阳光港、欢乐时光、飓风湾、金矿镇、蚂蚁王国、上海滩、香格里拉”七个主题区。国内首台木质过山车就在这里，可以与孩子乘坐它在丛林间上下穿梭，在神秘的雨林里感受大自然，而在激流勇进项目里你可以乘坐皮划艇来一场惊险刺激的勇度激流，体验 15 米浪尖飞驰而下的快感。或者也可以漫步在民国时期的上海滩，青砖灰墙、石框黑门、格子窗户、旧式消防栓、昏黄路灯、黄包车、老邮筒，时代感扑面而来，香格里拉主题区与自然亲切相拥。园区内更有不时播放的灯光秀、魔幻剧场，不可错过。

🌙 晚上，结束在园区内的欢乐游玩，和孩子回到酒店早点休息。



1
DAY



🎠 迪士尼乐园

☀️ 第二天前往迪士尼乐园。迪士尼乐园的知名不必赘述，作为全世界孩子心中的完美童话王国，米奇、唐老鸭、凯蒂猫、巴斯光年，众多影视作品里无比经典的动画形象纷纷现身在园中与游客亲切互动，仿佛置身电影里的魔幻世界。更有众多的探险项目可供大人和孩子尝试。建议早点前往园中排队领取快速通行票，可以节省时间。园中备受追捧的项目为“飞跃地平线”和“创极速光轮”，家长可以和孩子一起在比 IMAX 更加大的银幕前近距离游览全世界的壮阔山河、奇景异观，带来无法取代的视听觉盛宴，在仙境里和孩子一起与爱丽丝与疯帽匠喝下午茶，在加勒比海盗里接受杰克船长的邀请，登上他神秘的海盗船，还会有公主们邀请你参观她们的童话城堡，总而言之，迪士尼乐园够每个大人和孩子玩上一整天，夜晚还有精彩的花车巡游和烟火表演，尽情欣赏玩耍以后，回到酒店和孩子心满意足地睡去。

2
DAY

3
DAY

✈️ 泰晤士小镇

☀️ 早起后前往泰晤士小镇，带着孩子感受纯正的欧式风情小镇，红酒会所、市场、教堂，欧洲小镇的独特建筑在这里应有尽有，还可以带着孩子前往教堂参加礼拜，参观红酒会所，欣赏不时举办艺术展览，在游玩中拓宽孩子的视野，并与孩子在欧式风情的建筑间合影，留下美好的回忆。

🌙 下午，回到市区收拾好东西以后与孩子前往机场，乘坐南航的航班回到舒适的家。