

唐山市丰南区教育局(通知)

丰教财字[2025]47号



丰南区教育局 关于印发《探索学校食堂育人基地建设 工作指南》的通知

各中心校、区直学校：

为进一步发挥学校食堂在学校教育中的独特作用，打造集“饮食育人、文化育人、实践育人”于一体的校园健康教育基地，区教育局制定了《探索学校食堂育人基地建设工作指南》，现印发给你们，请结合工作实际，认真探索实践。

丰南区教育局

2025年6月20日

附：

丰南区教育局

探索学校食堂育人基地建设工作指南

为全面贯彻党的教育方针，全面落实《中共中央国务院关于进一步加强和改进未成年人思想道德建设的若干意见》《中小学健康教育指导纲要》，充分发挥学校食堂的育人功能，将食堂打造成为学生健康成长的重要阵地，结合我区学校实际情况，特制定本工作指南。

一、指导思想

以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，充分发挥学校食堂在学校教育中的独特作用，将食堂打造成为集饮食文化教育、节约意识培养、健康生活引导等多功能于一体的育人基地，促进学生德智体美劳全面发展。

二、建设目标

以食堂为核心载体，通过多形式宣传阵地建设，倡导“光盘行动、营养均衡、科学消费、身心健康”理念，培养学生节俭意识、健康饮食习惯和正确消费观，打造集“饮食育人、文化育人、实践育人”于一体的校园健康教育基地，通过优化食堂功能，使其成为“饮食+教育+文化”的综合体，真正实现“润物细无声”的育人效果。

三、基本原则

1.教育性原则：始终将育人放在首位，围绕育人目标设计各项活动和建设内容，确保食堂育人功能的有效发挥。

2.实践性原则：注重学生的亲身参与和体验，通过实际操作、实践活动等方式，让学生在实践中学习和成长。

3.系统性原则：整体规划食堂育人基地建设，将各个育人环节有机结合，形成一个完整的育人体系。

4.因地制宜原则：挖掘食堂文化内涵，将学校特色文化与饮食文化相结合，打造具有独特魅力的食堂文化，丰富校园文化生活。

四、育人内容与实施途径

(一)建设多样化宣传专区

1.光盘行动专区

(1)参考标语：“一粒米千滴汗，光盘是对劳动的尊重”“按需取餐，拒绝眼大肚小”。

(2)参考设计：用对比漫画(剩饭桶 vs 光盘餐盘)+ 数据(全国粮食浪费量)或使用“反浪费宣传海报”内容。

2.营养健康宣传专区

(1)根据学生年龄段设置“膳食宝塔图”。

(2)提供每日营养搭配建议，可参考省中小学学生餐营养指南中能量、蛋白质的量及脂肪和碳水化合物功能比，为学生提供饮食参

考。

(3)根据食堂空间展示营养均衡的海报，重点是食物多样化、谷类为主、多吃蔬菜、天天吃水果、每天喝奶、每天豆制品、每日坚果、鱼肉禽蛋适量、糖不超 25 克、少油炸、足量饮水等，或用电子显示屏、电视循环播放。

(4)展示坚持吃动平衡、保持健康体重的海报；

(5)展示科学选择零食、每天足量开水、少油炸、营养充足的早餐海报。

3.带量食谱展示专区

在食堂开辟学生餐带量食谱展示角(区)或利用学校(幼儿园)官网、家长群公示带量食谱及营养学评价，食谱应包括每人每餐每份食物的原料名称及数量，营养学评价包括平均每人每日进食量、营养素和能量摄入量、能量和蛋白质来源占比及营养配餐建议。

4.电子屏幕互动专区

(1)每日一签：滚动显示“今日健康小贴士”(如：运动后补水建议小口慢饮)。将典型意义的健康营养知识短句，作为标语循环播放。

(2)数据公示：可每周公布“食堂剩菜量变化曲线”，设置“光盘班级排行榜”。

5.宣传栏深度科普专区

(1)科学饮食版块：解析“高盐高糖危害”、“早餐的重要性”。

(2)心理角：“情绪化进食的危害”、“如何通过运动、阅读替代零食减压”。

(3)实践展示：学生“健康便当设计大赛”作品、“21天饮水打卡”优秀案例。

6.思政育人专区

(1)思政文化角：在食堂入口或固定区域布置展板、电子屏，展示党史故事、时代楷模事迹、校史中的红色基因。

(2)主题餐桌：设置“党史问答桌贴”“经典语录桌卡”，学生扫码可延伸学习。

(3)声音思政：用餐时段播放《新闻联播》精选、红色经典音乐或学生录制的“微思政”音频。

(二)开展多样化实践活动

1.我是小小营养师活动

组织学生分组设计一周食堂菜单(需符合膳食指南)，优胜方案将被采纳并标注设计者姓名。

2.光盘打卡行动

每月评选“节约之星”、“节约班集体”，可根据学校实际进行物质及精神奖励。

3.健康生活主题月

通过召开健康饮食主题班会、挑战无零食周、运动挑战赛(步数

PK)等多种形式，帮助学生树立健康饮食、动则有意、贵在坚持观念，养成良好生活习惯。

4.健康体重行动

食堂入口或一角设置多个电子 BMI 测量尺(带身高体重同步测量功能)或手动 BMI 计算尺(需配合身高体重数据)、体重秤，该区域设置 BMI(身体质量指数)测量知识与判定图，提升学生健康体重管理意识，科学认识 BMI 指数与身体健康的关系，倡导合理饮食、适度运动。结合国家体重管理年，开展班级 BMI 挑战赛或体重管理班级排行榜，从总体上预防和减少“小胖墩”、“小豆芽”等肥胖或营养不良问题。

五、保障措施

1.联动教育：可联合学校生物课(讲解营养学)、体育课(能量消耗计算)、德育课(消费观教育)进行联动教育。

2.食堂配套改进：

(1)安全新鲜。采购新鲜的食材，当餐制作当餐食用，严把卫生质量关，守住食品安全底线。

(2)营养均衡。结合本地的食物种类、季节特点和饮食习惯，合理搭配食物，均衡营养摄入，保证各年龄段学生的正常生长发育需求。

(3)优化食谱。坚持食物多样化，增加杂豆类摄入，粗粮细作；多用深绿色蔬菜和菌类，寄宿制学校要加应季水果或黄瓜西红柿；

适量食用鱼禽畜蛋类，优先食用鱼虾禽类，早餐供应牛奶，增加豆制品供给；少油少盐，少油炸食品；午餐有汤，早晚餐有稀、有菜。

(4)优化单份菜量。提倡小份菜，推荐每生午餐供应或选用 2-3 个副食，荤素搭配。

(5)公示食谱。通过多种途径收集学生、教师及家长意见，优化食谱构成，每周更新公布带量食谱。

六、预期效果

创建食堂育人基地，不仅是政策要求，更是适应新时代教育变革、回应社会关切的必然选择。期望通过系统化、趣味化的宣传与实践相结合，将食堂转化为浸润式育人课堂，在全区各学校打造出具有特色和实效的食堂育人基地，助力学生综合素质的全面提升，为培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人贡献力量。