

# 10万余学生吃上“优质营养餐” 赫章：小饭碗托稳大民生

本报记者 王军 邱凌霄 陈瑞

秋阳溢彩，校园芳华。走进毕节市赫章县第三中学，教室里书声琅琅，运动场上活力飞扬。

中午12点，伴随着清脆的下课铃声，同学们涌出教室，有序前往食堂排队就餐，与同学们一起就餐的还有陪餐教师及家长。

“今天有红烧排骨、青椒肉丝、豆芽炒肉……还有水果和牛奶。”同学们三五成群聚集在一桌，一边吃着午餐一边向记者介绍菜品，脸上洋溢着笑容。

一直以来，赫章县高度重视校园营养餐工作，将其视为重要的民生工程与教育保障任务，通过系统化、精细化、智能化的管理举措，全方位确保校园食品安全与营养健康，让学生吃得安全、营养、舒心。



赫章三中校园食堂内学生正在吃午饭。

## 小餐盘大守护



赫章三中校园食堂内工作人员正在准备午餐。



赫章三中校园食堂内工作人员正在清点食材。



赫章三中校园食堂家长陪餐。



### 1 科学营养 健康成长

校园营养餐，不仅要吃得饱，更要吃得好。近年来，赫章县委、县政府与县教育局及各学校紧密联动，积极探索，推出“3+X”带量食谱，为赫章义务教育学校的学生提供健康营养餐。

据介绍，“3+X”带量食谱中的“3”代表每餐经过科学配比的固定两菜一汤，从食材的挑选到烹饪方式的确定，都严格遵循营养学标准；“X”则是学校根据学生喜好灵活选择的另一道菜品，既守住了学生营养摄入的底线，又为学校提供了个性化的发挥空间。

“今天中午的营养餐是莲藕炒肉、肉末鸡蛋花、肉沫酸汤，然后根据学生的要求和口味，今天自选

的菜品是红烧肉。”赫章三中食堂厨师徐桂琴说，“平时学生用餐的时候我也会和学生交流，询问大家对饭菜的建议，及时调整烹饪方法，为大家提供营养均衡，味道可口的餐食。”

在赫章县古基镇中心小学、水塘堡乡田坝中学等山区学校，学校严格按照“3+X”带量食谱给学生配餐。“每天的营养午餐食材都非常新鲜，营养均衡。每周我们都会得到一些牛奶、水果、面包等小食品。”水塘乡田坝中学学生王可钦说。

为提升学校食堂厨师专业水平，县市场监督管理局联合学校定期组织厨师外出进行相关业务培训，提升厨师综合素养。同时，从全县在职在编

教师中遴选1名具有健康管理师资格证书的教师，调入教育局负责学校的带量食谱制定工作，根据学生成长营养需求，精心调配每一餐。

据赫章县农村义务教育学生营养改善服务中心主任李春光介绍，全县严格执行“四个一”营养标准，制定的“3+X”带量食谱，覆盖全县169所中小学、学生1007万余人，实现了学生每天摄入的食材种类不少于12种，每周超过25种。每天提供不少于125克的肉、禽、蛋、奶、豆类等优质蛋白质类食材，约300克富含膳食纤维的果蔬，以及至少300克谷薯类碳水化合物，全面满足学生每日所需的优质蛋白、膳食纤维、维生素A、维生素C、钙、铁等基础营养。

### 2 溯源监管 吃得舒心

早上7点10分，赫章三中生活处主任刘浪便带领工作人员检查入校的营养餐食材，确保食材安全入库。“食品、食材都是由配送公司统一配送到各个学校，验收环节，我们学校严格按照要求由两人在监控下完成‘望、闻、问、切’的食品验收，并查证索票，细致核查食材的

新鲜度和食材的质量、数量，如发现问题，会立即联系配送商返回食材。”刘浪介绍。

上午10点，赫章三中食堂里一派忙碌，或挑拣、或切菜、或炒菜，各项工序有条不紊进行着。有着12年厨师生

作经验的徐桂琴右手掌勺，左手端菜，等待油锅温度适宜，便倒入食材翻炒，动作娴熟，几分钟后，一锅香喷喷的青椒肉丝便炒制而成。

新鲜营养的食材，厨师炒得舒心，学生吃得安心，家长看了放心。赫章三中副校长胡丹表示，该校严格按照教育部编写的《中小校园食品安全和膳食经费管理工作指引》来落实人员、资金及设施设备的保障，强化食品安全、资金安全以及干部职工安全“三个安全”。

在保障营养的同时，赫章县主管部门对食材采购和餐费使用进行严格监管。对生猪及猪肉产品，要求每批次必须具备动物检疫合格证明和肉品品质检验合格证，实现来源可追溯。对米、面、油、蔬菜等各类食材，均实行严格的供应商资质审核和常态化抽检，坚决杜绝不合格食材进校园，从源头守住食品安全关口。

积极推进“互联网+明厨亮灶”工程，在食堂关键区域安装高清摄像头，实现操作过程实时监控；严格落实每生每天5元餐标，通过大数据分析，精细化管理资金流向，确保每一笔钱都花在刀刃上。创新实行食材“田间地头直采”模式，与当地农户、供应商长期合作，蔬菜、肉类等食材直接从产地直达学校食堂，既降低成本，又保证了食材的新鲜与安全。从采购源头到后厨称量，全程信息化追溯，杜绝浪费与截留现象。

### 3 协同共治 向善向上

为扎实做好校园营养餐工作，赫章县注重构建学校、家庭、社会多方参与的协同治理格局。建立社会协同陪餐制度，定期邀请家长、“两代表一委员”等走进校园食堂，亲身体验餐食制作过程并品尝学生餐食，主动收集关于饭菜质量、口味等方面的意见建议，及时研究改进，形成良性互动，不断提升满意度。

“为了照顾孩子，我已经来学校陪餐一年多了。学校餐食每天不重样，价格也实惠。”家住赫章县七家湾街道的赫章三中学生家长陈群敏说，在学校陪餐的时间里，学校主要

负责人经常走访到她和孩子的就餐桌，询问味道是否合意以及对餐食改善的建议，大家都在认真努力地把校园营养餐这件事做好，现在每天来食堂吃饭的学生很多。

据赫章三中主要负责人介绍，目前该校初高中食堂独立运营、相互监督，家长满意度跃升至98.7%。

“根据学校安排，每次陪餐由一名学校主要领导和两名值班教师参与，同时要做好相关记录，期间大家提出的改善建议定期协商解决。”赫章三中教师陈乾说，自2020年9月加入学校陪餐队伍以来，也提出过一些改善建议：如让菜品更丰富，色香味更好等，老师们、家长们提出的建议

都得到了有效解决，现在的校园营养餐是越做越好。

“学校里的饭菜每餐换样，食材也十分新鲜。”赫章三中八年级四班的黄婧和同学刚结束午餐，之后便每人捧着一个苹果，迈向室外。

“下一步，我们将继续根据学生、家长、老师提出的反馈建议和季节变化，定期调整和优化‘3+X’食谱，引入更多健康、美味的菜品，丰富校园餐的选择。”赫章县委教育工委专职副书记黄显表示，同时加大投入，引入先进的储藏和烹饪设备，改善食堂的用餐环境和设施条件，确保食品的安全和卫生，为学生的健康护航。

## 资讯

### 遵义教系统素质能力提升培训结业 100名初中班主任 补齐“知识短板”



本报讯(记者 周朝义 特约通讯员 叶丹)9月26日，遵义市教系统素质能力提升培训结业仪式在市教师培训中心举行，100名初中班主任在两个阶段沉浸式的研修中，通过“理论筑基+实践赋能”的培训模式，既补齐了参训学员的“知识短板”，又强了“能力弱项”。

本次培训100名初中班主任参训，分两个阶段开展沉浸式学习，每个阶段集中研修5天。第一阶段课程聚焦政策法规与理论根基，帮助参训学员厘清班主任工作的“边界”与“准则”，让班级管理有“据”可依；第二阶段课程深耕实践操作与技能方法，围绕班级管理、家校共育等核心场景传经送宝，让育人工作有“法”可循。这种“理论筑基+实践赋能”的培训模式，既补齐了参训学员的“知识短板”，又强了“能力弱项”，真正为参训学员量身定做培训课程，着力培养一批“骨干班主任”队伍，全面提升初中班主任的综合素养与班级管理的能力。

仪式上，参训学员代表根据学习的理论知识，结合工作实践作了经验分享。与会领导为全体参训学员颁发了结业证书，为优秀学员颁发了荣誉证书。

### 大方多维度发力锻造优质教师队伍 500余名老师“充电赋能”



本报讯(记者 陈瑞 特约通讯员 张伦勇)近日，大方县教育系统多维度发力教师专业发展，通过“本土精准培训+名校高端研修”双线布局，分别聚焦学前教育与体育教学两大领域开展专项培训，为500余名幼教工作者与体育教师“充电赋能”，以师能提升助推区域教育高质量发展。

9月20日至21日，由大方县教育局联合清镇市机关幼儿园共同主办的学前教育专题培训率先启动。此次培训以《培育未来的种子》为主题，紧扣县域学前教育普及普惠高质量发展需求，精准分设园长、专任教师、卫生保健人员三个专项类别，在大方县教育局、青少年活动中心、多所幼儿园等6个场地同步开展，实现全县500余名幼教工作者全覆盖。

9月23日，“国培计划(2025)”——贵州省大方县、余庆县整县推进体育教师培训项目开班仪式在清华大学举行，大方县体育教师与余庆县同行一道开启为期8天的高端研修之旅。此次培训聚焦体育教师核心能力提升，尤其针对足球专项教学能力展开系统化培育，旨在夯实两地体育教师专业基础，助力区域教育均衡发展。

### 歌声满校园

花溪举办“班班有歌声”合唱比赛



本报讯(记者 郑青)9月26日，贵阳市花溪区第三届“花溪杯”中小学“班班有歌声”合唱比赛，在贵阳市清华中学顺利举办，来自全区中小学的参赛队伍以歌为媒，用稚嫩却坚定的嗓音，奏响新时代青少年的精神乐章，为校园文化生活注入蓬勃活力。

本次比赛以“谱青春华章·展花溪风采”为主题，结合中小学不同学段学生的特点，分小学、初中、高中三个组别有序开展，设置一、二、三等奖及优秀指导教师、优秀指挥等多个奖项，既为不同年龄段的学生提供了展示平台，也激励着教师团队深耕美育教学。

比赛现场，气氛热烈而温馨。从充满童真的《小池》，到彰显少年志气的《中国少年》；从饱含憧憬的《启程》，到传递环保理念的《装扮蓝色的地球》；从蕴含古典韵味的《锦瑟》，到抒发爱国情怀的《为祖国歌唱》……一首首精心编排的合唱作品轮番上演。清澈的歌声在礼堂内回荡，时而悠扬婉转，时而激昂高亢，不仅征服了现场评委，更赢得台下师生与观众阵阵雷鸣般的掌声，成为一场名副其实的“视听盛宴”。