

黔南“四个一”守护校园营养餐 “三菜一汤”成为每天的真实滋味

本报记者 郝梦

小餐盘大守护

一餐一饭，关乎健康成长；一校一案，守护莘莘学子。

今年秋季学期以来，黔南州在1034所农村学生营养改善计划学校进一步深化落实“四个一”，同步规范实施“5+2”提质计划，让“三菜一汤”成为孩子们每日的真实滋味。48.6万名学生在不同的校园食堂里，共同享受着“吃得饱、吃得营养、吃得健康”的餐桌时光，也为全州实现“三无三优”的目标奠定了坚实基础。

这些具体的数字和目标，最终都沉淀在一顿午餐的烟火气里，在贵定县盘江小学的食堂十二小时，清晰可见。



孩子们排队打餐。

1 食堂十二时

清晨6:00，天色还没完全亮，贵定县盘江小学的食堂灯光已然亮起。工勤阿姨们翻开记录本，逐项登记晨检内容，完成了当天的第一份工作。紧接着，有人擦拭案台，有人清点工具……盘江小学的食堂在黎明中苏醒。

送菜车驶进校门，两位验收老师早早等候。他们一同核对肉类检疫证件，确认日期和盖章，并仔细查看蔬菜、牛奶箱和鸡蛋托的数量、重量和包装情况，确保新鲜达标。水果也是必检环节；遇到周二、周四，水果则换成刺梨汁，他们会逐袋查看包装是否完整、有无渗漏。合格的食材被搬进库房，验收表上留下了两人的签名。孩子们看不见这一幕，但正是这份认真，把好了营养餐的第一道关。

厨房里，入库出库台账逐项填写；消毒间里，蒸汽腾腾，餐具在120℃的高温中“洗澡”。阿姨们一边将碗盘留出缝隙整齐码放，一边说：“要透气才行。”

6:40，阿姨们把菜品依次分出125克，贴好时间和日期，整齐放进食品留样柜。随后，试餐老师先动筷子，填写表格签下名字；7:10，陪餐老师端着餐盘，坐到孩子们中间一起吃早餐。这顿早餐是留给住校生的日常，他们吃完便直接去教室早读。

8:00到11:00，分管食品安全的副校长王世俊巡查库房和操作间，检查分区是否规范、台账是否完整。每周五下午，食堂管理员还会逐一清点干货，核对数量，并确认库房通风情况。

热气腾腾的菜肴出锅，食堂工作人员随即完成了一系列“隐形动作”：逐项检查、登记台账，每种菜品贴好标签放入食品留样柜；试餐老师先动筷，签字登记。正是这一道道把关，让午餐更添一层保障。

11:20，餐厅里传来第一阵脚步声。一年级、二年级的210名孩子排着队走进来，端着餐盘依次落座。600个餐位，很快坐下了一小半。陪餐老师在人群中穿梭，有的俯身问：“今天的汤还合口味吗？”有的提醒：“别浪费，把蛋黄吃了。”

11:55，三至六年级的531名学生鱼贯而入。第一批孩子吃完，把位置让出来，第二批迅速坐满。741名学生，就这样分两批完成午餐。墙上的公示栏换上了今日菜单和供货清单，一目了然。12:30左右，

最后一批学生吃完，食堂里热闹渐息，只留下收碗的清脆声和空气里的饭菜香。阿姨们合力收拾桌椅，清点餐具，翻看留样台账，确认一切就绪。

13:00到15:00，短暂的静谧之后，刀声“咚咚咚”在案板上响起，汤锅里溢出香气。因为有46名学生住校，晚餐同样是一份重要任务。

17:00前后，检查、留样、试餐、陪餐，再次一环不落。孩子们围坐在餐桌前，有的埋头吃饭，有的轻声说起一天里的趣事。食堂的灯火与热气，让他们心里多了一份踏实。

夜幕降临，最后的碗筷被送进清洗间，台账上也添上了当天的最后一行字。随着灯光一点点熄灭，食堂重新归于安静。

2 笑脸是答案

“谢谢阿姨！”中午打饭时，六（3）班的郭庆涛冲着打菜的阿姨咧嘴一笑。刚落座，他迫不及待地对同桌说：“要是让我来设计明天的菜单，我会选紫菜蛋花汤、炒土豆、糖醋排骨、豆米肉末。”稚气的话语，却满是满足与期待。

不远处，六（1）班的高智晖已经吃完。他作为值日生，没有急着离开，而是熟练地拿起桌布，把桌面一点点擦拭干净。

“营养餐不仅要让孩子们吃得饱，更要吃得健康、吃得有味道。”盘江小学校长陈荣告诉记者。学校制定食谱时注重营养均衡，鸡蛋、肉类、水果、牛奶等食材全部实行“零库存”，当天配送、当天用完，确保安全新鲜。为了让孩子

们常吃常新，哪怕是一颗鸡蛋，也会变着花样端上餐桌。“水煮蛋和卤蛋的做法，我们都专门给工作人员培训过，就是要换口味、调口感。”陈荣说。

老师们最能体会孩子们的变化。三（1）班班主任刘瑶杏说，学校常常把“餐桌小课堂”融进节日活动。像“四月八”这样的民族节日，她会带孩子们把花米饭和水果摆成拼盘——五颜六色的糯米、苹果片、橘子瓣、香蕉段，被孩子们拼成花朵和动物。大家一边学着节日习俗，一边比拼谁的创意更巧妙。“他们觉得营养知识一点都不枯燥，反而很好玩。”

六（1）班班主任吴酬则有另一番感受。“‘四个一’实行以来，我感觉孩子们在操

场上跑步更有劲了，上课时的专注度也有所提升。”在他眼里，如今孩子们更有活力，回答问题也更积极。“营养带来的变化，正在慢慢显现出来。”

家长们的反馈更直接。五（1）班鲁俊洋的妈妈算了一笔账：“每天2块钱，孩子就能吃到三菜一汤，品种丰富、干净卫生。”她说，儿子以前在家最嫌弃的菜，每次夹到碗里都推开，如今在学校却什么都吃，还常常回家兴冲冲地说：“妈妈，今天的午餐都是我爱的！”

副校长王世俊介绍，学校经常通过校园广播、宣传栏提醒孩子们：“吃得营养，也要节约；享受美味，更要光盘。”这句朴素的话，渐渐成了餐桌上的默契。

为了让这份“安心餐”更

有底气，学校一方面聘请人大代表和家代表担任食品安全监督员，另一方面成立由家长组成的膳食监督委员会，共同把好餐桌安全关。委员们定期会走进食堂，从采购、存储到加工环节一一查看；每学期还会发放问卷，邀请家长陪餐，广泛收集意见。公示栏上的菜单和供货清单每天都在更新，把营养餐的“来龙去脉”清楚地摆在大家眼前。与此同时，学校还把食品安全、师生满意度等纳入考核，对食堂管理人员和工作人员进行定期评价，让责任真正落实到人。

“四个一”的成效，不只写在台账里，更映在孩子们的笑脸上。一顿顿香气氤氲的午餐，正在悄悄改变着课堂里的状态，也温暖着无数个家庭。

3 制度来护航

“四个一”不只是食堂里的热气腾腾，它背后更有一套制度在保驾护航。为了让孩子们吃得营养、吃得放心，贵定县教育局在全县范围内严格落实，形成了从餐桌到制度的全链条保障。

科学营养供餐。县里统一制定带量食谱，每周按“三菜一汤”，每天一个鸡蛋、一份水果、一周三次牛奶和每餐60至70克肉量的标准配餐，并提供两套食谱方案，学校结合实际灵活执行，让孩子们既吃得营养，也吃得均衡。

资金保障到位。在国家每天5元补助的基础上，学生只

需自缴2元即可享用午餐。县里还上线了膳食经费缴费APP，餐费缴纳、陪餐费用都能直接进入对公账户，实现全流程透明化、可追溯。

监督环环紧扣。各校均成立了膳食家长委员会并切实发挥作用。仅2025年以来，管理部门和家长参与陪餐的次数就已超过1100人次；在食材询价、定价过程中，部门、教师和家代表共参与70余人次；同时，还聘请了80余名校园食品安全社会监督员，常态化参与校园食品安全监督，形成了多方联动的监督格局。条件不断改善。自2025

年集中整治以来，为解决部分学校餐位不足的问题，贵定县累计投入资金1277万余元，对多所学校食堂进行改扩建。

2025年寒假期间，德新小学、都六小学、岩下小学率先完成食堂扩建，新增餐位分别为200个、80个、80个；同年春季学期，昌明小学、沿山小学、贵定六小和特校学生食堂启动扩建工程，并于9月全部建成投入使用，新增餐位1000个、460个、200个、100个。新建的贵定五中、接管小学食堂也在2025年秋季学期投入使用，新增餐位600个和120个。宽敞明亮的食堂和

不断增加的餐位，让更多孩子能够在舒适的环境中安心就餐。

培训常态推进。为不断提升营养餐质量，教育局专门组织了校园餐培训班，对食堂管理人员和后勤人员进行系统化培训，内容涵盖食品安全、营养搭配、烹饪技艺等，确保营养餐既安全可靠，又营养可口。

守护一餐，就是守护一段童年；守护一桌，就是守护一个未来。让每个孩子在校园里都能吃得香、长得好、学得专，这份最朴素的关怀，正是民族振兴的根本力量。

资讯

贵阳市云岩区多部门合力 扎实推进校园餐安全监管



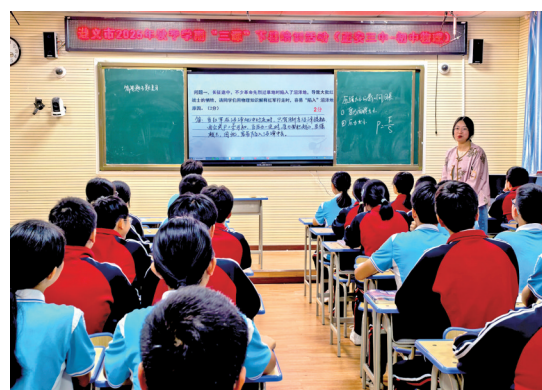
本报讯(记者 潘国虎)9月28日，贵阳市云岩区教育局、区市场监管局、卫健局、农业农村局、发改局等多部门联合召开第三次校园餐“突击战”联席会，对校园餐有关工作进行会商研判并商定措施，扎实推进校园餐安全监管，用实际行动守护师生“舌尖上的安全”。

会上，区教育局对照“突击战”方案向各成员单位反馈近期工作开展情况。区市场监管局、卫健局、农业农村局、发改局围绕工作职责，对各学校近期开展的食材询价、餐具抽检、索证索票等专项检查情况进行交流反馈，并提出下一步工作建议和意见，形成“各负其责、齐抓共管”的合力。

会后，校园餐“突击战”各成员单位立即转入实战环节，以“四不两直”的方式，先后前往贵阳市第十中学、贵州师范大学云岩实验中学（初中部）开展校园餐突击检查。

检查结束后，检查组一行在贵州师范大学云岩实验中学（初中部）食堂参与陪餐。陪餐过程中，检查组围绕餐食口味、分量与温度等，与学生、教职工深入交流，倾听大家对校园餐的意见建议。

遵义开展初中“三课”下县培训 名师示范+专题研讨



本报讯(记者 李秀锦 特约通讯员 缪继凤)近日，遵义市2025年秋季学期义务教育阶段初中“三课”下县培训活动在正安县举行。本次活动以“名师示范+专题研讨”为主要形式，聚焦初中语文、数学、英语、物理、化学五大学科，助力当地初中教师提升课堂教学水平。

本次活动中，各学科教师围绕新授课、复习课、讲评课三种课型展开示范教学。语文学科呈现亮点十足，纪实文学新授课以“化繁为简”拆解文本，送别诗复习课用“专题整合”串联知识，非连续性文本讲评课凭“精准施策”剖析问题。其他学科教师也结合教学实际，灵活运用多种教学方法突破重难点，课堂氛围活跃，展现出深厚学科素养，为参训教师提供了可借鉴的教学范例。

此次培训通过“示范+讲座+教学阐释”模式，更新了教师教学理念、提升了教学技能，对夯实正安县初中教学基础、推动学科教学质量提升具有重要意义。

毕节小学英语教师齐聚一堂 共探语音教学研究



本报讯(记者 王军 特约通讯员 吴鹏)近日，毕节市小学英语语音教学研讨活动在纳雍县第一实验小学举行。来自各县(区)的小学英语教师齐聚一堂，通过专题讲座、同课异构、集中评课等环节，共创语音教研风，育英语素养花。

现场，3场讲座聚焦教学核心需求，为参会教师带来深度启发。毕节市第一中学教师葛永曾作了《中小学教育科学规划课题申报书“模块化”填报策略》专题讲座。纳雍县第八小学教师程修正分享了《新课标下小学英语语音教学策略与实践》；毕节市教育科学研究所张绘老师围绕《“问题导向”的校本教研助推教师的专业成长》主题开展讲座，探讨当前校本研修的状况。

课例展示环节，纳雍县第一实验小学朱春芳老师的课堂侧重于培养孩子们的语音语调。赫章县铺处彝族苗族乡中心小学刘旋老师以情境创设为切入点，通过趣味游戏引导学生感知语音规律。两节课展现了不同的教学设计理念与风格，打造了生动高效的英语语音课堂样本。

评课议课时，各县(区)教师代表进行了深入交流，分享了授课教师的优势与特色，也提出了针对性的优化建议。



各种记录本，登记晨检内容。



整洁的存放间。



孩子们吃上热腾腾的饭菜。