

推营养餐自助模式,根据口味需求翻新菜谱 洪梅中学创新食堂管理 提升师生舌尖幸福感

■本报记者 王菲娜 林超连 文/图

兵马未动,粮草先行。对于正在成长发育的中学生来说,吃得好是学习的基础和保障。当前,学校食堂的伙食如何?孩子在学校的美食是否健康、均衡?成为全社会家长最关注的话题之一。

在莆田市洪梅中学,学校近两年来创新食堂管理,将传统的分餐制改为自助餐,并精心调整食谱,创新学生用餐自主管理机制,让学子们吃得饱、吃得好的同时,既杜绝了粮食浪费,又提升了学生的自主管理能力,可谓一举多得。日前,记者走进洪梅中学食堂,看一看该校如何写好“舌尖”答卷。

“打菜制”升级“自助餐” 暖胃又暖心

6日11时40分,洪梅中学食堂后厨里飘出阵阵香气。主厨黄世忠师傅熟练地挥着大锅铲,赶在下课铃响前,烹制中午的最后一道菜——清炒茼蒿菜。

离进餐时间仅有10分钟,黄世忠却不慌不忙。他并非没有时间观念,而是掐好时间和火候,只为了让学校的孩子们吃上色香味俱全的新鲜菜肴。

11时50分,伴随着下课铃声的响起,洪梅中学的食堂里逐渐热闹了起来,同学们自觉地排队,再由各班级各组长到相对应的橱柜中取餐具,学生们拿着餐盘,走到分餐台前有序取餐。“哇,有带鱼耶!”“红烧肉香喷喷,我得多来几块!”恒温取餐点上,清炒茼蒿菜、炒豆芽、麻婆豆腐、红烧肉、炸带鱼……喷香四溢的菜品,让同学们胃口大开。记者看到,大多数的同学们都能自觉荤素搭配,适量取菜。

“以前都是食堂的叔叔阿姨给我们打菜,有时候打多了浪费,而现在这种自助餐的形式,我们能自由选择自行定量,这样也不会浪费粮食。”初三(2)班张逸凡开心地说道。

用餐后,学生们自觉将桌旁的餐盘收走,并把桌子擦干净。从排队、盛饭、打菜,到洗碗,整个用餐过程以自助餐形式完成,井然有序。

“在此之前,学校食堂与大部分学校一样一直实行传统打菜制。然而,令后勤工作人员头痛的是,不管菜品如何



变换、营养如何搭配,仍然众口难调,甚至造成了大量的食物浪费。”洪梅中学校长江水平介绍,自2020年起,学校在实施学生营养餐方面做了一些积极的探索——推行营养餐自助模式。

为了让学生有更多选择,学校在收费不变的基础上,菜品数量保障每餐三荤三素,每日采购鱼、肉、蛋等荤菜保证人均300克以上,采购蔬菜保证人均600克以上,确保食材数量充足。此外,早餐配有包子、油条、鸡蛋,至少还有5个咸菜,午、晚餐一般有六个菜(三荤三素)、一个汤。

学校推行自助餐后,既方便了学生,也方便了老师。洪梅中学美术教师赖小琴告诉记者,学校食堂不仅菜品丰富、菜色新鲜,还干净卫生,让人暖胃又暖心,不少离学校距离近的教职工三餐都到食堂就餐。

“自助”更“自主” 拒绝浪费成自觉

为什么要让学生们吃自助餐?江水平谈起自己吃自助餐的经历:“在店里吃多少、拿多少,能不能借鉴一下,在学校里也搞自助餐?”

记者了解到,洪梅中学全校师生共计近800人,这其中大部分师生都选择在学校食堂用餐。传统的分餐制,虽然每个学生的餐量均等,但由于个

人口味不同,往往造成了大量的浪费。

彼时,学校食堂的剩饭菜一天能装满5个泔水桶。每天要浪费这么多粮食,农村出身的江水平看在眼里,疼在心里。而他心里,也一直在想着怎么才能解决这个问题。

为了让广大师生养成节约粮食的好习惯,学校通过调研后推陈出新,决定在食堂里试点开启了简易自助餐供餐模式,让学生们按需用餐。

在学校推行自助餐,江水平担心两件事情:一是能否维持秩序,二是饭菜是否还会大量浪费。因此,在推广自助餐前,学校除了抓行为规范,更是建立了一套学生自主管理用餐的机制。“学生自主打菜,自主清洗、消毒餐具,自主擦洗餐桌地板。每个班级设置4个小组,每组推举一个小组长负责小组管理,每周各班级轮流按次序就餐。”

一开始实行自助打餐制,学校还是遇到了不少困难。比如就餐时间紧,学生打餐慢,就餐秩序管理负担加重等,学校也是摸着石头过河。但随着自助餐模式不断完善,孩子们吃得饱、吃得好,不仅营养得到保证,饭菜浪费现象也得到改观。

学校还严把制作烹饪关和餐具消毒关,坚决杜绝不合格的食品进入操作间。学校添置15个高温消毒柜,每班一台,满足餐具消毒需要。学生餐



▲学生用餐完清洗餐具。
◀学生自助取餐。

具每人一套,餐具打上编码,每人固定使用属于自己的一套餐具,用餐完的餐具由师生自己清洗,放入消毒柜消毒,确保安全卫生,存取方便。

此外,学校定期邀请上级部门、两代表一委员、学生家长到学校和师生一起用餐,体验学校伙食,感受食堂环境,并倾听学生、家长、老师、学校领导和食堂负责人各方声音。

主厨黄世忠也总会到用餐区观察,和学生聊天,听取师生们对于菜品选择、烹饪改进上的建议,并据此灵活调整菜谱。

菜品多了,菜式也更合胃口了,浪费的现象也显著减少了。记者在该校食堂碗筷回收区看到,几乎每名学生都自觉“光盘”。“浪费减少了至少20%!”谈到食物浪费现象的改善,每周有4天在食堂陪餐的江水平最有发言权。“吃自助餐以前,每天泔水桶有四五桶,现在一天不到一桶。”

自助餐的推行是洪梅中学校园文明建设和“养成”教育的一扇窗口,一个缩影。这场舌尖上的“改革”,不仅受到了老师、学生和家长们欢迎,也将学生成长教育模式的探索和实践引入了一个新阶段。“现在,学校几乎杜绝了浪费现象,大多数学生既懂得了用餐礼仪,也学会了等待和谦让,养成了文明守纪的行为习惯,还体验到了自主打饭的乐趣。”江水平说。

教育资讯

莆田市教育系统关工委再次获评省级示范

本报讯(记者 王菲娜)近日,福建省关心下一代工作委员会印发《关于设立第二批全省基层“五好”关工委示范点的通知》,莆田市教育系统关工委榜上有名。

近年来,莆田市教育系统关工委深入开展以“领导班子建设好、五老作用发挥好、制度健全执行好、积极探索创新好、活动经常效果好”为主要内容的基层“五好”关工委创建活动,有效推动全市教育系统关心下一代工作创新发展,先后被评为莆田市关心下一代工作先进集体、泉州市教育系统基层“五好”关工委先进单位、福建省关心下一代工作先进集体、全国教育系统关心下一代工作先进集体等。

据悉,第二批全省基层“五好”关工委示范点是经各地各系统关工委层层评选推荐,所在地党委组织部审核,省关工委研究决定设立的,这次共有13个教育系统关工委被设立为全省基层“五好”关工委示范点。

丰州中心小学

举行健康副校长聘任仪式暨健康讲座

本报讯(记者 王菲娜)近日,丰州中心小学在该校礼堂举行健康副校长聘任仪式暨常见传染病疫情消杀知识讲座。

聘任仪式上,丰州中心小学副校长梁世镜宣读丰州卫生院院长李永辉为丰州中心小学健康副校长的聘任文件,并向健康副校长颁发了聘书。随后,梁世镜衷心地感谢丰州卫生院对学校健康工作的大力支持,并对李永辉的加入表示热烈欢迎,希望学校与健康副校长能共同肩负职责和使命,守好、把牢校园健康安全防线,推动学校教育和卫生健康工作上台阶、取得新成效。李永辉表示,将认真履职尽责,充分发挥专业所长,积极配合学校共同做好学校卫生、防疫工作。

仪式结束后,李永辉为学校师生进行了学校常见传染病疫情消毒技术的知识专题培训。培训针对学校常见传染病消毒、常见消毒液配置、正确七步洗手法等知识进行了深入浅出的讲解,并对学校卫生健康工作重点进行了专业指导,使全体师生受益匪浅。

此次健康副校长的聘任暨健康讲座的开展,将有效加强医校工作联动,进一步完善学校的卫生健康长效机制,提高健康教育水平,构建健康平安、和谐幸福的校园。

实验幼儿园开展法治副校长进校园活动

本报讯(记者 王菲娜)近日,莆田市实验幼儿园邀请法治副校长——莆田市人民法院党组成员、政治部主任王小金一行人走进幼儿园,开展安全教育宣传活动,筑牢校园安全防线。

活动中,实验幼儿园法治副校长王小金就宪法的地位、作用和基本内容作解读,让老师们了解宪法,知道宪法的重要性。

接着,莆田市人民法院家事审判团队法官杨玲娥以“守护成长”为主题,通过“普法+案例”的讲座形式,为全体教职工普及与幼儿园安全有关的法律知识,让她们了解了幼儿园的安全责任范畴及相关的法律法规,杨玲娥同时对幼儿园的安全工作提出意见和建议,呼吁大家知法、守法、懂法、用法。

最后,莆田市人民法院刑事审判二庭(少年法庭)法官黄晓瑜对全体教职工进行《民法典》相关法律法规的普及。

本次法治副校长进校园活动,增强了幼儿园全体教职员工的法制观念和法律素质,收到了较好的普法效果。

石井中心小学开展青少年法律知识竞答活动

本报讯(记者 王菲娜)为了引导青少年树立尊法、学法、守法、用法意识,7日,石井中心小学组织开展“与法同行,健康成长”青少年法律知识竞答活动。

赛前,学校通过多种形式组织学生学习《宪法》《民法典》《未成年人保护法》《预防未成年人犯罪法》《老年人权益保障法》《家庭教育促进法》等“六法”知识内容。五、六年级每班推选5名同学参加学校总决赛。

赛场上,同学们认真学习,个个精神饱满,信心十足,挥毫答题,下笔如神,展示了自己的实力,经过激烈角逐,赛场上涌现出一批法律知识竞答小能手。

本次竞赛活动,促进了学生对法律知识的学习,增强了学生的法律意识。同学们表示,将学会利用法律保护自己,不仅把法律知识内化于心,还要外化于行,做一个知法、守法的合格公民。

插秧、野炊、磨豆浆……第一实小学子与大自然“有约”

■本报记者 王菲娜 林超连
通讯员 刘 温

近日,第一实验小学五年级师生走进莆田市中小学劳动社会实践基地南安蓝溪谷,参与农耕生活,烹煮“盘中餐”,感受“粒粒皆辛苦”。在实践基地,学生们有序地体验了插秧、磨豆浆和野炊的乐趣。

“插秧太有意思了!”“没想到我们吃的大米来自这小小的秧苗!”“你瞧,这秧苗亭亭玉立,真可爱!”蓝溪谷里,传来第一实验小学学生们的欢声笑语。原来,他们正在进行劳动实践活动呢。

“时人不识农家苦,将谓田中谷自生。”对现在的孩子们来说,插秧是一件陌生的事情。不过,在教练的指导和示范下,第一实验小学的学子们干

起农活来也是有模有样。大家迫不及待地卷起裤管,赤脚下田,水田里,十几个人站成一排,低头躬身,左手捏着秧苗,右手像插针一样将秧苗插进水田里。同学们看着自己亲手插下的嫩绿秧苗,脸上露出甜滋滋的笑容。

“本以为插秧挺容易又挺好玩的,可我一脚踩进田里时,那软绵绵的烂泥巴,让我仿佛陷进沼泽地一般,当我插下了第一株秧苗,那一瞬间的我充满了成就感,体验了农耕劳作的艰辛。”第一实验小学五年(1)班黄昊翔说道。

除了插秧,教练还组织了田间趣味活动——浑水摸鱼。在浑浊的泥水中,一个个“捕鱼人”或在岸边摸索,或在田间如“地龙穿梭”,寻找藏在泥地里的鱼。瞧,一旁还有经验丰富的同学在指导呢!场上不时传出阵阵笑

声,那是同学们捉到鱼的喜悦。

趣味活动过后的活动才是“重头戏”,田野间打卡学习传统手工艺——手磨豆浆。在教练的带领下,同学们来到了磨坊,开始进行分组体验。舀豆添水、推磨盛浆、清理磨盘等,一道道工序,大家做起来有条不紊。有的同学一边体验,一边感叹古人的智慧与不易。

“好香啊!”“闻着味儿肚子就饿了!”做饭时间到了,同学们在教练的指导分工下,有的捡柴,有的洗菜,还有的点火……大家各司其职,疲惫更是一扫而光,忙碌着,快乐着!功夫不负有心人,大家都吃上了香喷喷的烩咸饭。饭后,他们一改平时在家“饭来张口”的习惯,收拾餐桌、洗刷碗筷,场面整齐有序。

一粥一饭,当思来之不易。经过5

场实践体验,同学们更加真切地感受到劳作的辛苦。过程中,他们亲近大自然,体验“快乐农夫”生活,让他们收获团结合作的快乐,收获了动手实践的乐趣,收获成长。

“此次学校组织的活动,将课堂搬到校外,通过野炊和插秧等形式,让学生体验劳作,寓教于形,寓教于乐。”第一实验小学校长黄提水表示,“这次劳动实践,是《莆田市第一实验小学劳动教育实施方案》的一项重要内容,也是前继六年级学生参加‘食品加工制作’实践、后启四年级将参与‘露地蔬菜种植’的一大举措”。他表示,第一实验小学会将劳动教育进行到底,努力在学生中弘扬劳动精神,教育引导崇尚劳动、尊重劳动,让全校学生懂得劳动最光荣、劳动最崇高、劳动最伟大、劳动最美丽的道理。

国网莆田市供电公司2022年12月9日-2022年12月11日设备停电检修计划表					
供电所	设备名称(馈线名称+支线名称)	计划停电起止日期	作业起止时间		停电范围(区域)
			开工	完工	
东田所	10kV 雪峰线	12月9日	8:00	17:30	雪峰村部分
石井所	10kV 安园线	12月9日	8:00	17:30	院前村部分
城区供电(美林街道)	10kV 金枝线	12月9日	8:00	17:30	金枝村部分
洪濂所	10kV 梅溪线	12月9日	7:30	17:00	梅溪村
英都所	10kV 芸林线	12月9日	7:30	17:20	霞溪村塔尾变
金淘所	10kV 玉园线	12月9日	7:45	17:30	亭川村1#变
仑苍所	10kV 后垵线	12月9日	8:15	17:45	仑苍镇辉煌村辉煌路附近
官桥所	塘上变 10kV 社庄线633	12月9日	8:15	17:45	官桥镇新圩村社庄福厦路附近
友情提示:根据泉州公司工作安排,从2017年12月1日起,我司所有低压客户抄表日统一变更为每月1日、低压居民客户缴费期为每月11-25日、其他低压客户缴费期为每月11-15日、欢迎您拨打“0595-26500000”咨询。					