

节约粮食光盘行动心得体会(实用10篇)

当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。我们应该重视心得体会，将其作为一种宝贵的财富，不断积累和分享。以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。

节约粮食光盘行动心得体会篇一

敬爱的老师、亲爱的同学们：

大家好！

节约是一种美德，节约是一种智慧，节约是我们的行动，也是我们的习惯！

近日，随着全国主流媒体对“舌尖上的浪费”大加挞伐，一项倡导将盘中餐吃光、喝净、带走的“光盘行动”正在全国兴起，并得到许多民众、餐饮业经营者、公益组织的热烈响应为此，我们号召全体同学积极加入到“光盘行动”中来。

谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。我们不能忘记勤俭节约的传统美德，更不能忘记全国仍有1亿多贫困人口。

我们倡议，树立节约光荣、浪费可耻的思想观念，厉行节约，反对浪费。

我们倡议，家庭餐桌上，倡议根据营养学合理搭配荤素菜比例，按需买菜、煮菜，以每顿饭家庭成员刚好吃完、吃饱为准。吃饭时吃多少盛多少，不扔剩饭剩菜。吃光碗里的最后一粒米、盘中的最后一棵菜。

我们倡议，以“光盘”为荣，“剩宴”为耻。就餐时，适度适量，吃饱为好。以节约为荣，浪费为耻。

我们倡议，同学们既要做“光盘行动”的实践者，也要做“光盘行动”的推动者。让更多的人了解“光盘行动”，参与“光盘行动”，用省下来的钱，多做好事，多做公益。

同学们，一粥一饭当思来之不易。勤俭不是吃苦，而是对有限资源的珍视。从今天开始，让我们一起：不剩饭，不浪费，吃多少，要多少，加入光盘族，一起对“浪费”说“不！”

倡议人：__

20__年__月__日

节约粮食光盘行动心得体会篇二

亲爱的同学们：

我们的倡议吧！

- 1、爱惜粮食，按需购餐，杜绝浪费。节约粮食是尊重他人劳动的表现，也是您高尚人格的体现。
- 2、保持良好的就餐秩序，排队就餐，讲文明、讲礼貌、守公德，言语文明、举止得体，让整齐有序的队伍成为学校餐厅里一道亮丽的风景线。
- 3、自觉回收餐具。饭后把餐具和杂物送到餐具回收处，既减轻了食堂工作人员的工作量，又方便了其他同学就座用餐。
- 4、不随地吐痰、乱扔餐巾纸和食物残渣，注意自己的形象，给自己留下美好的回忆，也为他人创造干净整洁的环境。
- 5、使用校园卡消费，不使用现金买饭。使用现金既不卫生，又耽误时间，使用饭卡既省时又方便，出现问题时也更容易查找解决。

6、不多占座位，不多拿筷子，不把筷子带出食堂。每人一双筷子足矣，方便他人，就是方便自己。

7、注意饮食卫生，不使用有毒有害塑料袋盛装饭菜，既保护自己也保护了环境。

8、爱护餐厅设施，不随意移动桌椅，不蹬踏桌凳，不乱涂，不乱刻，不损坏电器照明等设备，维护公共卫生安全。

9、尊重食堂工作人员，服从管理，对工作人员服务不满意，可及时向食堂管理老师反映。发现问题，不吵不闹，如实反映，妥善解决。

“播种的是习惯，收获的是品格”，文明用餐是个人素质的体现，让我们以养成良好的社会公德，树立当代大学生良好形象为目标，为共同营造一个文明有序的就餐环境而努力！

请同学们从我做起，从现在做起，用自己的实际行动为我校建设国家职业教育改革示范学校做出贡献！

节约粮食光盘行动心得体会篇三

亲爱的老师们、同学们：

为贯彻厉行节约，反对浪费的精神，在全区形成文明、科学、健康的餐饮消费新风尚，我们特向全民朋友发出“响应光盘行动，拒绝餐饮浪费”倡议：

一是传承取之有度、饮食调理的中国饮食文化和中华民族爱物知恩、尊重劳动、珍惜幸福的传统美德。

二是积极参与文明用餐“光盘行动”，提倡就餐打包剩饭剩菜，“光盘”离开，拒绝“舌尖上的浪费”。

三是遵循“吃多少点多少、不够再点、剩菜要打包、千万别浪费”的理性消费理念，增强勤俭节约意识。

四是提倡使用消毒的公共餐饮具，不直接用一次性餐具和非食品级型塑料袋，循环利用安全卫生餐具。

五是积极举报使用劣质油和变质食品，促使餐饮企业合法经营、诚信经营、亮证经营。拒绝消费国家明令禁止的野生保护动物及来路不明的食品原料。

六是自觉道守公共道德规范，倡导餐桌礼仪，做到在餐桌上不大声喧哗，开车不喝酒，酒后不驾车。

让我们身体力行，从我做起，从现在做起，与文明握手、与陋习告别，养成勤俭、理性、健康、安全的生活方式，用文明餐桌行为谱写美德人生，以勤劳节俭创造更加美好的生活！

节约粮食光盘行动心得体会篇四

亲爱的教师、家长、小朋友们：

“一粥一饭，当思来之不易；半丝半缕，恒念物力维艰。”历览前贤，成由勤俭败由奢。勤俭节约是中华民族几千年来流传至今的优良传统。在xx的指示下，“厉行节约、反对浪费”已成为一种良好的社会风尚。如今我一幼少儿，灼灼如朝阳，晔晔如扶桑，更应珍惜资源、厉行节约，承担起响应国家光盘行动的责任，畅行节俭之风。

光盘行动，始于你我，让我们全体一幼人行动起来：

一、知行合一，积极参与，做我园“光盘行动”的践行者。全体一幼人请从日常生活点滴做起，树立节约意识，适量适度，减少奢侈浪费，不留剩饭。

二、推己及人，积极倡导，做我园“光盘行动”的推广者。一幼人不仅要自身做表率，更要大力宣传，争做“光盘行动”的传播使者，倡导节约文化，广泛宣传节约理念，从自己做起，带动身边家人实现“光盘行动”。

三、光盘行动，不光你我，做我园“光盘行动”的监督者。一幼人需努力形成“光盘”的生活习惯，积极监督浪费粮食的现象，文明劝导，通过各方面的监督，使得“光盘行动”在校园成为“食”尚风气。

节约食物，珍惜当下，从现在做起，从每一个一幼人做起。在“光盘行动”中，让我们拒绝“剩”宴，成为光盘行动的切实践行者。光盘行动，始于你我。

XXX

日期

节约粮食光盘行动心得体会篇五

亲爱的同学们：

有关数据显示，饥饿是人类的头号杀手，每6秒就有x名儿童因饥饿死亡，平均每年夺去xx万人的生命，我国仍有x亿多贫困人口与此形成鲜明对比的是另组数据：中国社科院统计，我国每年浪费食物总量折合粮食约xx亿公斤，接近全国粮食总产量的十分之一。即使按最保守推算，每年最少倒掉约x亿人一年的食物或口粮。如果每天浪费的粮食回收x%□就可以多救活四百万饥民。

节约是一种美德，节约是一种智慧，节约是我们的行动，也是我们的习惯！近日，随着全国主流媒体对“舌尖上的浪费”大加挞伐，一项倡导将盘中餐吃光、喝净、带走的“光盘行动”正在全国兴起，并得到许多民众、餐饮业经营者、

公益组织的热列响应为此，我们号召全体同学积极参与到“光盘行动”中来。

谁知盘中餐，粒粒皆辛苦，我们不能忘记勤俭节约的传统美德，更不能忘记全国仍有x亿多贫困人口。

我们倡议树立节约光荣，浪费可耻的思想观念，厉行节约，反对浪费。

我们倡议家庭餐桌上，倡议根据营养学合理搭配荤素菜比例，按需买菜、煮菜，以每顿饭家庭成员刚好吃完吃饱为准。吃饭时，吃多少盛多少，不扔剩饭剩菜，吃光碗里的最后一粒米、盘中的最后一棵菜。

我们倡议以“光盘”为荣，“剩宴”为耻。就餐时，适度适量，吃饱为好，以节约为荣，浪费为耻。

我们倡议同学们既要做“光盘行动”的实践者也要做光盘行动的推动者。让更多的人参与光盘行动，用省下来的钱，多做好事，多做公益。

同学们，一粥一饭当思来之不易，勤俭不是吃苦，而是对有限资源的珍视。从今天开始，让我们一起，不剩饭，不浪费，吃多少要多少，加入光盘族，一起对“浪费”说“不”。

“吃光盘中餐，今天不剩饭”。拒绝浪费，珍惜粮食从我做起，从今天开始，你，愿意吗？

倡议人□xx

20xx年xx月xx日

节约粮食光盘行动心得体会篇六

尊敬的全体市民：

餐桌文明是社会文明的重要体现，小餐桌，大文明，承载的不仅仅是人类的生生不息，更传承了中华民族的优秀文化和尊重劳动、珍惜粮食、勤俭节约的传统美德。为建立节约型社会、倡导文明消费新风，呼吁全体市民，节俭用餐、安全用餐、卫生用餐和文明用餐，并结合目前开展的“文明餐桌光盘行动”，期望大家立即行动起来，人人做到文明用餐，为建设“幸福德州”做出应有的贡献。

一、遵守餐桌礼仪，文明用餐，礼让他人，遵守用餐秩序，爱护用餐环境，谈吐文雅，不吵闹、不喧哗。

二、以“光盘”为荣，理性消费，科学适量，按需点餐，节俭用餐，剩菜打包，不求奢华，不讲排场，牢记节约粮食光荣，拒绝剩宴。

三、讲究科学饮食，注重营养，追求健康，不酗酒，不暴食，摒弃不良饮食陋习。

四、遵守行业规范，不使用一次性餐具，真诚服务顾客，坚守食品安全，务求用具卫生，尊重消费者权益，诚信经营，童叟无欺。

五、推广餐桌文明礼仪，倡导节约用餐行为，提升行业服务品位，营造文明节约的良好社会风气。

让我们每一位市民朋友都行动起来，从我做起，从此刻做起，做到“合理饮食、文明用餐、科学打包、避免浪费”。让我们身体力行，与文明握手、向陋习告别，吃出文明的修养，吃出安全、理性、健康的生活方式！

倡议人□xxx

20xx年xx月xx日

节约粮食光盘行动心得体会篇七

尊敬的老师，亲爱的同学们：

早上好！今天我们演讲的题目是《“光盘行动”我能行》！

清代教育家朱柏庐在《朱子家训》中写道：“一粥一饭，当思来之不易；半丝半缕，恒念物力维艰。”告诫世人：吃每一碗粥、每一碗饭时，应该想想这粥饭里有多少人的付出，真的是来之不易；用每半根丝、每半缕线时，都要想想丝缕间要消耗多少物质能源，应该好好珍惜。养成勤俭节约的美德要从日常生活、穿衣吃饭做起，切莫把日常微小的事物看轻了，从而不知珍惜。

开学之初，我们每个班都上了“三爱三节”的主题班会，知道了节水、节电、节粮的重要性。可是我们每个人把这些要求落实到行动上了吗？单说节粮，餐桌上擦起来的盘子，有几个是真正一粒饭不剩的呢？看水池旁的垃圾桶就知道了；给同学们加的水果、点心、牛奶，有多少真正变成了强壮身体的营养？看各班丢出来的垃圾袋就知道了。同学们，当大家以饭菜不合口味而抱怨，甚至把大量饭菜倒掉时，你知道餐厅老师为了这每一餐付出了多少努力和心血吗？我校师生人数超过了两千人，餐厅老师每天早上5:30就要上班为大家准备早餐，早餐后一直到大家吃上香喷喷的午餐，他们又在一刻不停地忙碌。而晚上等他们把餐具卫生洗刷打扫完，就七点半多了。当同学们上完一节晚自习，吃着香甜的水果时，他们才结束餐厅一天的工作。每周为了定菜谱，餐厅老师也费尽脑筋，先要保证给同学们足够的营养，然后再研究所配的菜品和烹制方法，尽量做到每周不重样。为了照顾同学们的口味，他们不断捉摸新菜品。餐厅的厨师长石磊老师为同

学们创新出面食萝卜丝饼，正在逐个年级推开，争取较短的时间让每位同学都能尝到。同学们，知道了这些，你还忍心浪费这些凝聚着他们的关爱与辛苦的饭菜吗？可能有的同学饭量小，可能有的同学加餐时间真的不饿，那就可以告诉老师，提前把多余的餐点退回餐厅，也可以避免浪费啊。

在我们物质生活比较富裕的此时，同学们可能不知道，饥饿仍是人类的头号杀手。当我们在教室里认真听讲，在食堂享受学校可口饭菜的同时，世界上还有很多同龄人正处在饥饿的水深火热之中。数据表明，全世界每6秒就有1名儿童因饥饿死亡，也就是说，当我们将剩饭剩菜倒入垃圾桶的那一个瞬间，可能就有一位同龄人因为吃不上饭而永远的离开这个世界。与此形成鲜明对比的是，据统计，中国每年浪费粮食的数目接近总产量的十分之一，相当于两亿人一年的口粮。

节约资源，减少环境污染，还能彰显美德，同学们，我们有什么理由不去坚决践行呢？

同学们，“光盘行动”体现的是我们每个开元学生的素质，它是我们义不容辞责任。希望大家就从现在做起，从节约粮食做起，从生活细微处做起，做勤俭节约的传播者和实践者。同学们，请跟我们一起说：“光盘行动，我能行！”

我们期待着看老师们和同学们在“光盘行动”中的完美表现！

节约粮食光盘行动心得体会篇八

- 1、厉行勤俭节约，反对铺张浪费。
- 2、了解问题彻底点工作紧张用心点。
- 3、好的卫生习惯，让你健康相伴。
- 4、爱护公共卫生，只是你一个微不足道的动作。

- 5、以节约粮食为荣，以节约粮食为耻。
- 6、不费盘中餐，就餐文明一小步；争做文明人，校园文明一大步。
- 7、节约粮食，人人有责。
- 8、粒粒米饭皆珍惜。
- 9、节约就是美。
- 10、自觉排队，文明就餐自觉排队，礼让待人。
- 11、增强节约粮食，爱惜粮食的意识。
- 12、宝贵意见，请您留下。
- 13、百病从口入，饭前请洗手。
- 14、有序用餐，文明用餐。
- 15、随手关灯你我他，节约能源靠大家。
- 16、严禁吸烟，保持卫生。
- 17、食尽盘中餐，珍惜身边人，唯爱与美食不可辜负。
- 18、知识拯救灵魂，粮食就是生命。
- 19、节约光荣，浪费可耻！
- 20、你是我温暖的汤圆，冰冷的西瓜，麻酱味道的香锅，日复一日的念想。
- 21、我爱自己，我喜好而今的工作。

- 22、惜香甜米，谢辛苦人。遵就餐礼，做文明生。
- 23、刷卡就餐，卫生健康!
- 24、节约是美，浪费是丑。
- 25、爱惜粮食，杜绝浪费，文明用餐。
- 26、善待顾客就是善待前景，优质服务带来优质生活。
- 27、为了您的满意我们一直在努力。
- 28、为了你和他人健康，不要在饭堂内吸烟。
- 29、文明就餐，礼貌待人。
- 30、请保持餐桌卫生，给大家一个干净的用餐环境。
- 31、微笑露一点，嘴吧甜一点。
- 32、勤俭节约从餐桌上做起。
- 33、为了我们的家更美好，请不要用一次性筷子。
- 34、宾客至上服务第一以人为本永创一流。
- 35、微笑不花一文，却创造更多温暖。
- 36、握手文明，告别陋习，崇尚节俭，合理消费。
- 37、光盘行动，传遍校园。
- 38、粮食就是生命，知识拯救灵魂。
- 39、我是最棒的，我是最良好的。

- 40、我乐于助人，由于客人是朋友。
- 41、发扬中华传统美德，勤俭节约从我做起。
- 42、文明用餐，节约惜福。
- 43、相互礼让，自觉排队。
- 44、拾起一粒粒粮食，收获一份份爱心。

节约粮食光盘行动心得体会篇九

敬爱的老师、亲爱的同学们：

大家好！

民以食为天，在我们的日常生活中经常会在餐上打交道。众所周知，餐桌文明是社会文明的重要体现，小餐桌，大文明，承载的不仅是人类的生生不息，更传承了中华民族的优秀文化和尊重劳动、珍惜粮食、勤俭节约的传统美德。正在争创全国文明城的我们更应大力弘扬勤俭节约、艰苦奋斗的崇高精神，自觉引领“文明消费、节约用餐”的良好风尚，倡导积极向上、科学健康的生活方式，为此，特向全体师生发出倡议：

- 1、传承传统美德。我们每个人都要自觉做到传承“礼仪之邦”的美德，号召大家踊跃参加到文明餐桌行动中来，享受“文明用餐，节俭惜福”的快乐。
- 2、做到合理消费。绿色消费，理性消费，按需点菜，厉行节约，反对浪费，做到不剩饭不剩菜，吃不完就打包。
- 3、倡导文明用餐。自觉遵守公共道德规范，不肆意喧哗，注意他人的用餐感受；讲究用餐卫生，不带宠物进餐厅，不随

意造成用餐环境污染；低碳环保，使用“公筷公勺”，杜绝使用一次性筷子；提醒家人开车不喝酒，酒后不驾车。

4、讲究科学饮食。树立科学的饮食养生新理念，改变不良的饮食习惯，从寻常食物中吃出健康和营养。

5、牢记就餐礼仪歌。

排队等候，不插队；一人一位，不占位；言语文明，不粗鲁；安静就餐，不喧闹；残渣入盘，不乱吐；珍惜食物，不浪费。

老师们、同学们，让我们身体力行，与文明握手、与陋习告别，树立安全、理性、健康的生活方式！

倡议人□xx

20xx年xx月xx日

节约粮食光盘行动心得体会篇十

亲爱的同学们：

大家好！

饥饿是人类的头号杀手，平均每年夺去1000万人的生命，每6秒就有1名儿童因饥饿死亡；我国仍有1亿多贫困人口。与此形成鲜明对比的是另一组数据：中国社科院统计，我国每年浪费食物总量折合粮食约500亿公斤，接近全国粮食总产量的1/10。即使按保守推算，每年最少倒掉约2亿人一年的食物或口粮。如果每天浪费的粮食回收5%，就可以多救活400万饥民。节约是一种美德，节约是一种智慧，节约是我的行动，也是我的习惯！

一粥一饭，当思来之不易；半丝半缕，恒念物力维艰。勤俭

不是吃苦，而是对有限资源的珍视。小小餐桌，传承了中华民族尊重劳动的传统美德；文明就餐，体现着矿大学子珍惜粮食的良好素质。为了弘扬中华民族的传统美德，大家一起来向舌尖上的浪费说“不”。在此，我们向广大同学发出如下倡议：

1. 以“光盘打包”为荣。点餐时，适度适量，吃饱为好。食堂设打包区，提倡自带饭盒，剩菜剩饭要打包。
2. 以“适量购取”为荣。食堂现已开设“半份菜”窗口，饭量小的同学可打半份菜量，或者与同学、朋友“共享”。
3. 以“文明就餐”为荣。就餐时，为方便其他同学就餐，不恶意占用就餐位置，就餐后主动把餐具放回指定位置。
4. 以“宣传节约”为荣。提醒身边的人，积极制止浪费粮食的现象。做节约宣传员，向家人、亲戚、朋友宣传节约粮食。

我光盘，我光荣。从每一餐做起，从我做起，从现在做起，养成勤俭节约的好习惯，厉行节约，反对浪费。让我们用文明演绎生活，用行动展示形象！

倡议人□xx

20xx年xx月xx日