

# 最新营养午餐演讲稿三分钟 初中营养午餐 (汇总8篇)

演讲是练习普通话的好机会，特别要注意字正腔圆，断句、断词要准确，还要注意整篇讲来有抑有扬，要有快有慢，有张有弛。演讲稿对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写演讲稿呢？下面是小编帮大家整理的优秀演讲稿模板范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 营养午餐演讲稿三分钟篇一

一吃完午饭就开始犯困，是很多人再熟悉不过的体验了。要赶走瞌睡虫，我们应该采取什么行动呢？有人通过吃甜点、面包、饼干、冰淇淋等高热量、高碳水化合物的食物来打消困倦的念头，可是这样做是不明智的。这些食物会导致血液中的糖分急剧增加，虽然暂时补充了能量，让你更有活力，可当血糖慢慢降低，大脑便开始出现不良反应，要么头疼，要么情绪不稳，容易发怒，或者脑子像没了养料的机器一样运转不灵，经常分神，给下午的工作和生活着实添了不少乱。

另外，不吃早餐或午餐同样会导致犯困，它会使体内的血糖水平起伏不定，当血糖降到谷底的时候，也就是你昏昏欲睡的时候了。

不过别担心，血糖水平是完全可以保持平稳的，这样解决午餐后犯困也就顺理成章了。美国临床营养学专家朱莉娅·菲兹杰拉德因此建议：

1. 保证规律饮食，确保一日三餐，餐餐不缺，而且三餐间可以安排两到三次的零食时间。这样可以避免暴饮暴食，也可以保持一定的血糖水平，不致忽高忽低。
2. 减缓身体对碳水化合物的吸收，方法就是每餐要保证摄入

一定的蛋白质和脂肪，在早餐中加入谷物、坚果，在午餐和晚餐中加入高蛋白的鸡蛋或鱼。

3. 零食也要慎重选择。放弃甜食，代之以更健康的食品，如坚果、干果以及蔬菜。

4. 选择全麦食品。白面包比不上全麦面包，甜饼干比不上粗粮饼干。前者含糖更多，而后者含纤维更多。选择含有纤维更多的食品，同样可以减缓糖分的吸收。

## 营养午餐演讲稿三分钟篇二

为了认真贯彻落实国务院、卫生部、教育部以及省市有关食品卫生安全工作会议精神，进一步加强我校生活服务中心的食品卫生安全工作，严防食物中毒和肠道传染病在学校发生，确保学校正常教学秩序以及广大师生身心健康。制定学校食品卫生安全责任书，规范食品卫生管理，提高食品卫生安全意识，明确工作责任，对食品卫生工作重视不够，出现较大问题的将实行责任追究制度，追究主要责任人以及相关人员的责任。

### 一、组织机构

成立食品卫生安全工作领导小组。

### 二、管理措施

1、学校食品卫生安全工作领导小组定期召开会议，检查学校食品的卫生安全工作落实情况及今后的工作安排。

2、成立伙食管理委员会，设立服务监督岗

3、各班定期进行食品卫生知识宣传教育（黑板报、广播、宣

传栏)。严禁学生购买三无食品。

4、针对存在的突出问题和安全隐患，及时责成整改，并督促整改措施的落实到位。

### 三、职责范围

1、制定本班食品卫生安全管理办法，安排学生监督食品卫生安全工作。

2、采购原料和食品必须定点采购（签定协议），并须索取产品合格证和检验报告单，做好验收记录工作。

3、在食品原料加工、生产、贮存、包装、销售等过程中，要保持清洁卫生，生、熟食品分开贮存，防止交叉感染。

### 四、责任追究

各教师要充分认识食品卫生安全工作的重要性和紧迫性，高度重视食品卫生安全工作，坚决杜绝一切安全隐患，对环境卫生和食品卫生工作要定期进行专项整治，切实加大力度，加强治理，要从“讲政治、促稳定、保健康”的高度切实抓好卫生安全工作。

签字：

小学

年 月 日

为加强学校学生营养午餐的领导管理。学校成立了以校长郑永星为组长的食堂管理工作领导小组，具体负责食堂管理，学校还与食堂工作人员签定了卫生责任书，使食堂卫生工作做到了层层有人抓、事事有人管，个个有责任，切实保证了食堂的食品卫生安全。特与食品采购员签订安全管理责任书。

一、严把食品采购关。学校要求采购员采购的食品原则上必须到证件齐全的经营单位采购，并索取所采购食物和原料的检验合格证和发票。与经常或定点采购商签订安全责任书，以明确双方的责任。食品采购回校后必须分类存放，定期检查，及时处理，确保食品质量。

二、物品采回学校后，采购员要经常到厨房监督工作人员上岗。学校还要求食堂人员工作时必须穿戴清洁的工作服，必须养成良好的个人卫生习惯。并监督非工作人员随意进入厨房。

三、科学合理搭配营养。为了师生能量摄入合理、全面的营养，采购人员必须在每周五制定学生营养午餐菜谱，交学校审核。并根据实际情况合理搭配主菜、辅菜和汤菜，做到一天一小换，一周一大换。

师生享用安全、卫生、营养的中餐。

五、每天购买的物品运到学校后，交给校长检查所购买的物品数量，并进行登记、造册，再进入物品保管室。

六、凡是所购买的物品出现问题，经有关部门鉴定属所购物品出现的问题，一切责任由物品采购人员全权负责。

平溪镇安坪小学 物品采购员：（签字） 学生营养午餐工作  
领导组：（签字）

2016年9月 15日

为确保“营养餐工程”在我校顺利实施，特与学生营养餐管理-员签订责任书：

二、“营养餐工程”管理人员，必须严格把好食品的入库关，要坚持索证制度和检查验收制度。对每批收到的食品质量逐

箱检查，并进行详细登记，索要销售清单。要求供货商不得过早送货，不符合质量要求的或过期（保质期过短）的食品坚决不准入库，食品入库要有供货人、检查验收人和保管员三方共同签字，做好进货留样。

三、未集中订购的蔬菜或食品必须由两人以上采购，不采购不符合食品卫生标准的食品和原料；采购的食品及原材料必须新鲜，价格合理，按每天食谱所定数量合理采购，并记录清楚购买时间、地点及售货人的情况和联系电话。

四、每天检查储藏间食品的数量、质量和保质期，及时剔除过期和变质食品。

五、每天对从业人员的操作间卫生、操作流程，食品留样、卫生消毒等工作情况进行督查。

六、管-理-员必须按照食谱安排好当天食堂一系列工作，及做好第二天食品的采购和准备工作。

七、认真填写采购账目，做好现金日记帐。做好各项档案的收集、整理、装订工作，使账目做到日清、月结，确保不因个人的疏忽大意出现问题。

八、定期公布账目，公开透明，保证“营养餐工程”财政资金每一分钱都能“吃到孩子嘴里”。

食堂管-理-员（签字）：

校长（签字）：

xxxx小学

2016年2月25日

## 营养午餐演讲稿三分钟篇三

### 一、组织领导、夯实责任。

我校在学生营养餐实施过程中，严格执行上级政策和规定，强化工作管理，成立了由校长（闫茹）负总责的领导小组，成立了由总务处具体负责的实施小组。领导机构、实施机构健全，三级管理体制由上至下全员参与，各成员分工明确、责任夯实。领导小学负责制定营养餐实施方案，对营养餐进行总体安排，督查指导。实行小组负责落实具体事项，对常规性工作进行跟踪落实具体指导。结构的健全，责任的夯实，为营养餐工作科学有效实施奠定了坚实的基础。

### 二、完善制度、提升管理。

为使我校营养餐管理工作逐步走向制度化、规范化。我校制定有《学生营养餐管理制度》、《学生营养餐实施方案》、《学生营养餐应急预案》、《食品采购索证索票制度》《食堂卫生管理制度》、《食品贮存制度》、《食品加工制度》、《食品卫生安全制度》、《财务管理制度》、《食品留样制度》、《监督检查与责任追究制度》等规章制度。同时还制定管理人员岗位职责，层层签订工作责任书。加强考核评估，实行奖优罚劣，哪一环节出现问题追究哪一环节的责任，同时把考核结果和年终的绩效考核相挂钩。制度的完善，使得营养餐工作日常能够安全、健康、顺利地展开。

### 三、广泛宣传、入脑入心。

营养餐是一种新生事物，在实施过程中，我校开展了丰富多彩的宣教活动，收到了满意的效果。首先，多次召开校务会、全体教师会、学生会、家长会，详细讲解有关政策，宣传这营养餐工程的重要意义，做到家喻户晓，妇孺皆知。其次充分利用广播、黑板报、手抄报、橱窗、标语等形式对营养餐营养价值、食用方法、卫生知识等全方位地宣传，提高全校

师生的知晓率。第三，营养餐教育做到3个相结合。即与健康教育相结合、与感恩教育相结合、与学生卫生习惯的养成相结合。第四、学校每周撰写一定数量的. 通讯稿，突出营养餐主题，上报市区相关部门，及时发扬管理经验，扩大宣传影响广度深度。

#### 四、蛋奶实施，把好五关。

##### 1、把好验收、入库关。

安排段香平老师专人负责验收蛋奶及加餐食品，对每一批次蛋奶及加餐食品进行检查、验收，签字后方可入库。对于不合格的食物立即杜绝，保证学生食用安全。

##### 2、把好加工关。

要求加工人员严格按照流程进行操作，确保加工过程规范，加工过程，做到：一看，二摸，三闻，四尝。我校蛋奶加工人员均持证上岗，有一定的工作经验，对蛋奶及营养餐加工流程熟悉，且态度认真负责。

##### 3、把好食物留样关。

对当日学生食用的蛋奶及营养餐，及时进行留样保存。留样有专人负责，标明日期，做到留样三天，无异去样，异常查样。

##### 4、把好发放关。

由全校副班主任组成4个发放组，每组3人，相互协作。4个组分别为低段学生组、中段学生组、高段学生组、在校午餐学生组。蛋奶及加餐食品分两个时段。第一时间段早读下后（7:55至8:15）。发放组教师到食堂领取蛋奶并到指定地点发放。第二时间段上午两节课后（10:15至10:25），发放组

教师到食堂领取加餐食品并发放。蛋奶及加餐食品学生领到手后，要求教师监督学生随发随食，然后清扫好班级环境卫生。每一位接触食物的教师，均身体健康，做到持健康证上岗。

5、把好回收关：要求各班对营养餐垃圾分类回收，存放于指定地点，随后及时进行清理。

五、午餐管理，实抓细作。

1、午餐学生的确定。

全员发放告家长书，家长填写回执单。根据回执单，学校对有意向在校午餐的学生家长，通知时间召开家长会进行2次确认。最后由班主任统计登记各班名单，学校汇总名单并进行公示。

2、“膳食委员会的组成。

在家长会上选出家长代表6至10人；在教师会上选出教师代表4至6人；校务会代表若干名；根据选举结果，以上人员组成本学期“膳食委员会。由“膳食委员会研究确定一周食谱，制订饭菜价格。

## 营养午餐演讲稿三分钟篇四

虾仁250克、新鲜的百合1头、开心果仁50克、蛋清半个、葱蒜片适量、食用油2大勺、料酒2大勺、淀粉1小勺、盐1小勺。

1、在虾仁中加入一小勺淀粉、小半勺盐、小半个蛋清；

2、用手抓匀，要多抓一会儿，将虾仁腌制十分钟左右；

3、腌虾的时候我们可以包开心果仁；



- 4、新鲜的百合掰成瓣洗净，把百合在开水中焯一下，不用太久，一分钟足矣；
- 5、起锅做油，下入姜片和蒜片；
- 6、在油温不太高的时候滑入浆好的虾仁翻炒；
- 7、烹入一大勺料酒；
- 8、下入焯过水的'百合；
- 9、可以适量的淋入薄薄的水淀粉，调入半勺盐；
- 10、最后撒上包好皮的开心果就可以盛盘了。

## 营养午餐演讲稿三分钟篇五

- 一、心灵休憩的小站，身心愉悦的`港湾。
- 二、芊芊午时，慢慢品味。
- 三、健康美味致，芊芊共午时。
- 四、营养餐，芊芊赞芊芊午时，属于你的惬意用餐时间。
- 五、芊芊午时，家的味道。
- 六、经常常青藤，健康一定行。
- 七、每天午饭时刻，芊芊营养为你。
- 八、芊芊丽人行，午时餐中韵。
- 九、午间时光，芊芊相伴。

- 十、乐享慢生活，营养更健康。
- 十一、芊芊美味，午时相伴。
- 十二、芊芊午时，不为一时。
- 十三、午餐吃好，工作无恼。
- 十四、芊芊午时，健康营养每一天。
- 十五、芊芊午时，美味选择。
- 十六、天天吾食，芊芊午时。
- 十七、千美千味，午宴时光。
- 十八、格调一直高雅，品位自然不凡。
- 十九、爱上芊芊午时，恋上窈窕身姿。
- 二十、取材新鲜健康，营养好味道。
- 二十一、芊芊午时只为更好的自己芊芊好味道，中午少不了。
- 二十二、有芊芊午时，我精力充沛。
- 二十三、静下来，安享午后美好时光。
- 二十四、记住芊芊午时，记住天天午食。
- 二十五、轻松用餐，健康营养。
- 二十六、芊芊午时，天天好吃。
- 二十七、芊芊午时，食来运转。

- 二十八、芊芊滋味，悠悠所爱。
- 二十九、餐饮一方净土，健康十分放心。
- 三十、芊芊午时，让健康更有营养。
- 三十一、芊芊午时，靠谱午食。
- 三十二、芊芊午时健康又营养，午后共分享。
- 三十三、芊芊午时，好吃得没道理。
- 三十四、午饭吃得好，工作不加班。
- 三十五、芊芊风味，午时纵享。
- 三十六、白领万千，健康为先。
- 三十七、芊芊午时，分分秒秒的惬意享受。
- 三十八、芊芊午时，悠悠美味。
- 三十九、芊芊营养，白领梦想。
- 四十、美味在口，让时光停留。
- 四十一、餐饮生活，优先选择。
- 四十二、芊芊主张，营养健康。
- 四十三、美味营养，健康领航。
- 四十四、芊芊午时，健康享瘦。
- 四十五、芊芊午时，配搭超值。

四十六、芊芊午时，悠悠食尚。

四十七、品味芊芊午时，高雅健康生活。

四十八、芊芊美味，午时有味。

四十九、不重样的好滋味午时去芊芊，天天享午时。

五十、芊芊飘香，午时共享。

## 营养午餐演讲稿三分钟篇六

一、萝卜烧肉、青椒炒土豆丝、干丝汤。

二、红烧鱼、扬州小炒、鸡汤。

三、宫爆鸡丁、西红柿炒鸡蛋、榨菜肉丝汤。

四、胡萝卜烧羊肉、红椒炒绿豆芽、腐皮蛋汤。

五、糖醋带鱼、炒京香肉丝、萝卜豆腐汤。

六、红烧鸡块、香菇炒青菜、土豆丝蛋汤。

七、白果烧牛肉、爆炒萝卜丝、紫菜蛋汤。

八、菌菇炖鸡、雪菜炒黄豆芽。

九、香酥鸡翅、干炒小河虾、青菜豆腐汤。

十、粉丝烧鲢鱼、香葱炒藕、肉丸萝卜片汤。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

## 营养午餐演讲稿三分钟篇七

- 1、美味在口，让时光停留。
- 2、芊芊午时，让健康更有营养。
- 3、餐饮一方净土，健康十分放心。
- 4、芊芊午时，配搭超值。
- 5、午餐吃好，工作无恼。
- 6、记住芊芊午时，记住天天午食。
- 7、乐享慢生活，营养更健康。
- 8、芊芊午时，不为一时。
- 9、芊芊午时，健康营养每一天。
- 10、芊芊午时，悠悠食尚。
- 11、格调一直高雅，品位自然不凡。
- 12、餐饮生活，优先选择。
- 13、芊芊午时，美味选择。
- 14、芊芊午时，慢慢品味。

- 15、爱上芊芊午时，恋上窈窕身姿。
- 16、芊芊午时——营养健康新关键。
- 17、只为更好的自己——芊芊午时。
- 18、芊芊好味道，中午少不了。
- 19、天天吾食，芊芊午时。
- 20、芊芊午时，悠悠美味。
- 21、芊芊午时，靠谱午餐。
- 22、静下来，安享午后美好时光。
- 23、芊芊午时，家的味道。
- 24、芊芊美味，午时相伴。
- 25、取材新鲜健康，营养好味道。
- 26、芊芊主张，营养健康。
- 27、芊芊滋味，悠悠所爱。
- 28、芊芊午时，食来运转。
- 29、每天午饭时刻，芊芊营养为你。
- 30、芊芊美味，午时有味。
- 31、营养餐，芊芊赞——芊芊午时。
- 32、芊芊午时，属于你的惬意用餐时间。

- 33、有芊芊午时，我精力充沛。
- 34、健康美味致，芊芊共午时。
- 35、芊芊丽人行，午时餐中韵。
- 36、心灵休憩的'小站，身心愉悦的港湾。
- 37、午饭吃得好，工作不加班。
- 38、芊芊午时，健康享瘦。
- 39、芊芊飘香，午时共享。
- 40、品味芊芊午时，高雅健康生活。
- 41、芊芊风味，午时纵享。
- 42、经常常青藤，健康一定行。
- 43、芊芊午时——有营养的才是健康的。
- 44、健康又营养，午后共分享。
- 45、芊芊午时，天天好吃。
- 46、芊芊午时，分分秒秒的惬意享受。
- 47、芊芊营养，白领梦想。
- 48、不重样的好滋味——芊芊午时。
- 49、午时去芊芊，天天享午时。
- 50、轻松用餐，健康营养。

- 51、千美千味，午宴时光。
- 52、午间时光，芊芊相伴。
- 53、芊芊午时，好吃得没道理。
- 54、美味营养，健康领航。
- 55、白领万千，健康为先。

## 营养午餐演讲稿三分钟篇八

蒿川学区，现有1所完小，22个教学点，在小学生1030人，学校营养早餐工程于本学期全面实施，深受学生的厚爱，和家长的赞赏仍有200多人吃早餐。

随着银川市“两宜城市”和“运动休闲”城市建设步伐的加快，营养午餐进入校园，在“十一期间”，学校先后二次发放问卷调查表，征求学生家长的同意，有520名学生同意在学校吃午餐，有40名老师同意在校吃午餐，全校师生每天就餐人数达560人左右，占全校人数的62%，学校营养午餐配送工作试运行。

根据《中共银川市委专题会议纪要》和银川市教育局办公室《关于在全市中小学开展学生营养餐试点工作的通知》文件精神，我校积极和企业联系，指定具体的位置，使企业在暑假期间搭建营养早餐房于20xx年8月31日进入校园，正式向学生营业。

按照银川市委、市政府和兴庆区教育部门的要求，我校调整作息时间，于12月1日推行营养午餐进校园，保证学生有足够时间学习生活和玩耍，促进学生身心全面健康发展。

为了加强对就餐学生的管理，保证就餐工作健康有效和谐运



行：

2、建立领导班子成员包年级、包楼层制度，班子成员统一思想，统一行动，加强服务，加强沟通和协调的行动，发现问题提交领导小组，属于学校的问题及时整改，属于企业的问题，由学校责令供餐企业及时整改。

3、发放告家长一封信和家长调查问卷，每班就餐学生造册统计。

4、为了保证就餐环境优美整洁，井然有序，每班配备两名教师和学生一道就餐，明确各自的工作职责。

5、营养午餐运行时，总务主任每天监督饭菜质量，发现问题及时与供餐企业协商解决。

6、对有特殊疾病、过敏体质忌食的学生单独造册，注明忌食内容，告之企业。

7、为了让学生养成良好的用餐习惯，学校为每个班配备了小水桶、脸盆、毛巾、肥皂、暖水瓶等。

8、为了方便自带饭菜的教师用餐，学校购买了二台微波炉供教师使用。

为学校配送营养早餐午餐的企业是阳光那波里——湖城小厨，在供餐过程中存在以下几方面的问题：

1、早餐西餐品种多，中餐品种少。

2、学生交钱充值时没有出微机小票，家长有些不放心。

3、早餐、午餐都存在着收取现金现象。

4、教师和学生普遍反映米饭分量不够，且每天汤泡米饭现象，

菜的份量更少，缺少绿色新鲜蔬菜，凉菜味道单一，没有变化，面点全是蛋糕，过于单调，汤难喝，包装质量差，易破。

5、供餐企业分发的垃圾袋薄且太小，容易破损，造成垃圾外泄，影响学校的卫生环境。

6、供餐企业的工作人员在分发午餐的服务过程中，态度生硬。

7、供餐企业车辆进入校园的速度快，造成学校安全隐患。

8、供餐企业工作人员佩戴服装不够齐全，如：口罩、保洁手套等，确保食品卫生安全方面欠佳。

9、卫生许可证11月27日已到期，学校已督促更换。

五、营养早餐午餐运行中需要政府解决的问题：

1、老师普遍反映连续工作太累，过于疲惫，希望政府能考虑。

2、营养午餐的价格偏高，家长学生难以接受，希望政府调整做到物美价廉。

3、希望政府出台政策，解决低保学生就餐的困难，能够减免补贴。

4、蛋糕、水果的'包装过于浪费，取消给学生吃咸菜，这样利于学生健康发展。

1、做好全体教师和家长、学生的思想工作，使广大师生和家长清楚地认识到：家长每天要摸黑赶早为孩子做早餐和花色品种发愁费神，中午必须着急赶回家准备午餐，可供自己支配的时间较少，学生也很辛苦，每天起得很早，睡得晚，对身体的健康成长有一定的影响。

2、监督供餐企业所供午餐保证营养健康、卫生安全，新鲜热

乎。

3、保证就餐环境优美整洁，加强对就餐学生进行管理，促进就餐工作和谐发展。

希望营养早餐午餐进入的运行中能增强学生的凝聚力，能锻炼学生的适应能力，使学生不挑食，养成良好的卫生习惯。同时希望供餐企业转换角色去考虑，怎样才能保证稳定的就餐人数。建议：

1、早餐应多增加中餐品种，适当降低早餐价格。2、供餐企业应从饭菜的质量、品种、卫生上下功夫。

3、供餐企业要考虑学生正在生长发育时期，饭菜分开盛，保证饭菜质量和分量，增加绿色蔬菜。4、加强从业人员的管理和培训。

5、加强从业人员的考核，如：向教师学生发放问卷调查表，了解从业人员各方面的情况。

以上是我校营养早餐、午餐进入校园的试运行中成功的地方和存在的一些问题，希望上级部门和供餐企业调整思路，将成功经验推行下去，存在的问题进行整改，使我校的营养早餐、午餐运行步入健康和谐发展的轨道上。