

一切为了孩子

——平湖市营养学会推动“营养餐”向“食育校园”跨越工作纪实

■记者 戴绯绯 通讯员 王璧恒

核心提示：

在物质极大丰富的今天，学生吃得饱早已不是难题，吃得好、吃得营养健康，成为新的时代诉求。市科协下属营养学会自1992年3月14日成立以来，始终在时代浪潮中勇挑重担，从校园里的营养餐试点，到贯穿全链条的营养守护，营养学会就像一位贴心管家，把健康密码藏进了千家万户。

作为营养学会，面对从学校后厨到学生课桌，面对从挑食浪费、营养失衡、肥胖超重，到五谷不分、远离田地，从“种子”到“筷子”的全链条校园食育文化发展究竟如何进阶？

答案就是“知食”启智、食育铸魂。食育，并非仅关乎营养摄取，而是以食物为媒的全人教育，将健康理念、劳动精神、科学思维、文化传承与审美体验融于一菜一饭。它让“耕食”成为学生成长的沃土，让“养正”在五育融合中扎根结果。

“始终把保障人民健康放在优先发展的战略位置，用营养与食育引领全市义务教育学校和幼儿园的食育融合，助力学生德智体美劳全面发展，形成了具有平湖辨识度的食育普及工作特色。”市科协党组书记、主席金茜道出了营养学会30多年来的实践真谛——“营养餐”只是起点，“食育”才是开启五育融合的关键钥匙。

一封感谢信催生“全国先例”

在百花小学推出营养午餐之前，学生的午餐问题困扰着众多家庭。许多家长不得不在繁忙的工作日午间奔波送餐，或是让孩子自带饭菜，然而自带饭菜往往在课间就已凉透，难以保障孩子们吃上热乎、健康的午餐。1990年，百花小学供应营养午餐的举措解决了这一难题，也赢得了家长们的交口称赞。同年10月，平湖地毯厂30多名学生家长联名向学校送来一封情真意切的感谢信，字里行间满是对这一惠民举措的由衷感激——“孩子在学校吃上了热乎饭，我们再也不用中午赶着接送了！”

这封看似普通的感谢信，实则承载着平湖教育发展史上的一个重要里程碑——在全国县市级地区率先开展学生营养午餐试点工作。我市的营养午餐试点推广工作萌芽于上世纪90年代初，从百花小学起步，平湖秉持“试点一所、巩固一所、提高一所”的稳健方针，逐步在全市50%的中小学

校推广营养午餐，开创了全国县市级学生营养工作的先河。

1991年5月17日，在平湖宾馆召开的“平湖县学校营养午餐试点工作研讨会”上，《中国学校卫生》杂志副总编兼我国著名营养学家、中国学生营养促进会会长于若木教授委托专程到会，对平湖创新开展的学生营养宣传及午餐试点工作给予高度评价。同年12月，于若木会长亲赴平湖视察，对当地在学生营养宣传、午餐推广、科学研究等方面取得的成效给予充分肯定。

1992年3月14日，又一个载入平湖教育史册的日子——全国首个县市级“学生营养与健康促进会（于2022年更名为平湖市营养学会）”正式成立。这个由市人大、市政府、市政协及教育、卫生、妇联等多部门联合组成的专业组织，制定了《平湖市学生营养与健康促进会章程》，启动了平湖市

学生营养工作——“护苗工程”方案，构建起政府主导、部门协作、社会参与的学生营养工作新格局。

回望三十年发展历程，于若木等专家、领导的关怀指导犹如强劲的“东风”，为平湖学生营养工作注入了持久动力。在这股力量的推动下，平湖市取得了显著成效：通过举办多期专业培训班培养营养配餐人才，开展全市性营养知识竞赛与技能大赛，实现义务教育阶段学校专兼职营养配膳员100%全覆盖，并建立了“食品安全+营养”双监管体系。此外，市营养学会联合市教育局后勤管理中心和市疾控中心，定期对全市学校的一周营养食谱进行抽查并反馈排名结果，同时开展学生营养素养及用餐满意度调查并反馈问卷结果。这些创新举措，不仅让平湖的学生营养工作走在全国前列，更在实践中探索出一条可复制、可推广的县域学生营养改善之路。



三张金名片闪耀“食育”之光



在营养午餐的沃土上，市学生营养与健康促进会深耕细作，孕育出三张独具特色的教育“金名片”，让“食育”之花开遍校园内外。

第一张名片——食育教材本土化。2017年，一本带着平湖温度的《营养与食育》教材悄然诞生。这本由医学、营养

学、教育学专家联袂打造的“地方特色教材”，用18节生动课程勾勒出“从农田到餐桌”的知识图谱。翻开教材，“食物在体内的奇妙旅程”带领孩子们探索消化系统的奥秘，“珍惜盘中餐食知礼”传递着中华饮食文化的精髓。更令人称道的是，平湖将食育纳入学校考核体系，通过教材、课堂、评价“三位一体”的闭环设计，建议每学期4课时的食育教育落地生根。在幼儿园，改编版的食育课程更是化身成游戏、儿歌、绘本，让营养知识的种子在童心中萌芽。

第二张名片——说课大赛创新化。“同学们，今天我们来做个小侦探，找出包装食品里的健康密码！”2023

年，在平湖《营养与食育》教师说课“最佳奖”大赛现场，青年教师的创意教学设计赢得阵阵掌声。这项两年一度的教学盛事，已成为平湖教育界的品牌活动。从初赛的数百份教案海选，到决赛现场500多名师生家长的观摩互动，说课大赛不仅是教学技能的竞技场，更是食育理念的播种机。获奖教案汇编成



册，成为全市学校的教学宝典；脱颖而出的青年教师，则成长为食育教育的生力军。通过历届食育课“最佳奖”大赛，使平湖的“营养食育”教育走出学校，走进家庭、走向社会，产生了积极广泛的良好社会效应。

第三张名片——“食育田园”立体化。2021年金秋，首届“营养校园”与“食育田园”发展论坛在平湖举行，揭开了食育教育的新篇章。在航天幼儿园的实践基地里，孩子们正在“一米菜园”观察番茄的生长；在广陈中学的厨艺教室，学生们用自己种植的蔬菜制作营养沙拉。三年来，这个论坛已发展成为融合“德智体美劳”五育的综合性平台。

日本早稻田大学古贺一博教授实地考察后赞叹：“这里的食育实践既尊重儿童天性，又传承文化精髓，某些创新做法值得我们借鉴。”又正如嘉兴教育学院原义教处处长张建芳所言，平湖的食育教育不仅为五育并举提供了鲜活样本，更在“双减”背景下探索出素质教育的新路径。

从课本到田园，从课堂到生活，平湖用这三张“名片”诠释了食育教育的深层价值——它不仅关乎营养健康，更是培养完整人格的重要载体。在这片创新的沃土上，孩子们收获的不仅是健康体魄，还有对生命的敬畏、对劳动的尊重和对文化的传承。

一个新理念打开前进方向

“看到自己的想法变成了同学们餐桌上的美食，感觉特别有成就感！”市东湖小学学生赵弘文兴奋地说。近期，在学校开展的食育活动中，他和同学们受邀参与设计营养午餐食谱。当自己设计的菜单被采纳并端上全校餐桌时，这份参与带来的惊喜和自豪油然而生。如今漫步校园，“在田头耕作中知劳动艰辛，在收获品尝中增长营养知识”“瓜果蔬菜，生命基材，食物多样，营养均衡”“滴自己的汗，吃自己的饭，自己的事自己干”“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”“一粥一饭，当思来之不易；半丝半缕，恒念物力维艰”等格言诗句，镶嵌在学校的食育田园、种植天地、亭廊场馆、食堂餐厅等显眼位置，传递着一个集纳“知食源、懂食养、享食味、惜食粮、晓食礼、乐食践”的核心知识与育人新理念，达到了以文化

人、润物无声的教育效果，成为平湖“营养食育”文化的一道亮丽风景线。

食育文化，关系着千家万户，也是学校文化建设的一个重要方向。比如嘉兴大学附属第一小学（平湖崇文校区）基于学生营养、卫生、健康以及劳动教育等多方面考虑，着力构建“食育文化”体系，举办了丰富多彩的食育教育活动。硬件设施上建有“食育工坊”、健康小屋、崇小微农场、健康食堂等。一、二年级的学生“体验播种——



劳动启蒙”，三、四年级的学生则是“工坊操作——能力提升”，五、六年级的学生开始“全面帮厨——责任担当”。学校“食育工坊”的课程深受学生们喜爱，九阳公益组织赠送学校全套厨房设备，还助力学校“食育工坊”课程，系统性研磨出8套课程向全国推广。“食育”兼职教师团队用心制作教学视频，为全校每个班级上“食育”普惠课。学校在五、六年级启动了“全面帮厨”行动，合理组织学生到食堂学习、体验。对于这样的活动学生们非常乐意参加，当他们把帮厨活动的快乐分享给家长后，得到了家长的高度认可和支持，学校还借机开设了家长课程。从田园到餐桌的课程架构，以“基础+拓展”“课内+课外”“线上+线下”的路径进行探索和开发，帮助学生们养成健康生活的理念、科学饮食的习惯、厨房操作的能力。



“食物对于学生而言最为熟悉和亲近，是最恰当的教育工具，以食物为抓手的食育已然超越简单的营养知识传授。”市营养学会秘书长李赞告诉记者，如今食育与众多学科产生了紧密联系，并展现出强大的融合力。它与自然科学结合，揭示食物的成分与人体代谢的奥秘；与社会科学联动，探讨饮食文化的源流与地域特色；与艺术、语文交融，通过美食美学、饮食文学培养审美与表达能力；更深度融入劳动教育、健康教

育、品德教育之中，成为培养学生动手实践、健康管理、感恩珍惜等核心素养的重要载体。这种广泛的学科交叉与渗透，使得食育不再局限于一门孤立的课程或活动，而是逐渐演变成一种综合性的、浸润式的教育理念和方式。

食育之路，任重道远。由“营养餐”到“食育校园”实践历程的“食育链”目标，旨在养成人与食物链的知行合一进取理念，让孩子乐于在实践中认知营养，在动出汗水中珍惜食粮，在动手动脑中更好地健康成长和全面发展，这便是营养学会未来前进的方向。“接下来，我们将继续深耕营养科普，推动食育走进社区、学校和家庭，让科学的营养理念扎根本心。通过凝聚各界力量，以专业守护健康，用行动传递温度，共同书写本地食育发展的新篇章。”金茜这样表示。