

研发创意食谱,制定科学膳食计划,引入精细化、智慧化管理……北京市已有99所中小学和幼儿园通过营养健康食堂创建工作验收。近日,探访校园里的营养健康食堂,看它们如何凭“食”力出圈,烹出营养美味。

北京已有99所中小学和幼儿园创建营养健康食堂

通州区如意中心幼儿园随季配菜谱“会吃”更爱吃

时令食谱

“小朋友们大家好!今天的晚饭是红薯泥千丝卷、菠萝鸡丁、嫩炒茼蒿、丝瓜豆腐汤。”4月3日16时30分,通州区如意中心幼儿园各班飘出饭菜香气。

刘昕然是大二班的小值日生,负责和老师一起给大家分餐、报菜名。分好餐后,她在餐桌前站定,绘声绘色地讲解:“鸡肉、豆腐含有丰富的蛋白质,菠萝含有维生素A和维生素C,能让我们的身体变得更强壮;茼蒿和丝瓜提供膳食纤维,帮助我们肚子里的‘垃圾’清出去……”

这些荤素搭配均衡、色香味俱全的菜品摆在孩子们面前,让热闹的教室顿时安静了下来。听罢刘昕然的分享,小朋友们拿起餐具大口地吃起来。

“别着急,吃饭要细嚼慢咽……”幼儿园园长刘亚梅陪孩子们一起用餐。她一边耐心为孩子示范良好的用餐习惯,一边向大家科普食谱里的饮食文化,“食堂的叔

叔、阿姨给小朋友们特意做了清明节美食。像早餐的青团、午餐的莲藕排骨、晚餐的茼蒿,都适合在这个时节吃。”

这些特色菜品都出自幼儿园研发的五彩四季食谱。“幼儿园的保健医生来自各大医院的妇幼、眼科等科室。他们发挥专业所长,根据幼儿生长发育特点,将中华传统文化、现代营养学理念有机融合,创新推出了四季食谱3.0版本。”刘亚梅介绍,新升级的食谱从色彩营养学、时序养生、健康管理、食育教育4个维度,让幼儿随四季变化获取新鲜、丰富的食物。

“给孩子们吃的菜品,充分发挥出色彩对孩子的吸引力。”刘亚梅进一步解释,食谱以《中国居民膳食指南》“谷类为主、合理搭配”为指导,创新全谷物饮食,推出果蔬上色的面条、窝头、山药小米糕等面食,兼顾营养与口感,并更好地激发食欲。

为了让孩子爱吃、会吃,老师们

在食谱中引入食育理念。“研发的菜品融入了二十四节气。我们会告诉孩子,什么时节适合吃什么样的应季菜。”她举例,比如清明、谷雨等节气,万物复苏,食谱中会加入茼蒿、豆苗等春菜。“保证幼儿身体机能协调平衡的同时,我们还注重引导他们从小认识生命节律,树立健康意识、培养健康行为。”

食育理念还从餐桌延伸至日常教学。幼儿园里设置了各种有趣的健康互动区:在小厨房、小餐厅,孩子们可以扮演厨师长、服务员,为大家科普减油减盐的健康饮食理念;在膳食营养宝塔互动区,孩子们可以自己动手“配餐”,了解营养搭配知识;各班还有专属种植区,老师会带着孩子们根据时令种植果蔬,体会劳动和收获的乐趣。

“我们根据幼儿的兴趣点和发展点,开发了‘食育树’课程,注重以食立德、以食启智、以食强体、以食育美、以食促劳,培养能自主、善交往、乐探究的健康儿童。”刘亚梅说。

汇文中学朝阳垂杨柳分校专为小胖墩 提供小份菜

科学配餐

步入北京汇文中学朝阳垂杨柳分校食堂,迎面的屏幕上醒目地提示:建议偏瘦者食用套餐,建议肥胖者食用小份菜。

“食堂在提供面类、套餐、盖饭、小吃等品类的基础上,会根据肥胖、营养不良等特殊人群需求,提供专属推荐菜品,满足不同人的健康需求。”学校校长助理刘伟曾做过统计,每学期,食堂提供的餐食种类有120多种,还经常给孩子提供“改良版”的麻辣烫、羊肉泡馍等餐食,让学生在食堂里吃得饱、吃不腻。

其中,“小份菜窗口”是由之前的“运动健康窗口”升级而来,菜品的烹饪手段会更讲究,在确保风味的基础上做到低盐、低糖、低油。此前,学校

曾对长期食用“运动健康餐”的学生做过追踪调查,在家校双方的配合下,部分学生的体质健康状况确实得到了改善,这坚定了学校继续优化“小份菜窗口”方案的决心。

学校对学生饮食上的周到考虑还不止这些:4月3日12时,有学生在吃完红烧牛肉面后,又起身来到加餐窗口,盛了一小份肉片地三鲜盖饭,继续津津有味地吃了起来。“这个加餐窗口是免费的,一般会提供一个半荤菜加面食,确保饭量大的学生能吃饱。”刘伟说。

食堂内引人注目的还有一排排上墙的文件:食堂工作人员的健康资质、供货商资质、菜品中心温度记录表、紫外线消毒记录表……一切

公开透明,学生可以随时翻阅。厨房内,设备的操作流程、菜品的标准化加工制作流程同样上墙。“我们对每个细节的管理都力争实现标准化和规范化。”

精细化的管理在智慧食堂系统的助力下将迎来新的升级。刘伟透露,学校的智慧食堂系统正在审批,审批通过后将立即投入使用。新系统支持学生线上选餐订餐、线上支付,学生可按照个人喜好提前一周订餐。通过大数据分析,食堂可以更有针对性地备餐,减少浪费。此外,借助系统内部反馈系统,食堂工作人员可以直观地了解学生对菜品的满意度情况,调整不受欢迎的菜品。

北京十中晓月苑分校学生选好餐 屏幕显热量

智能管理

2024年9月,北京市第十中学晓月苑分校正式启用。作为营养健康食堂家族里的新成员,新食堂里处处透着新意。

提起食堂的新配备,餐厅经理温汝喜如数家珍:“所有的硬件设备、流程使用的都是最好的产品、最新的工艺。”他以餐具回收流程举例:大部分学校,学生在用完餐后,需要将厨余垃圾和餐具放进回收桶,再由工作人员进行统一回收和处理。而晓月苑分校的食堂设置了一条传送带,学生使用后的餐具直接从就餐区抵达洗碗间。“既提升了

学生的就餐效率,也更加安全卫生。”同时,新食堂对学生使用后的餐具进行二次消毒。“洗碗机高温消毒之后,学校还购置了专门的消毒柜进行再次消毒。”

就餐环节也很有新意。屏幕上,每个套餐的热量、蛋白质、脂肪、碳水化合物等营养成分,过敏原提示等清晰可见,学生选好套餐后,只需抬头刷脸,系统便可直接识别后结算。

根据要求,营养健康食堂不仅要求学校在学生膳食营养健康均衡、校园食品安全管理等方面发挥引领示范作用,还要在食育上下功

夫,引导学生养成健康良好的饮食习惯。学校在这方面也不断探索:食堂内的营养健康角,真假食材辨别、营养知识问答等活动不断上新,“食安小课堂”也经常开讲。

学校食堂营养师奚菁正忙着筹备下一期的营养宣传活动。“最近,为了满足减重的需求,食堂菜谱有所调整,但有的学生对减油减盐减糖的做法并不理解。”她说,学校打算以小课堂的形式,利用学生中午用餐的时段,开展相关的教育活动,帮助学生更好地认识营养搭配对健康和体重的影响。

北京市市场监管系统安全生产和消防安全工作调度会召开

本报讯 据北京市市场监管局消息,4月9日,北京市市场监管局以视频形式召开全市市场监管系统安全生产和消防安全工作调度会,部署群众身边不正之风和腐败问题安全生产专项整治工作,调度二季度安全生产和消防安全工作,并对大风极端天气应对工作进行专门部署。

会议传达市委、市政府近期召开的安全生产相关会议精神,相关处室结合职能部署本行业领域工作,并就近期突出安全风险和极端天气防范作出提示。

会议强调,要切实提高思想认识,始终站在讲政治的高度,不折不扣抓好群众身边不正之风和腐败问题安全生产专项整治工作,不懈怠、不侥幸、不走过场,牢牢守住首都市场监管领域安全底线。要认清严峻形势,结合区域实际强化风险研判,采取有效措施防范化解电梯、叉车、气瓶、大型游乐设施、电动自行车等重点领域风险隐患,持续压实广告、质检技术服务领域企业安全生产主体责任。要聚焦关键环节,持续开展安全生产治本攻坚三年行动,全力做好建筑保温材料质量安全专项整治,强化重大事故隐患排查治理,全力遏制事故发生。要落实市局主要领导要求,切实做好大风极端天气下特种设备安全防护工作,加强宣传督促和抽查检查,确保各项安全管控措施落实到位。

驻市局纪检监察组、各相关处室、市特检院、市质检院、各区市场监管部门相关负责同志参加会议。

(上接01版)

海关总署进出口食品安全局局长李劲松说,海关总署将会同相关部门,完善进口食品贮存环节安全责任和标准,强化监督管理;配合商务部门建立跨境电商零售进口食品“负面清单”,强化对跨境电商零售进口食品的风险防控,进一步完善跨境电商零售进口食品监管制度。

全链条各环节监管有机衔接

《意见》在完善食用农产品协同监管方面提出明确要求,提出了加强食用农产品产地准出与市场准入衔接。

农业农村部农产品质量安全监管司副司长方晓华说,将试行产地准出分类监管制度。例如,对部分抽检合格率偏低的品种,根据生产方式、质量控制能力划分质量安全风险等级;对生产方式存在较高质量安全风险的,加强过程管控,采收出塘前严格把关,每一批都要速测,提高监管的精准性。加强与市场监管部门协同联动,在入市环节实行差异化准入。

同时,大力推动实施承诺达标合格证制度,推动食用农产品批发市场严格查验把关,有证的快速入市,无证的进行检测,合格才能进入市场销售。针对抽检合格率偏低品种的种植养殖特点、药物残留风险隐患等制定“一品一策”攻坚治理方案。

食品安全标准是强制性标准,是食品生产经营的基本遵循、也是监督执法的重要依据。

国家卫生健康委食品安全标准与监测评估司副司长田建新说,从食品的种植养殖、到生产加工、运输销售、再到餐饮消费,各个环节都有标准可依。这些标准涵盖日常消费的340余种食品类别,通过对原料污染物管控、加工过程风险控制、产品合规检验,以及对特殊人群重点保障,可实现对全人群、全品类、全环节的风险管控,为全链条监管提供依据和支撑。