

# 常州市金坛区教育局

## 金坛区教育系统学生营养食谱编制工作方案

各中小学、幼儿园：

根据《关于深入开展 2026 年“校园餐”集中整治巩固工作实施方案》要求，为全面提升全区中小学、幼儿园膳食营养水平，现决定面向全区学校征集、评比、遴选分学段营养食谱。特制定本方案。

### 一、工作目标

贯彻落实“健康第一”教育理念，充分发挥学校营养师、校医、膳食家长委员会作用，通过学校报送、专家评审、家长评议、公开评比等程序，建立覆盖四季、学段差异、营养均衡的学生食谱，保障“校园餐”安全、营养、可口、成本合理，满足不同年龄学生成长需求；建立动态调整机制，持续提升学校营养供餐水平，不断提高学校食谱科学性与学生、家长认可度。

### 二、编制原则

(一) 营养均衡。顺应节气搭配应季蔬果，谷薯、荤素、深

浅蔬菜、蛋豆奶搭配，低盐低糖少油，严控高油高糖、油炸和辛辣刺激膳食供给。

（二）安全易做。食材易得、无高风险食材（刺多鱼、生食、野生菌、四季豆生食等），加工工具无太高要求。

（三）适口性强。符合不同年龄层次学生口味需求，体现学校特色，倡导报送招牌菜、特色餐、节气餐等。

### 三、报送要求

#### （一）食谱要求

全区幼儿园、中小学，以校（园）为单位分别报送四季4周带量食谱，即每季以一周（周一至周五）食谱为单位，报送4周食谱，应当包含餐别、菜品名称、烹饪方式、适用学段、过敏原提示、适用季节等基本内容，参照附件1《金坛区中小学（幼儿园）营养带量食谱推荐表》。

#### （二）材料报送

各单位将春夏两季（两周）推荐表纸质稿于5月18日前报送至规财科危敏，电子稿（以单位名称命名）同步发送至邮箱（jtgjyj@126.com），秋冬两季上报时间另行通知。

### 四、选录流程

（一）学校推荐。各单位组织食堂负责人、营养师、膳食家长委员会共同评议、筛选，推荐本校食谱经校长审签后上报教育局。

（二）初审筛选。区教育局对报送食谱进行初审，形成建议

食谱菜单。

（三）征集意见。对初步筛选的菜单进行公开评议投票，对票决情况进行汇总，对得票较多的学校食谱进行公开通报表扬。

（四）评审确定。组织营养专家、学校、学生和家長代表进行评议，对评议意见进行汇总，其中营养专家意见占比 40%，学校意见占比 30%，学生家長意见占比 30%，根据汇总情况确定食谱菜单，最终入选食谱印发全区，供学校统一选择使用。

## 五、工作要求

（一）强化工作组织。各单位要切实提高认识，将食谱选录作为保障学生健康成长的重要抓手，成立工作专班，明确责任分工，认真研究推进，杜绝简单汇总和形式主义，确保工作有序。

（二）广泛听取意见。坚持民主公开，广泛征求营养师、师生、家長及食堂工作人员建议，兼顾营养与实操性，尊重合理意见，主动接受监督，形成家校协同的良好氛围。

（三）认真组织实施。对照营养指南，结合学校日常供餐情况，按照编制原则、食谱要求和选录流程认真推进编制工作，工作中注重正面引导，确保食谱科学营养、安全适用，又不增加相关人员工作负担。

附件：1.《金坛区中小学（幼儿园）营养带量食谱推荐表》

附件 1

## 金坛区中小学（幼儿园）营养带量食谱推荐表（周）

单位名称：

学段（勾选）	<input type="checkbox"/> 幼儿园 <input type="checkbox"/> 小学 <input type="checkbox"/> 初中 <input type="checkbox"/> 高中					_____ 季节
餐次/日期	周一	周二	周三	周四	周五	备注（食材说明/营养提示等）
午餐 （带量）	幼儿园（一大荤、一素菜、一汤、一米饭） 中小学（一大荤、两小荤、一素菜、一汤、一米饭） 小学例：清蒸鲈鱼（鲈鱼 100g）；青椒炒鸡丁（青椒 100g、鸡胸肉 50g）；西葫芦炒鸡蛋（西葫芦 100g、鸡蛋 50g）；清炒菠菜（150g）；冬瓜海带汤（冬瓜 80g、海带 20g）；一米饭（大米 100g）					
膳食管理 家长委员会 意见	家长签名：					
学校 意见	学校（盖章）		校长（签名）		时间：	