



我考,我行

2014考试季特别报道

学校食堂增设专门窗口,调整高考菜谱

两荤一素,还有免费水果

本报记者 汪洸 贾凌焜 见习记者 康宇

高考临近,学校食堂的饮食安全、饭菜口味等成为关注的热点。28日,济宁城区的多所高中已开始调整饭菜口味,并尝试推出高考食谱,让学生们品尝后提提建议。有的学校还推出人性化服务,贫困学生高考期间可以在学校食堂免费就餐;如果身体不适,工作人员还送饭上门。



学生们在“高考窗口”排队买饭。本报见习记者 康宇 摄

相关链接

平时吃啥仍吃啥 家长别尝试新菜

学校食堂在改善伙食,家长们也绞尽脑汁地给孩子增加营养。

“这几天,到医院门诊咨询的家长明显增多。”济宁医学院附属医院营养科主任孙鹏建议,家长不要盲目尝试新菜,平时咋吃还是咋吃。本来高考学生的心理压力就大,如果临时尝试新菜,可能会引起胃肠功能紊乱,免疫力下降。

孙鹏建议,考生可以多吃一些容易消化的食物,比如鱼类、虾类、牛奶、豆浆等,否则如果吃一些过于油腻的食物,反而会造成肚子饱胀不吸收,影响正常学习。

不管吃什么食物,最重要的是保证卫生。家长尽量不要给孩子购买或做凉拌菜,因为胃肠脆弱时,吃这些东西容易出现腹泻情况,更严重的直接影响高考,这样得不偿失了。也不要吃刺激性的食物,比如麻辣鱼等,这会严重增加胃肠负担,降低抵抗力。

另外,考生每天可以适当加餐,晚上喝杯牛奶,提高睡眠质量,也可以吃些时令水果,让头脑保持清晰。“最重要的是,高考前夕或高考期间,家长不要盲目尝试做新菜品,还是吃家常便饭即可。”孙鹏说。

延伸阅读

严查考点食堂 食品原料质量

高考临近,济宁市食品药品监督管理局将在全市开展校园及周边食品安全专项整治行动。

高考考点餐饮服务食品安全备受学生和家长的关注。高考前夕,济宁市食品药品监督管理局对学校食堂是否开展食品安全自查工作,执法人员将对济宁的各个学校进行现场检查,包括是否建立健全食品安全责任制,是否具备餐饮服务许可资质,是否严格落实食品安全管理制度、学校周边食品经营户安全情况等进行全面细致的检查。

据了解,本次检查将目标主要锁定在核查学校食堂及周边餐饮服务单位采购食品及原料、食品添加剂及食品相关产品是否验收,是否建立进货台账,库存食品是否在保质期内,重点检查食品及原料、食品添加剂及食品相关产品是否存在国家禁止使用或来源不明的情况,严查食用油、散装食品的进货渠道和索证索票情况。

济宁市食品药品监督管理局相关负责人表示,在考试期间,也将加大巡查力度,必要时派员进驻餐饮单位进行全程监督,并加强与教育部门的沟通,及时向教育行政部门通报有关餐饮单位的卫生监督检查情况。

此外,还制定了中高考期间的餐饮服务食品安全事件应急预案,增强应急处置能力。

食堂高考窗口提供营养套餐

28日上午11点半,刚下课的学生们陆续走进济宁一中食堂。在食堂最旁边的一扇窗口前,贴着四个大字“高考窗口”。刚刚和学生们一起打完饭菜的高三年级班主任张岩告诉记者,这个窗口是学校专门为高考学生开设的。

虽然这里的饭菜和别的窗口内差别并不很大,可这个窗口的饭菜都是由

营养师进行合理搭配的,“两荤一素,还有免费赠送的水果。”高三学生小龚端着饭菜说,算上一碗粥,还不到10块钱。

济宁一中总务处副主任殷善文称,为了迎接高考,学校制订了安全卫生、营养丰富的营养套餐,还为高考学生准备了鱼、虾等海鲜,而且全部是活的。

除了调整饭菜结构,有的学校还设法帮学生降暑,除了免费提供绿豆汤,育才中学还推出水果沙拉、薯条等新菜。学校伙管处主任孙彦忠介绍,现在每天约有1000余人在餐厅就餐,高考期间将有近200人在此用餐,餐厅每天至少提供16种菜品,还有水饺、馄饨等特色小吃,以及贴心的小炒。

征集学生意见 随时调整菜谱

李建国所属的餐饮公司有3名专职营养师,现在他们抽调其中一名住在学校食堂,每天根据情况制定专门的高考食谱,“而且考生有什么想吃的,也可以在留言板上写明,我们也会根据营养搭配来尽量满足学生。”

根据学生的口味,随时进行适当的调整,这是今年不少学校食堂推出的灵活服务方式。在育才中学的食堂里,学生一边点餐,一边还能从工作人员那里领取免费的新菜品进行品尝。食堂的承包负责人王晨称,品尝后会收集学生意见,然后适当的按口味、价格推出不同档次的套餐,以满足不同经济条件学生的需求。

济宁一中的食堂也派专人收集学生意见,学生想吃什么菜可以向食堂反映,在条件允许的情况下,会尽量满足学生需求。在餐点的搭配上,除了照顾到学生的喜好,工作人员还会提醒学生注意营养搭配,比如学生喜欢吃肉菜油腻的食物,会主动提醒“搭配一些清淡蔬菜会更好一点”。

贫困学生高考期间免费就餐

除了调整菜谱,部分学校还推出一些人性化服务。

28日下午,负责承包济宁市实验中学食堂的餐饮公司经理李建国,正忙着和学校膳食监管科的负责人一起检查每袋蔬菜,并全部进行记录。

高考期间,除了考生就餐之外,今年监考老师

也会在学校食堂就餐,所以李建国对蔬菜、肉、蛋都不敢有丝毫懈怠。“高考期间,我们将调整所有饭菜的价格,以成本价供应考生。”

在济宁市实验中学考试的考生中,有少部分学生住校,所以这部分考生的饮食显得极为重要。李建国告诉记者,为了减少

贫困学生的经济负担,高考期间食堂免费给这些学生提供饭菜。

为预防身体突发不适症状,李建国称,在考试期间,食堂值班经理的联系方式也会对外公布。如果有考生身体不适无法来食堂就餐,可以随时致电食堂,工作人员会免费送饭到宿舍。

高考忙人

济宁市实验中学高三年级一级部主任周传福——

帮学生减压,一天工作14小时

早晨5点半起床,夜里11点半才吃上晚饭,进入到高考倒计时后,济宁市实验中学高三年级一级部主任周传福,几乎天天都是这么度过的。

“别管有没有事,学生们看见‘老班’在这儿,心里就有底。”周传福说。

“眼下除了上课,学生的心理压力是我最关心的。”周传福说,现在只要是自习或者下午晚饭的时间,他都会在教室里呆着,为的就是学生们有什么疑惑可以随时向他倾诉。周传福告诉记者,现在学生们大部分时间在学校,老师就是他们最大的依靠。

语文试题中的作文是大头,周传福时常晚自习批改作文。他说:“晚上10点下课,我挨个宿舍看一遍学生的情况,11点半回到家,有时大脑还在重复试卷中的内容,整夜睡不着。”



周传福在改作文。本报记者 汪洸 摄

周传福对老师这个职业的评价是“活不养人”,可这又是个“良心活”。“我当了25年老师,常跟学生说的就是‘三年高中你们怎么骂我都行,可毕业后只要还会想起老周,就值了。’”

酒店出售 黄金地段



邹城市中心区
地理位置优越
餐饮酒店设施齐全
建筑面积10658平米

联系人: 刘经理 曹经理 18366733078
地址: 邹城市太平西路1305号