

# 潍坊早餐哥王潍青： 连续400多天微博晒早餐

本报记者 丛书莹 杨万卿

“9月1日是我国第二个民间早餐日，今年早餐日的口号是：不吃早餐，后患无穷；吃好早餐，一生健康！大家一定要吃早餐。”29岁的潍坊小伙王潍青，坚持天天自己做早餐，并通过个人微博连续400多天每天晒出早餐照片，唤起人们对早餐的重视，被称为“潍坊早餐哥”。

王潍青说，他是早餐的受益者，他前些年也不认真吃早餐，身体出现了一些疾病。自从吃了早餐，他从180斤减肥到140斤，身体也比之前好了。自从感受到早餐的好处，看到身边不吃早餐的朋友都患有胃病。2012年7月10号，他决定在微博上每天发出自己所吃的早餐，来呼吁市民一起注重早餐。

王潍青说，很多人抱怨早上做早餐没时间，而且嫌麻烦。但是他通过自己实践，发现做早餐并不麻烦。一般不到20分钟就能做好，他每天6点半起床做早餐，边做早餐边洗漱，两不误。“一些需要炖煮的肉食，头一天做好，清晨只是加些蔬菜加热就行。另外大家还可以一次多煮一些玉米、地瓜、芋头等，早餐时拿出来加热一下也很方便。”

记者在王潍青的微博上看到，他的早餐各式各样，几乎每天都有变化。青菜、豆制品、牛奶、豆浆、燕麦粥、水果……王潍青说，一些人早餐除了油条、包子、肉饼等就无餐可食，但是只要肯用心，早餐也可以很丰富。

王潍青说，他每天做好早餐就要

上传图片，有时出差不在家，也会在外面买了早餐，上传图片。他也没想到自己能坚持这么久，每天做早餐并上传图片，已成为自己生活的一部分。

他表示，最让他开心的是，很多朋友受他影响，原来不吃早餐的开始吃早餐了，还有很多人开始自己尝试做一些简单的早餐了。改变的人们越来越多，更加坚信了他每天晒早餐的信念。有很多人在7点半准时关注他的微博，并且和他微博互动。

“身体是本钱，早餐很重要。不吃早餐会引起胆结石、肥胖、低血糖、胃病等，大家早起十分钟，便可为健康储存本钱。”王潍青说，他会一直坚持下去，让更多的人重视早餐。



## 早餐日小调查： 吃早餐的学生最多占四成

有句老话讲，早餐要吃得像皇帝，午餐要吃得像平民，晚餐要吃得像乞丐。三餐之中，早餐显得尤为重要。9月1日记者采访了潍坊部分市民发现，学生一族吃早餐的人群只占四成，上班族吃早餐较规律，除了在家住的人群，外出吃早餐的市民通常表示，早餐品种太单一，根本吃不香。

1日，记者采访了刚刚回校的部分学生发现，有吃早餐习惯的学生只能勉强占到4成，其中很大一部分都是吃得“早午餐”，即早餐和午餐一起吃。潍坊学院大四学生王琰提到，自己大学四年，吃早餐的次数用十个手指就能数过来。“每天十点前根本起不来，有时候能睡到下午，怎么会有时间吃早餐？”另外，他提到，自己的舍友和自己差不了多少，他所在的宿舍不吃早餐的几率是百分之百。随后，记者采访了一位潍坊本地的大学生，小琦的家和学校也就只有两站路

的距离，有时候在家住，有时候在学校宿舍住，她提到，自己周围的吃早餐的同学能占到四成，包括早餐和午餐一起吃的，时间大约在上午10点到11点。“最多花十块钱吧。”小琦告诉记者。

另外，随着生活节奏的加快，越来越多的人选择在外面吃早餐，由此催生出庞大的早餐市场。记者采访了一些规律出门买早餐的“上班族”发现，这类人群买早餐的消费每天在3到5元左右，但就算有早餐摊位和早餐车，喜欢吃的早餐品种还是太单一。潍城区市民小范表示，自己虽然在家住，但除了偶尔在家下面条或者煮粥，90%的时间都出门买了早餐在路上吃。“目前我已经吃豆角火烧喝小米粥两个月了，一次也没变过。”小范说，豆角火烧一个1.5元，小米粥一份也是1.5元，每天早晨他只花3块钱，在公交车上就可以把早餐解决了。

“上班族睡得晚，起得早，早上时间非常紧，不饿肚子上班就行，也顾不上营养不营养的。”家住奎文区的孙先生说，早上吃饭只能“敷衍了事”。“早餐我一直不太讲究，大不了等中午再饱餐一顿！”

坊子区一家烤肉店老板刘先生，几年前自己曾开过一间早餐店，经营包子、粘粥和卷饼等早餐。“本来想推出一些特色早餐，陆陆续续试了试，起初生意还算凑合，可经营才两个月后就因生意惨淡关门了。”刘先生无奈地说。而已经做早餐生意六年的李师傅表示，卖早餐是小本生意，做出花来并不适合。“一个包子也就几毛钱，除去原料、房租、人工等成本，利润太有限了。”李师傅说，早餐店即使达到一定规模，利润与做正餐也差的太多了，具备一定经济实力的餐饮经营者几乎不会做早餐。

本报记者 杨万卿 丛书莹



王潍青在微博上晒的营养餐照片。

# 民办学校学费划定最高标准

### 小学生4000元/学期，初中5000元/学期，高中5500元/学期

本报记者 秦国玲

近日，潍坊市物价局、潍坊市教育局联合下发了《关于进一步规范民办教育收费管理的通知》。《通知》中首次划定潍坊市民办学校学历教育收费最高标准：小学4000元/学期；初中5000元/学期；高中5500元/学期。义务教育阶段学校学费由各县市区物价部门会同教育部门确定，原则上不超过市级物价部门制定的最高收费标准。该《通知》自2013年8月21日起执行。

## 民办学校申请收费 必须具备一定条件

记者了解到，民办学校必须具备设立审批机关颁发的办学许可证、民政部门颁发的民办非企业证书或工商部门颁发的企业法人证书后方可申请收费事项。

民办教育收费分为学历教育收费和非学历教育收费。学历教育是指，凡经省政府或省级以上教育行政主管部门批准举办大专(含大专)以上高等学历教育的民办学校收费，由省物价部门管理；凡经市政府或市级教育行政主管部门批准举办的中等学历教育民办学校(含中等专业学校)收费由市级物价

部门会同市级教育部门管理；经县级政府或县级教育行政部门批准举办的义务教育阶段民办学校收费，在市级物价、教育部门制定的最高标准内，由县级物价部门会同县级教育部门确定具体标准。同时包含多个学段的学校，其收费管理权限按照最高学段确定管理部门。

非学历教育是指，举办短期培训班或学制一年以上的全日制非学历教育(包括培训班、进修班、助考班、学前教育等)，及以实施职业技能培训为主的民办学校和培训机构的收费，由当地物价部门管理。民办非学历教育学校对接受教育者收取费用的项目、标准由学校合理确定，并按管理权限报相应的价格主管部门备案。

## 民办义务教育学费 不超过最高收费标准

根据2004年物价部门的规定，民办学校收取费用的项目和标准由学校制定，经教育主管部门审核后，报物价部门批准。2011年开始，潍坊外国语学校、奎文德信现代学校、潍坊中新双语学校等民办中小学纷纷上调了学费。2012年，经物价部门审核后，奎文实验初中、文华国际学校、高校双语学校、德润国际双语学校等热点学校也于新学期上调学费，每学期涨幅在500元到1500元不等。而此次通知中，首次对学历教育收费最高标准进行了限定，其中，民办义务教育阶段学费原则上不超过市级部门制定的最高收费标准。

《通知》明确指出，潍坊民办学校学历教育收费最高标准为：小学4000元/生每学期；初中5000元/生每学期；高中5500元/生每学期。民办学历教育学校对接受教育者收取的学费按学生均培养成本确定。义务教育阶段学校学费由各县市区物价部门会同教育部门确定，原则上不超过市级

物价部门制定的最高收费标准。

义务教育阶段民办学校在对学生免除杂费政策根据省教育厅规定，在批准的收费标准基础上，城市初中每生每年免除370元，城市小学1至2年级每生每年免除200元，3至6年级每生每年免除260元；农村初中每生每年免除300元，农村小学每生每年免除210元。

住宿费按相应管理权限依据《关于加强中小学校宿舍收费管理的通知》的相关收费规定进行管理，即普通学生宿舍住宿费执行农村每生每学期50元(高中阶段)，城市每生每学期70元。新建或改建的实行公寓化管理的学生宿舍楼，收费标准根据《潍坊市学生公寓楼房间类别及收费标准》逐校考察审核。学校必须保证普通宿舍不少于50%，供学生自愿选择，并保证经济困难学生能够入住普通宿舍。学校安排入住学生公寓，必须坚持学生自愿的原则，非自愿入住的学生，一律按照普通宿舍标准收费。

民办学校为学生在校期间提供方便而代收代管的费用以及提供服务所收取的费用，应

遵循“学生自愿，据实收取，及时结算，定期公布”的原则，不得与学费、住宿费一并统一收取。

## 收费政策调整或变动时 要及时进行公示

《通知》还要求，民办教育学校要在招生简章中注明收费项目和收费标准，并在校内的醒目位置通过公示栏、公示牌、公示墙等方式，将收费项目、收费标准、收费依据和投诉电话等内容进行公示，主动接受社会、学生和家长的监督。收费政策调整或变动时，要及时更新公示的内容，确保公示内容及时、合法、有效。

各类民办中小学校必须到达“四独立一分离”的要求，即具有独立的法人资格、具有与公办学校相分离的校园和基本教育教学设施，实行独立的财务会计制度，独立招生，独立颁发毕业证书。公办学校不得通过“校中校”、“校中班”、“一校两制”或其他任何方式变相向学生收取改制学校的费用标准，严禁以学校改制为名强行进行收费。