



2025年12月9日 星期二 责编:王妙妙 徐徐 美编:徐哨 审读:邱立波

# 舌尖上的校园



慈溪市慈吉实验学校511班

晨光中一碗热气蒸腾的粥,正午时一盘色香味俱全的炒菜,午后一块甜入心扉的糕点,或许还有某个窗口阿姨熟悉的笑容与“多加一勺”的关照……这些看似寻常的片段,构成了校园生活中最具烟火气的底色,也串联起我们味蕾上最真实的青春。

指导老师 马添

## 红烧鸡翅根

周冉娟(证号 2525872)

“丁零零”,下课的铃声如欢快的鸟鸣,瞬间打破了校园的宁静。同学们高兴地从座位上站起来,排好队,从教室鱼贯而出,向食堂出发。一路上,微风拂面,带来阵阵花草的清香,令人心旷神怡。

走进食堂,饭菜的香味直往我鼻孔里钻,这弥漫的香气中,有大米饭的米香、青菜的清香,还有我最爱的红烧鸡翅根那浓郁的酱香,叫人不禁流口水。我拿起盛好饭菜的餐盘,只见红烧鸡翅根被浓浓的酱汁包裹着,在点点葱花的映衬下,泛着诱人的光泽。

我赶忙找到位置坐下,拿起勺子舀起一个鸡翅根送到嘴里,先嘬一口汤汁,再咬下一口肉,汤汁浓郁,肉质鲜嫩,瞬间触发我的味觉开关,让我食欲大增。我拿起勺子,把汤汁浇到白米饭上面。

突然,我旁边传来憋笑的声音,扭头一看,只见小俞同学满嘴酱汁,嘴巴鼓得圆圆的,像一只可爱的小花猫。我连忙捂住嘴,不好意思跟着别人偷笑,这大概也是我此时的模样吧!

## 东坡肉

●要说到我最喜欢的校园美食,那一定是东坡肉了。

走进食堂,一股香甜的味道勾走了我的魂,是东坡肉,我欣喜不已!我赶紧打好饭菜,盘子里的东坡肉颤巍巍的,肥肉摇摇欲坠,好似要掉下去了。其中的瘦肉红彤彤的,泛着油光,看着就让人流口水。

我一口咬下去,瘦肉有嚼劲,肥肉一口爆汁,一点也不腻。我把汤汁倒在米饭上,香喷喷的,于是又吃了一碗饭。

现在,每当学校食堂里有东坡肉,我必定能吃上两碗饭!

张少泽(证号 2525869)

●“丁零零”,伴随着下课铃声响起,我们一群饥肠辘辘的“小吃货”直接奔向食堂。

在排队领取餐盘时,我发现今天的菜肴中有东坡肉,肚子便开始“咕咕”作响。拿到餐盘,我迫不及待地凑近去闻那东坡肉的香味,一股混合着酱香和肉香的复合气味直冲鼻腔,瞬间唤醒了我的所有味蕾。我急不可耐地用勺子舀起一小块肥瘦相间的东坡肉送入口中,那层丰腴的肥肉,根本无需咀嚼,便如雪花般在舌尖融化开来。紧接着,酥烂入味的瘦肉丝丝分明,与肥肉的润滑完美结合,且毫无油腻之感。那美味在嘴里弥漫开来,让人不禁赞叹:“太好吃了!”

校园的食堂已经成了我生活中一个温暖的符号。它让我明白,美味的食物,不仅能满足我们的胃,更能滋润我们的心。

宣雨彤(证号 2526232)

## 香酥翅根

李秉航(证号 2512936)

在学校,我最喜欢吃的就是香酥翅根了。它酥脆鲜嫩,十分好吃。

香酥翅根不仅味道好,品相也好。它的外表有一层“黄金战甲”,里面就是嫩嫩的乳白色的鸡肉,外酥里嫩,真是令人垂涎三尺!

当香酥翅根摆在我面前时,我心里顿时乐开了花,迫不及待地要把它吃了。我拿起一块翅根,狼吞虎咽地吃进嘴里,吃完了,手指上还残留着油渍,滑滑的,我称它为“油渍根”。这又脆又香的味道真的太棒了。

我是个挑食大王,很多美食都不喜欢吃,但唯独对学校的香酥翅根情有独钟。

## 红烧肉

◆食堂里的红烧肉,光是颜值就足够让人食欲大增。每块肉肥瘦相间,色彩红亮,像裹了一层蜂蜜。汤汁在肉里扩散。

拿到餐盘,一股浓郁的肉香扑鼻而来,还夹杂着淡淡的酱香,没有腥肉味。满满的肉香味,弥漫在整个食堂,我的口水都流下来了。

用勺子舀起一块,肥肉油而不腻,充满了弹性,入口即化。瘦肉软而不柴,轻轻一咬便化开了。肉香与酱香好像在我嘴里打架。咸甜适中的汤汁配上热气腾腾的米饭,每一口都是享受,这就是校园饭菜里最动人的鲜香滋味。

饭粒裹着酱汁,肉块消融在舌尖,这碗红烧肉,藏着食堂师傅的用心,也装载着学子们的青春味蕾,成为校园里温暖的符号。

徐奕帆(证号 2525866)

◆你想知道我最喜爱的学校食物是什么吗?让我告诉你吧,那就是——红烧肉。

一走进食堂,一股香味扑鼻而来,只见窗口铁盘上摆着一盘盘红烧肉,它们被食堂厨师切成一块块长方体。看着肥瘦相间的红烧肉,我用跑步冲刺的速度,一下子排到了第一个。拿好菜,我迫不及待地坐到座位上,红烧肉被一层油包裹着,一口咬下去,香甜可口,直击我的味蕾。最绝的要属红烧肉的汤汁了,浇在饭上,那味道太绝了。

学校食堂的红烧肉真是太美味了。

茹翌迅(证号 2525861)

## 学校的美食

陈乐萱(证号 2515854)

走进食堂,空气中弥漫着美食的香气。一排排桌椅整齐地摆放着,桌上放着洗净的餐具,整个食堂干净明亮,让我们感受到家的温暖。

学校的美食种类繁多,可以满足学生们的不同口味。瞧!那金黄色的炸鸡腿,闪烁着诱人的光泽,一口咬下,浓郁的肉汁在舌尖弥漫;东坡肉炖得油亮油亮的,肉香直往鼻子里钻;红彤彤的番茄搭配着金黄色的鸡蛋,色泽鲜艳得让人食欲大开;还有那清爽可口的凉拌黄瓜……这些美食看得我们眼花缭乱,不知从何下手。

美食里蕴含着老师和食堂工作人员的关爱,让我们在繁忙的学习中感受到了生活的甜蜜。

## 番茄炒蛋

●“丁零零——”下课铃刚响,我们就欢快的小鸟奔向食堂。

食堂里的菜可真丰富呀,有炒青菜、红烧肉,还有我最喜欢的番茄炒蛋。我端着餐盘坐到位置上,红亮的番茄裹着金黄的蛋块,色泽鲜亮得让人垂涎,还有浓浓的汤汁。夹一块放进嘴里,鸡蛋的嫩滑混着番茄的酸甜,汁水在舌尖爆开,甜中带酸,味道好极了!我盛一勺番茄炒蛋浇在热腾腾的白米饭上,汤汁渗进米饭里,一口吃下去,别提多美味了。

我身边的同学都光盘了,都在夸赞番茄炒蛋好吃,色香味俱全,每一口都是满满的幸福感。

董欣怡(证号 2525862)

●要说学校食堂里最让我惦念的味道,当然要数那盘番茄炒蛋。

它是餐盘里的“小太阳”。艳红的番茄裹着嫩黄的鸡蛋,红得透亮、黄得松软,往餐盘里一盛,像把春日的花和夏日的光都揉进了进来。每次远远瞧见这抹“红黄”,我的口水都要悄悄漫上来。

每周三的晚餐,就是“番茄炒蛋限定时刻”。刚踏进食堂门,那酸甜又裹着蛋香的气息直往我的鼻子里钻,就连空气都变得暖呼呼的。我兴致勃勃地端起餐盘,快速坐到位置上,先咬一口番茄——软绵的果肉裹着亮晶晶的汤汁,“滋滋”地在嘴里散开;鸡蛋更妙,软乎乎的却带着点Q弹劲儿,像咬了口裹着鲜味儿的云朵。

一碗见底时,我总忍不住吮吮指尖。这哪是普通的家常菜啊,是藏在烟火气里的小欢喜,裹着青春期里最直白的快乐,嚼起来全是满足。

徐语锴(证号 2525867)

●校园食堂,总能让我的午餐时光充满期待,每道菜都有独特的滋味,给我带来不同的惊喜。

今天的肉蒸蛋十分诱人。金黄色的蛋羹下是焦香油润的肉。我用勺子轻轻按压,细密的气孔便渗出汁水。舀起一勺吹散热气,鸡蛋和肉的香味便在鼻尖上共舞。我咬下一口,含在嘴里滑嫩得不可思议,真是美味极了!

但我最喜欢的还是番茄炒鸡蛋。我舀起一勺鸡蛋,鸡蛋上裹着汤汁,味道甜甜酸酸的,增之一分则嫌甜,减之一分则嫌淡,甜味刚刚好。有的同学用番茄炒鸡蛋的汤汁来拌饭,吃得津津有味。吃完饭后,他们还在议论:“今天的番茄炒鸡蛋真好吃,我非常喜欢。”

食堂美食不仅让我们填饱了肚子,更品味了生活的美好。

韩知妤(证号 2525857)

●伴随着欢快的午餐铃声,我和同学们一起排着队走向食堂。空气中早已飘来了那熟悉的信号——是西红柿炒鸡蛋的香味!

终于轮到我了,食堂阿姨笑眯眯地给我舀了一大勺。瞧,那红彤彤的西红柿块,像刚洗完澡的胖娃娃,浑身挂满亮晶晶的汤汁。再看那金灿灿的鸡蛋,蓬松软嫩,像一朵朵胖乎乎的云,舒服地陷在红色的“果酱”里。红与黄的搭配像一幅阳光灿烂的油画。我肚子里的“馋虫大军”已经迫不及待开始敲锣打鼓,大声抗议:“快开饭!快开饭!”

我赶紧舀起一大勺,连带着菜地盖在热腾腾的米饭上。一口送进嘴里,味蕾瞬间开起了派对!西红柿在舌尖沙沙地融化,酸甜的汁水“噗”地爆开,蛋香浓郁。我一口接一口地吃,根本停不下来。转眼间,一大盘饭菜就被我“消灭”得干干净净。

这道西红柿炒鸡蛋就是我最爱的食堂美食。它用酸甜的温暖,画出了我校园生活里最幸福的底色!

范奕辰(证号 2525855)

## 我的“太极爷爷”

北仑区岷山学校405班

施浩林(证号 2521261)

指导老师 张莉

我的爷爷是一位不折不扣的“太极迷”。他对太极的热爱有多深呢?让我描绘一个有趣的场景——

一个午后,我无意间瞥见爷爷睡觉时,双手和双脚竟在空中轻轻摆动,口中还不时呢喃着:“以柔克刚……”我忍不住捂嘴偷笑。待爷爷醒来,我迫不及待地询问他。原来爷爷是梦到当年拜师学拳的时光啦,那时候的一招一式,都刻在爷爷心里了。

爷爷打太极拳已经十多年了,这份坚持,从未间断。每天清晨,爷爷都穿着太极服迎着晨光打拳,起势时,他双手缓缓抬起,如同托着千金重物,每一个动作都精准、沉稳。他的眼神专注而坚定,完全沉浸在太极的世界里。

爷爷对太极的痴迷,还体现在对太极文化的研究上。他买了好多关于太极的书籍,认真研读。

这就是我的“太极爷爷”,他对太极的热爱,让我明白持之以恒的精神。

## “宝藏”老师

海曙区高桥镇博泽学校503班

姚路平(证号 2517223)

指导老师 伍琪

曾经教我们数学的老师,是个让全班都惦记的“宝藏老师”。他笑起来眼角会堆起两道浅纹,像被阳光晒软的褶皱纸;可一旦眉头锁紧,连教室顶的风扇都怕了似的,转得慢悠悠的。

他的“凶”,我们都尝过滋味。一次计算小测,好几个同学把基础题算错了。他夹着试卷走进来,“啪”地往讲台一放,声音像小石子砸在每个人心上:“这些题比数学手指头还简单!别拿‘粗心’当借口。”他声音不大,但让全班同学瞬间坐得笔直。

更多时候,他是个爱闹的“老顽童”。讲鸡兔同笼,他突然弯着腰学兔子蹦两下,耳朵还故意晃了晃:“你们看,这多出来的两条腿,藏都藏不住!”谁上课走神被他抓包,他从不说重话,只托着腮笑:“你是不是在琢磨中午的糖醋排骨?这样,把这道题算对,老师特许你‘空想’一根棒棒糖当奖励。”

这学期开学,老师去教初中了。上周在走廊撞见他,他老远就挥着手喊我名字:“最近数学作业有没有偷工减料?”我拼命摇头。风从走廊吹过来,裹着他身上粉笔灰的味道,暖得我鼻子有点酸。

虽然他不再教我们,但他皱着眉讲题、蹦跳着上课的样子,早成了夹在我们作业本里的糖,一想起来就觉得甜。

## 我的老师

海曙区古林镇中心小学206班

朱以理(证号 2516964)

指导老师 徐超

我的老师姓徐,她长得很漂亮,头发长长的,戴着一副眼镜,笑起来眼睛弯弯的,像两个月牙。

她教我们认字的时候,都会把字写得特别的大,并且还会边写边告诉同学们这个字的笔顺,以便让我们能够更深刻地记住这个字。她还会给我们讲天南海北的事儿,增长我们的见闻。

上课时,要是同学回答问题声音响亮,她就会竖起大拇指,大声说:“你真棒!”不过徐老师有时候也很严厉,同学犯了错,她就会严格地教育他。

这就是我的徐老师,她就像花园里的园丁,我们就像小苗苗。她每天给我们浇水、施肥,让我们慢慢长大。