

从“吃饱”“吃好”到“吃对”“吃得营养”——宁波市校园餐品质提升的进阶之路

宁波市校园餐治理专班

【摘要】校园食品安全与餐食质量保障是落实“健康第一”教育理念、守护青少年健康成长的重要民生工程。本文系统分析了当前校园餐治理从“吃饱”“吃好”到“吃对”“吃得营养”递进升级的现实需求。针对公众膳食诉求转变及儿童青少年超重肥胖等营养失衡问题,宁波市以“五大行动”为牵引,通过制度完善、专业赋能、试点先行、数字治理等路径,推动校园餐从基本保障向精准营养跨越,着力构建安全、健康、营养的校园饮食环境。

【关键词】校园餐;食品安全;营养健康;体重管理;协同治理

一、夯实基础:从“吃得饱”到“吃得安全”

校园餐治理的起点是“吃得饱”,核心底线是“吃得安全”。2024年以来,宁波市以全市“一盘棋”系统思维推进中小学“校园餐”品质提升及校园食品安全工作,目前中小学已全部实现县域为单位的食材集中采购统一配送、师生同餐同菜同价,全市公办义务段学校食堂人口率达93.04%,位居全省第二。2025

年,全市中小学实现膳食监督家长委员会覆盖率100%、陪餐制度落实率100%、食堂“三防”设施配备率100%、“互联网+明厨亮灶”覆盖率100%等8个100%目标。

健全制度体系,筑牢安全防线。建立涵盖20类岗位的《中小学食堂岗位职责清单》,严格落实校领导每日陪餐、每

学期召开现场会等制度,推动“两员”落实“日管控、周排查、月调度”机制。市级制定《宁波市中小学校园食堂食材管理办法》《宁波市中小学校食堂财务管理办法》等管理制度17个,严格执行公益性和非营利性原则,确保学校食堂全年盈亏率不超过营业额的3%。

深化排查整改,实现动态清零。围

绕食材采购、加工操作等17个环节,63项内容开展全流程检查,所有发现问题已全部闭环整改。投入资金2.6亿元,完成650所学校食堂维修改造、创建示范食堂180家、提档升级150家。2025年,责任督学每月进校开展专项督导实现全覆盖,师生满意度由年初93.14%提升至年末95.30%。

二、精准施策:从“吃得安全”向“吃得营养”跨越

生营养餐高质量发展提供“宁波样板”。

强化人员培训。举办“校园餐”品质与营养提升培训,邀请高校营养专家围绕营养餐科学制定、食材营养价值精准把控、食谱结构优化搭配等内容系统授课。2024年以来累计培训人员达41082人次。

(二)试点先行,让营养升级有“路”可循

2026年,市教育局印发《2026年宁波市学校卫生健康工作指导意见》,将“有效体重管理”列为五大重点任务之一。随后出台《宁波市营养健康试点学校建设实施方案》,聚焦食堂营养规范、学生体重监测、食育宣教、家校联动、医校协同五个环节。选取三所不同学段、不同人群特征的学校开展差异化试点:

宁波经贸学校(高中阶段)代表高中阶段青年学生群体,学生实训强度大,口味需求多元,“新宁波人”比例高。试点“高中阶段青年学生营养膳食指导模式”,已实现带量食谱公示、全校BMI筛查全覆盖、一人一档建立,划定“营养角”摆放膳食宝塔和BMI对照表。开展校园“健康超市”建设,对商品进行营养分级标识,设立校园膳食超市建议反馈站,精准对接学生营养需求,及时优化膳食结构,并常态化开展营养科普,引导学生养成科学饮食习惯。

宁波艺术实验学校(义务教育阶

段)试点“义务教育阶段分龄营养精准供给+超重肥胖学生营养+运动联合干预模式”。构建阶梯式就餐管理体系:1至3年级标准营养套餐(蒸/煮/炖为主,控油控盐控糖),4至6年级多元自助选餐并强化食育引导,7至9年级高蛋白、高能量配餐匹配青春期需求。与宁波大学附属第一医院合作推出遵循“2:1:1”健康餐盘原则的健康减脂餐,每周3次、每次20分钟运动干预。

宁海县星海小学(城乡结合部小学)试点“医校协同+家校结合的全周期营养健康管理模式”,聘请儿童营养专家担任健康副校长,与宁海县妇幼保健院建立转诊绿色通道。食物种类每天不少于12种、每周不少于25种,严格落实学生饮用奶计划,每日饮奶200ml。

(三)刚性规范,让健康膳食有“尺”可量

试点学校率先推行四项刚性规范:带量食谱公示(每周公示,标明热量及营养素含量)、油炸食品限制(每周不超过1次)、含糖饮料禁用、健康烹饪方式(蒸、煮、炖为主,控油控盐控糖)。三所试点学校带量食谱公示率、四项刚性规范稳步推进,BMI筛查实现全覆盖。与此同时,宁波多校已率先探索个性化营养供餐。

(四)以赛促学,让营养供餐有“样”可学

2026年8月11日,宁波市直属学校厨艺技能大赛在古林职业高级中学举办,主题为“夏日食光·营养护航”,数十支食堂厨师团队参赛。大赛最终评选出一等奖4名、二等奖6名、三等奖8名及优胜奖若干,优秀菜品将编入《校园夏季营养菜谱》在全市推广,推动赛事成果惠及全体学生。

(五)数字赋能,让精准营养有“数”可依

宁波市扎实推进公权力大数据监督工作,建设市级中小学食堂智治平台,统一接入宁波各区(县、市)、功能区中小学食堂管理、供应商、财务、物联设备等各类数据,构建全链条数据资源池。搭建食材安全、人员合规、财务风险、综合管理四大类共10个预警模型,联动“一环四员”校园安全风险防控机制实现预警自动推送、分级处置、闭环反馈。2026年初,实现了全市校园食堂数据的全量接入,完成了深加工食品模型、高端食材模型、师生日均涉油涉盐量预警等3个预警模型迭代优化。

传统校园餐谱设计更多依赖经验、成本和供应能力,难以实现精准营养配餐。宁波市正推动校园餐从经验驱动向数据驱动转型,开发“甬教专属数字化带量食谱数据库系统”,将实现食谱自动营养分析与标签生成功能,为精准供餐提供科学支撑。

三、系统推进:从“吃得营养”走向“吃出健康”

营养升级不是孤立的膳食调整,而是系统工程。宁波市将“有效体重管理”列为学校卫生健康工作五大重点任务之一,从五个维度系统推进“吃动平衡”:

健康教育先行。全市中小学校每学期在体育与健康课程总课时中至少安排4个健康教育课时,其中体重管理专题课程每学期至少2课时,内容涵盖营养知识、运动指导、体重自测方法。同时,围绕食品安全、营养健康、传统文化、非遗食育等主题,通过校企联动常态化开展后勤育人活动,引导学生养成

健康生活方式,培育大食物观。

运动时长刚性保障。义务教育阶段学校确保每天综合体育活动2小时基本在校内完成。试点学校进一步探索“营养+运动”联合干预模式——宁波艺术实验学校每周3次、每次20分钟大课间专项训练;宁海县星海小学每天上午广播操和跑步、下午跳绳共计60分钟。

膳食结构源头改善。全市学校食堂每周公示带量食谱,试点学校四项刚性规范全面落地。在此基础上,加强市直属学校食堂食材准入和上架管理,严格

执行“三减三去”——减盐、减油、减糖,去香精、去合成色素、去防腐剂,从源头上将不符合校园餐标准的食品拦截在外。

“多病共防”综合干预。会同市卫健委在江北区、镇海区、慈溪市等地开展以肥胖、近视等常见病防控为主要目标的综合干预试点,开展“专家进校园”等六大干预行动。试点学校实现BMI筛查全覆盖、一人一档建立,超重肥胖/生长迟缓/消瘦学生建档率100%、干预跟踪率≥90%。

家校联动打通“最后一公里”。全市

学校每学期至少开展1次体重管理指导,引导家长提供均衡膳食、减少含糖饮料摄入、保证充足睡眠。试点学校每学期至少开展1次家长营养健康提醒,班级群每月推送健康提示,着力破解“校内努力、校外反弹”的困境。2025年11月,宁波市成立“校园餐义务监督员联络站”,聘请人大、政协、关工委、质检机构、学校、家委会及餐饮企业代表担任义务监督员,构建“家校政社企”联动的立体监督网络,推动校园餐监督从单一行政管理向开放、透明、协同的社会共治迈进。

四、未来展望

校园餐从“吃饱”到“吃好”再到“吃对”“吃得营养”,既是理念的跃升,更是治理能力的升级。宁波市正着力构建“政府统筹、部门协同、专家支撑、企业执行、家长监督、数字赋能”的协同治理

格局,推动校园餐治理体系和治理能力持续提升。

下一步,宁波市将落实“健康第一”的教育理念,持续深化营养健康学校试点建设,加快团体标准制定,年底前完

成《学生餐营养质量评估技术规范》《学生餐食材品质标准》两项团体标准草案;深化试点经验提炼,形成可复制、可推广的“宁波标准”;推动数字化带量食谱数据库系统试运行;在总结首批试点

经验基础上适时扩大试点覆盖面;切实保障学生“舌尖上的安全与营养”,让每个孩子不仅吃得饱、吃得好,更能吃得营养、吃出健康,促进广大学生身心健康、成长成才。