

# 附件1

## 标识张贴及学校文化内容

# 餐桌标识

## 1.用餐须知

尺寸/材质: 25x15cm黑胶车贴

### 食堂用餐须知



- 1、用餐人员应自觉配合餐厅管理人员管理, 文明用餐;自觉遵守用餐秩序, 按先后顺序, 排队领取食物, 不得拥挤、插队。
- 2、餐厅内严禁抽烟, 严禁喝酒, 不随地吐痰, 不大声喧哗, 做到文明用餐。
- 3、爱护餐厅内的餐具及公共设施, 损坏照价赔偿;不得随意搬动及损坏餐桌、餐凳。
- 4、用餐期间, 不准往餐桌上或地上乱倒、乱扔饭菜;用餐完毕, 严禁将饭菜倒入洗碗池中, 做到人走桌、地两净;餐具应放在餐具回收处;并养成随手关水龙头的好习惯。
- 5、用餐人员要养成勤俭的习惯, 不得浪费食物。
- 6、用餐完毕, 迅速离开餐厅, 以便餐位的循环使用。
- 7、就餐师生对餐厅工作人员如有意见或建议, 不得直接与其发生冲突, 应向管理部门汇报。



# 餐桌标识

## 2.勤俭节约

尺寸/材质：25x15cm黑胶车贴

# 勤俭节约

## 是一种美德



勤俭节约 从点滴做起 从我做起



# 地面标识

## 1.安全提醒

尺寸/材质：20x8cm(小心地滑)；80x10cm (小心台阶) 黑胶车贴



### 小心地滑

CAUTION WET FLOOR



### 小心地滑

CAUTION WET FLOOR



### 小心台阶

WATCH YOUR STEP

### 温馨提示



### 小心台阶

WATCH YOUR STEP



### 小心台阶

WATCH YOUR STEP

### 温馨提示



### 小心台阶

WATCH YOUR STEP



### 小心台阶

WATCH YOUR STEP

### 温馨提示



### 小心台阶

WATCH YOUR STEP

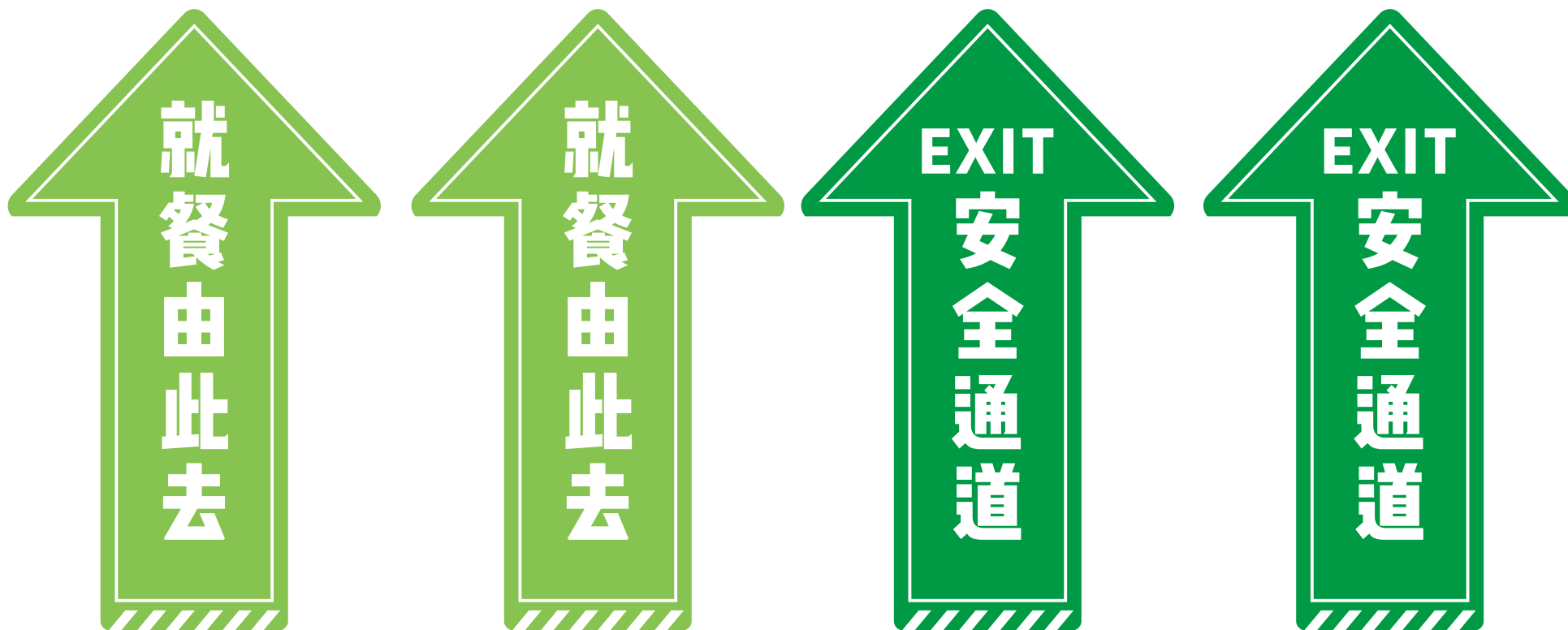


# 地面标识

---

## 2.通道指引

尺寸/材质：25x15cm黑胶车贴



# 墙面文化

## 1. 学校标语

尺寸/材质：50x70cm 写真画面裱相框



# 墙面文化

## 2.食安宣传展板

### 关注食品安全

#### 什么是食品安全

食品安全指食品无毒、无害，符合应当有的营养要求，对人体健康不造成任何急性、亚急性或者慢性危害。根据《食品安全法》定义，食品安全是“食物中有毒、有害物质对人体健康影响的公共卫生问题”。



#### 食品安全标准

- 1 食品相关产品的致病性微生物、农药残留、兽药残留、重金属、污染物质以及其他危害人体健康物质的限量规定。
- 2 对与食品安全、营养有关的标签、标识、说明书的要求。
- 3 食品添加剂的品种、使用范围、用量。
- 4 专供婴幼儿的主辅食品的营养成分要求。
- 5 与食品安全有关的质量要求。
- 6 食品检验方法与规程。
- 7 其他需要制定为食品安全标准的内容。
- 8 食品中所有的添加剂必须详细列出。
- 9 食品中禁止使用的非法添加的化学物质。

#### 什么是食物中毒

食物中毒是一大类最典型最常见的食源性疾患，是指食入了含有生物性、化学性有毒有害物质的食品或者把有毒有害物质当作食品摄入后出现的非传染性（不属于传染病）的急性、亚急性疾病。

潜伏期根据中毒类型的不同可从数分钟到数小时，大多数食物中毒的病人在进食后经2-24小时内发病，通常化学性食物中毒潜伏期较短，细菌性食物中毒潜伏期较长。

#### 什么是垃圾食品

所谓垃圾食品是指含人体所需营养成分，经过炸、烤、烧等加工工艺使营养成分部分或完全丧失，或在加工过程中添加、生成或长期过量食用在人体内产生有害物质积蓄的食品。



#### 世界卫生组织公布的十大垃圾食品



### 构建美好校园

#### 《中国居民膳食指南（2022）》

- 一、食物多样，合理搭配；
- 二、吃动平衡，健康体重；
- 三、多吃蔬果、奶类、全谷、大豆；
- 四、适量吃鱼、禽、蛋、瘦肉；
- 五、少盐少油，控糖限酒；
- 六、规律进餐，足量饮水；
- 七、会烹会选，会看标签；
- 八、公筷分餐，杜绝浪费。



#### 应该如何选购安全的食品

- 食品是否适合自己食用。到正规商店里购买，不买校园周边、街头巷尾的“三无”食品。
- 购买正规厂家生产的食品，尽量选择信誉度较好的品牌。
- 仔细查看产品标签。食品标签中必须标注：产品名称、配料表、净含量、厂名、厂址、保质期、产品标准号等。
- 不盲目随从广告，广告的宣传并不代表科学，是商家利益的体现。



#### 如何分清食品保质期和保存期

保质期是指标签指明的贮存条件下，保持品质的期限，在一定时间内食品依然可以食用。

保存期是标签指明的贮存条件下，预计的终止食用日期，超过保存期的食品不宜食用。

#### 食品安全五大要点

##### ◆ 第一步：保持清洁

拿食品前要洗手，准备食品期间要经常洗手；便后洗手；清洗和消毒用于准备食品的所有场所和设备；避免虫、鼠及其它动物进入厨房和接近食物。



##### ◆ 第二步：生熟分开

生的肉、禽和海产品要与其它食物分开；处理生的食物要有专用的设备和用具，例如刀具和切肉板；使用器皿储存食物以避免生熟食物互相接触。



##### ◆ 第三步：食物要彻底煮熟烧透

食物要彻底做熟，尤其是肉、禽、蛋和海产品；汤、煲等食物要煮开以确保达到70℃。肉类和禽类的汁水要变清，而不能是淡红色的。最好使用温度计；熟食再次加热要彻底。



##### ◆ 第四步：保持食物的安全温度

熟食在室温下不得存放2小时以上；所有熟食和易腐烂的食物应及时冷藏；熟食在食用前应保持滚烫的温度；即使在冰箱中也不能过久储存食物。冷冻食物不要在室温下化冻。



##### ◆ 第五步：使用安全的水和原材料

使用安全的水或进行处理以保安全；挑选新鲜和有益健康的食物；选择经过安全加工的食品，例如经过低热消毒的牛奶；水果和蔬菜如果要生食尤其要洗干净。不吃超过保质期的食物。



# 墙面文化

---

## 2.食安标语

食品安全无小事  
安全责任重于山



安全

健康

卫生

营养

# 墙面文化

## 2.食安标语

**全民健康生活**

**减盐** 宣传核心信息



**(一)认识高盐饮食的危害**

饮食中钠盐含量过高会引起高血压，增加心脏病和中风的发生风险。



**(二)控制食盐摄入量**

健康成年人每天食盐不超过5克。



**(三)少放盐，正确使用定量盐勺**

家庭烹饪少放盐和酱油，学会使用定量盐勺。



**(四)逐渐减少钠盐的摄入量**

减盐需要循序渐进，可以用辣椒、大蒜、醋、胡椒为食物提味，逐步改变口味。



**(五)少吃咸菜多食蔬果**

少吃榨菜、咸菜和酱制食品，多吃新鲜的蔬菜和水果。



**(六)阅读营养成分表**

购买包装食品时阅读营养成分表，选择“钠”含量低的食品。



**(七)关注调味品**

减少使用酱油、蚝油、豆腐酱、味精、鸡精、沙拉酱、番茄酱等调味品。



**(八)少吃高盐的包装食品**

多选择新鲜的肉类、鱼类、蛋类，少吃加工食品和罐头食品。



**(九)警惕“藏起来”的盐**

盐可能隐藏在你感觉不到咸的食品中，比如方便面、挂面、坚果、面包、饼干、冰激凌等，要警惕这些“藏起来”的盐。

咸味饼干(每100g) 盐1.10g	方便面(每包) 盐0.45g	坚果(每100g) 盐1.40g
火腿(每100g) 盐1.10g	一个咸鸭蛋 盐2.20g	100g芝麻糖 盐2.40g

**(十)外出就餐选择低盐菜品**

在外就餐时，主动要求餐馆少放盐，有条件的尽量选择低盐菜品。





# 自习区标识

## 2.学校文化



# 自习区标识

---

## 2.学校风景照



# 自习区标识

## 2.学校手绘





# 四季养生

## 2.四季养生

### 春季饮食养生

食养原则：宜清补养肝，通利肠胃。

常用食物：

1、清补养肝食物：春笋、芹菜、荠菜、菠菜、枸杞叶、荸荠、海带、鸡蛋、瘦猪肉、鲤鱼、山药等。

2、通利肠胃食物：萝卜、海蜇、菠菜、黄瓜、香蕉、马齿苋等。



### 夏季饮食养生

食养原则：宜清热解暑，益气生津，长夏并宜清暑利湿。

常用食物：

1、清热解暑食物：金银花、菊花、绿豆、赤小豆、苦瓜、冬瓜、紫菜、西瓜等。

2、益气生津食物：山药、甘蔗、西瓜、蕃茄、苹果、葡萄、菠萝、乌梅、鸭肉、咸鸭蛋、鸡蛋等。

3、清暑利湿食物：马齿苋、冬瓜、赤小豆、茯苓、砂仁等。

### 秋季饮食养生

食养原则：宜生津润燥，滋阴润肺。

常用食物：

秋梨、甘蔗、银耳、百合、山药、瘦猪肉、鸭肉、牛乳、落花生、甜杏仁、苹果、蜂蜜等。



### 冬季饮食养生

食养原则：宜温补助阳，补肾益精。

常用食物：

羊肉、狗肉、鹿肉、鸡肉、牛肉、虾、海参、人参、冬虫夏草、山药、胡桃仁、甲鱼、猪蹄、蛇肉、牛乳等。



## 附件2

# 各食堂楼层更名信息统计表

# 各食堂楼层更名信息统计表

序号	食堂名称、楼层	合作公司名称	拟选名字	备注
1	大学城校区学生一食堂一楼	重庆前勤餐饮有限公司	欢乐食光	
2	大学城校区学生一食堂二楼	珠海东森企业管理服务有限公司	品味轩	
3	大学城校区学生一食堂三楼	重庆阳乐餐饮管理有限公司	家之味	
4	大学城校区学生二食堂一楼	重庆阳乐餐饮管理有限公司	食之味美食馆	
5	大学城校区学生二食堂二楼	重庆快乐食间餐饮管理有限责任公司	快乐食间	
6	大学城校区学生三食堂一楼	四川兴百年餐饮管理有限责任公司	米阅奇妙美食馆	
7	大学城校区学生三食堂二、三楼	重庆永和豆浆餐饮经营管理有限公司	吾星美食	
8	沙坪坝校区一食堂	温州好味园餐饮管理服务服务有限公司	好味园	
9	沙坪坝校区三食堂	重庆快乐食间餐饮管理有限责任公司	快乐食间	

# 附件4

## 专题活动

# 光盘行动

## 1.光盘宣传展架

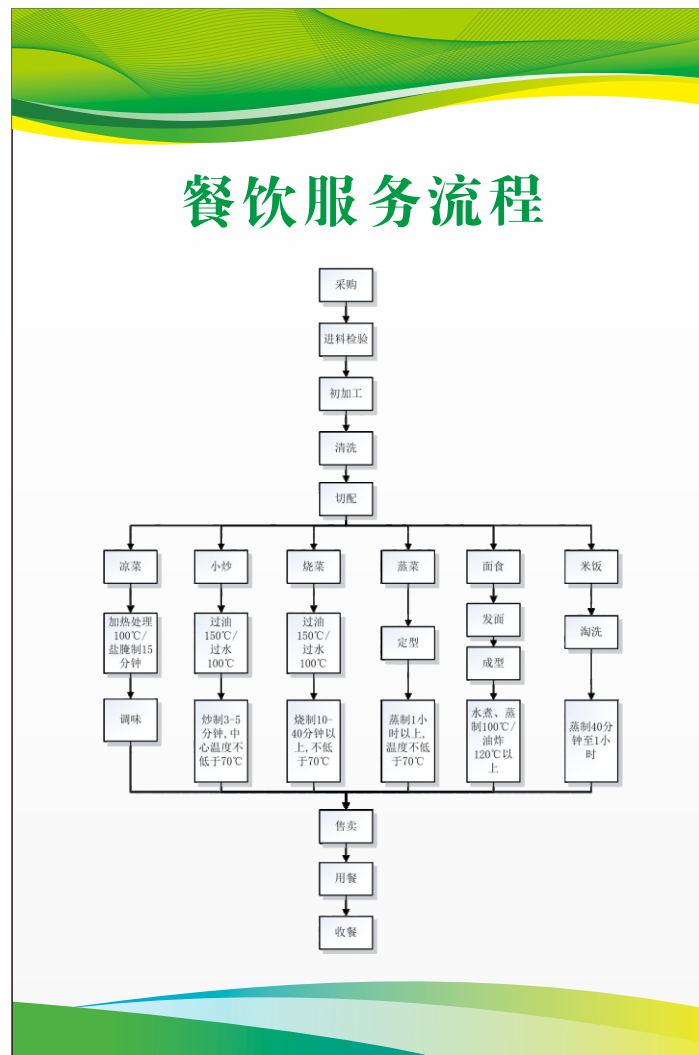


# 附件6

## 餐饮服务流程

# 餐饮服务流程

## 1.餐饮服务流程



# 附件8

## 校领导陪餐



# 登 记 册

[illegible]

第 <u>    </u> 月 <u>    </u> 日 周 星期	陪餐人		职务	
早餐				
饭菜品种记录				
饭菜质量、服务评价				
就餐秩序评价				
学生反馈				
午餐				
饭菜品种记录				
饭菜质量、服务评价				
就餐秩序评价				
学生反馈				
晚餐				
饭菜品种记录				
饭菜质量、服务评价				
就餐秩序评价				
学生反馈				