

附件2

尧都区城区小学生“放心午餐”工程全覆盖

工作领导小组组成人员

组 长：石新亭 区政府副区长

副 组 长：武建斌 区政协副主席、区财政局局长

孙新峰 区教科局局长

韩 鹏 区市场监督管理局局长

梁俊艳 区卫生健康和体育局局长

成 员：王东山 区财政局党组成员、二级主任科员

李太普 区卫生健康和体育局党组成员、副局长

段晓将 区市场监督管理局党组成员、副局长

田明生 区委教育工委专职副书记、局党组成员

领导小组办公室设在区教科局，成员由相关部门的科室具体负责同志组成。主要职责为推进落实《临汾市城区小学生“放心午餐”工程全覆盖实施方案》，开展工程建设进展情况调度，加强督导检查，确保工程按期完成，顺利投入使用。

附件3

城区小学生“放心午餐”工程

食堂建设及设备配备标准

一、食堂建设

（一）学校食堂总面积，按就餐学生人均使用面积不低于1.5㎡乘以学生数计算；食品处理区与就餐区的建筑面积比例宜为3：7。

（二）学校食堂、厨房装修及设施配置应符合国家《学校体育卫生条件试行基本标准》（教体艺〔2008〕5号）和市场监督管理部门关于学校食堂食品安全管理的要求：

1.食堂应距污染源25米以上，应有相对独立的食品原料存放间、食品加工操作间、食品出售场所及餐厅。

2.食堂应配备足够的通风、照明、排烟装置和有效的防蝇、防尘、防鼠、污水排放以及存放废弃物的设施设备。

3.要配备清洗蔬菜、肉类、餐具的设施设备，不得混用；生熟食品、主副食品加工设备要严格分开。食堂不得设在地下室。

4.紫外消毒或臭氧消毒设施的安装使用应符合有关国家或行业标准。每个食堂必须单独配备有足够保存留样食品使用的冷藏柜和专用的食品留样盒。

5.根据就餐人数设置餐厅，就餐座位不少于就餐学生数。餐厅应建有餐具保洁设施、洗手设施、洗刷设施、垃圾回收设施、清扫工具存放处、防蝇设施。餐厅应有无障碍通道。

6.使用石油液化气、柴油、甲醇等做燃料的食堂，储汽（液）设施与灶具间距离必须满足消防要求。储汽（液）设施不得露天存放，防止受冻和暴晒。所有使用燃气的地方和燃气管道经过的室内空间必须安装燃气泄漏报警装置。

（三）实行企业供餐时，可按照实际需要设置配餐室、发餐室，配餐室、发餐室面积根据需要设置。配餐室内应设置洗手盆和食物加热设施。

二、食堂厨房设备配置

食堂厨房设备配置标准

| 名 称 | 单 位 | 就餐人数50人食堂须配数量 | 就餐人数100人食堂须配数量 | 就餐人数500人食堂须配数量 | 就餐人数1000人食堂须配数量 |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 一蒸一炒双温灶 | 台 | 1 |  |  |  |
| 双炒双温灶 | 台 |  | 1 | 1 | 3 |
| 大锅灶 | 台 |  | 1 | 2 | 4 |
| 燃汽双门蒸箱 | 台 | 1（可为单门） | 1 | 2 | 4 |
| 油网烟箱 | 平方米 | 2.275（可为油网烟罩） | 5.85 | 8.84 | 35.36 |
| 集烟箱 | 米 | 3.5 | 4.5 | 6.8 | 12 |
| 环保风柜 | 台 | 1 | 1 | 1 | 2 |
| 木案工作台 | 台 | 1 | 1 | 2 | 2 |
| 双通荷台 | 台 | 1 | 1 | 2 | 6 |
| 双层工作台 | 台 | 1 | 1 | 2 | 4 |
| 货架 | 台 | 2 | 2 | 4 | 10（须为四层） |
| 冰柜 | 台 | 1 | 1 | 2（须为四门） | 6（须为六门） |
| 双星盆台 | 台 | 1 | 2 | 4 | 6 |
| 消毒柜 | 台 | 1 | 1 | 1 | 2 |
| 和面机 | 台 | 1 | 1 | 1 | 2 |
| 压面机 | 台 | 1 | 1 | 1 | 2 |
| 馒头机 | 台 |  |  | 1 | 2 |
| 河捞机 | 台 |  | 1 | 1 | 1（选配） |
| 热水器 | 台 |  |  | 1 | 1 |
| 留样专柜 | 台 | 1 | 1 | 1 | 2 |
| 保洁柜 | 台 |  | 1 | 12（须为四门） | 12（须为四门） |
| 电饼铛 | 台 | 1 | 1 | 2 | 3 |
| 发酵箱 | 台 |  |  | 2 | 2 |
| 烤箱 | 台 |  |  | 2 | 2 |
| 多功能搅拌机 | 台 |  |  | 1 | 2 |
| 土豆去皮机 | 台 |  |  | 1 | 2 |
| 铰切两用机 | 台 |  |  | 1 | 2 |
| 平板车 | 台 |  |  | 1 | 2 |
| 残渣台 | 台 |  |  | 2 | 2 |
| 保温售饭台 | 台 |  |  | 5 | 10 |
| 多功能切菜机 | 台 |  |  | 1 | 2 |
| 饺子机（选配） | 台 | 1 | 1 | 1 | 2 |
| 污碟回收车 | 台 |  | 1 | 1 | 4 |
| 餐厨垃圾车 | 台 |  | 1 | 1 | 2 |
| 移动式紫外线消毒车 | 台 |  | 1 | 1 | 2 |
| 洗碗机 | 台 |  |  |  | 2 |

注：就餐人数1000人以下的食堂主要大型炊事机具配备可按标准就近选择配备。就餐人数超过1000人的食堂，可按实际情况增加设备。

三、食堂开办

（一）学校食堂在开办时，须先办理食品经营许可证，食堂的建设与设施设备应当符合《食品经营许可管理办法》规定的相关要求。

（二）食品经营许可证和监督公示牌应悬挂或摆放在醒目处。

四、食堂从业人员管理

（一）食堂从业人员和学生就餐人数设定在1：60 — 100范围内。

（二）学校食堂从业人员必须取得有效的健康合格证明，并每年进行健康检查。

（三）学校应在相关部门的指导下对食堂从业人员定期组织食品安全知识、营养配餐、消防知识、职业道德和法制教育的培训。

附件4

城区小学生“放心午餐”工程

学校自建食堂供餐标准

一、供餐食品

“放心午餐”必须符合食品安全和营养健康的标准要求，尊重少数民族饮食习惯。应提供营养价值较高的畜禽肉蛋奶类食品、新鲜蔬菜水果和谷薯类食品等，不得提供保健食品、含乳饮料和火腿肠等深加工食品，避免提供高盐、高油及高糖的食品，确保食品新鲜卫生、品种多样、营养均衡。倡导学校食堂按需供餐，通过采取小份菜、半份菜、套餐、自助餐等方式，制止餐饮浪费。

二、供餐食谱

参照《学生餐营养指南》（WS/T 554—2017）等标准，结合本校学生营养健康状况，制定“放心午餐”所需食物种类及日均数量指标，由学校根据当地市场食材供应等情况，运用学生电子营养师等膳食分析平台或软件，制定带量食谱并予以公示，确保膳食搭配合理、营养均衡。不同年龄段学生每人每天午餐的食物种类及数量见表1。

表1 每人每天午餐的食物种类及数量

单位：g

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 食物种类 | 6岁-8岁 | 9岁-11岁 |
| 谷薯类 | 谷薯类 | 100-120 | 120-140 |
| 蔬菜水果类 | 蔬菜类 | 120-140 | 140-160 |
| 水果类 | 60-80 | 80-100 |
| 鱼禽肉蛋类 | 畜禽肉类 | 12-16 | 16-20 |
| 鱼虾类 | 12-16 | 16-20 |
| 蛋类 | 20 | 20 |
| 奶、大豆类及坚果 | 奶及奶制品 | 80 | 80 |
| 大豆类及其制品和坚果 | 30 | 35 |
| 植物油 | | 10 | 10 |
| 盐 | | 2 | 2 |

三、配餐原则

（一）品种多样

**1.食物互换**

在满足学生生长发育所需能量和营养素需要的基础上，参考表2—表8进行食物互换，做到食物多样，适时调配，注重营养与口味相结合。

**2.谷薯类**

包括米、面、杂粮和薯类等，可用杂粮或薯类部分替代米或面，避免长期提供一种主食。

**3.蔬菜水果类**

每天提供至少三种以上新鲜蔬菜，一半以上为深绿色、红色、橙色、紫色等深色蔬菜，适量提供菌藻类。有条件的地区每天提供至少一种新鲜水果。

**4.鱼禽肉蛋类**

禽肉可与畜肉互换，鱼可与虾、蟹等互换，各种蛋类可互换。优先选择水产类或禽类；畜肉以瘦肉为主，少提供肥肉。每周提供1次动物肝脏，每人每次20g～25g。每天可提供适量蛋类。

**5.奶类及大豆**

有条件的地区平均每人每餐提供200g～300g（一袋/盒）牛奶或相当量的奶制品，如酸奶。每天提供各种大豆或大豆制品，如黄豆、豆腐、豆腐干、腐竹、豆腐脑等。

**6.预防缺乏**

参考表9—表12，经常提供下列矿物质和维生素含量丰富的食物：

—富含钙的食物：奶及奶制品、豆类、虾皮、海带、芝麻酱等。

—富含铁的食物：动物肝脏、瘦肉、动物血、木耳等；同时搭配富含维生素C的食物，如深绿色 的新鲜蔬菜和水果。

—富含维生素A的食物：动物肝脏、海产品、蛋类、深色蔬菜和水果等。

如果日常食物提供的营养素不能满足学生生长发育的需求，可鼓励使用微量营养素强化食物，如强化面粉或大米、强化酱油或强化植物油等。

**7.控油限盐**

“放心午餐”要清淡，每人烹调油用量不超过10g；控制食盐摄入，包括酱油和其他食物的食盐在内，提供的食盐每人不超过2g。

**8.因地制宜**

根据当地的食物品种、季节特点和饮食习惯等具体情况，结合小学生营养健康状况和身体活动水平配餐。以周为单位，平均每日供应量达到标准的要求。向学生和家长公布每天的带量食谱。

表2 能量含量相当于50g大米、面的谷薯类

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 食物名称 | 重量g | 食物名称 | 重量g | 食物名称 | 重量g |
| 稻米或面粉 | 50 | 米饭 | 籼米150  梗米110 | 米粥 | 375 |
| 米粉 | 50 | 馒头 | 80 | 面条（挂面） | 50 |
| 面条（切面） | 60 | 花卷 | 80 | 烙饼 | 70 |
| 烧饼 | 60 | 面包 | 55 | 饼干 | 40 |
| 鲜玉米（市售） | 350 | 红薯、白薯（生） | 190 |  |  |

表3 可食部相当于100g的蔬菜

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 食物名称 | 重量g | 食物名称 | 重量g | 食物名称 | 重量g |
| 白萝卜 | 105 | 菠菜、油菜、小白菜 | 120 | 番茄 | 100 |
| 甘蓝 | 115 | 甜椒 | 120 | 大白菜 | 115 |
| 黄瓜 | 110 | 芹菜 | 150 | 茄子 | 110 |
| 蒜苗 | 120 | 冬瓜 | 125 | 菜花 | 120 |
| 韭菜 | 110 | 莴笋 | 160 |  |  |

表4 可食部相当于100g的水果

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 食物名称 | 重量g | 食物名称 | 重量g | 食物名称 | 重量g |
| 苹果 | 130 | 柑橘、橙 | 130 | 梨 | 120 |
| 香蕉 | 170 | 桃 | 120 | 西瓜 | 180 |
| 鲜枣 | 115 | 柿子 | 115 | 葡萄 | 115 |
| 菠萝 | 150 | 草莓 | 105 | 猕猴桃 | 120 |

表5 可食部相当于50g鱼肉的鱼虾类

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 食物名称 | 重量g | 食物名称 | 重量g | 食物名称 | 重量g |
| 草鱼 | 85 | 大黄鱼 | 75 | 鲤鱼 | 90 |
| 带鱼 | 65 | 鲢鱼 | 80 | 鲅鱼 | 60 |
| 鲫鱼 | 95 | 平鱼 | 70 | 武昌鱼 | 85 |
| 墨鱼 | 70 | 虾 | 80 | 蛤蜊 | 130 |

表6 蛋白质含量相当于50g瘦猪肉的禽畜肉

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 食物名称 | 重量g | 食物名称 | 重量g | 食物名称 | 重量g |
| 瘦猪肉（生） | 50 | 羊肉（生） | 50 | 猪排骨（生） | 85 |
| 整鸡、鸭、鹅（生） | 50 | 肉肠（火腿肠） | 85 | 酱肘子 | 35 |
| 瘦牛肉（生） | 50 | 鸡胸 | 40 | 酱牛肉 | 35 |

表7 蛋白质含量相当于50g干黄豆的大豆制品

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 食物名称 | 重量g | 食物名称 | 重量g | 食物名称 | 重量g |
| 大豆（干黄豆） | 50 | 豆腐（北） | 145 | 豆腐（南） | 280 |
| 内酯豆腐 | 350 | 豆腐干 | 110 | 豆浆 | 730 |
| 豆腐丝 | 80 | 腐竹 | 35 |  |  |

表8 蛋白质含量相当于100克鲜牛奶的奶类

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 食物名称 | 重量g | 食物名称 | 重量g | 食物名称 | 重量g |
| 鲜牛奶（羊奶） | 100 | 奶粉 | 15 | 酸奶 | 100 |
| 奶酪 | 10 |  |  |  |  |

表9 常见优质蛋白质含量较高的食物及其蛋白质含量

单位：g/100g可食部

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 食物名称 | 含量 | 食物名称 | 含量 | 食物名称 | 含量 |
| 瘦猪肉 | 20.3 | 牛肉 | 19.9 | 鸡胸脯肉 | 19.4 |
| 羊肉 | 19 | 草鱼 | 16.6 | 鲤鱼 | 17.6 |
| 海虾 | 16.8 | 鸡蛋 | 13.3 | 牛奶 | 3.0 |
| 黄豆 | 35 | 豆腐（北） | 12.2 | 豆腐（南） | 6.2 |

表10 常见铁含量较高的食物及其铁含量

单位：mg/100g可食部

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 食物名称 | 含量 | 食物名称 | 含量 | 食物名称 | 含量 |
| 猪肝 | 22.6 | 鸡肝 | 12.0 | 羊肝 | 7.5 |
| 牛肝 | 6.6 | 瘦猪肉 | 3.0 | 鸭血（白鸭） | 30.5 |
| 虾米（海米） | 11.0 | 黑木耳（干） | 97.4 | 黄豆 | 8.2 |

表11 常见钙含量较高的食物及其钙含量

单位：mg/100g可食部

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **食物名称** | **含量** | **食物名称** | **含量** | **食物名称** | **含量** |
| 牛奶 | 104 | 奶酪(干酪) | 799 | 酸奶 | 118 |
| 豆腐（北） | 138 | 豆腐（南） | 116 | 黄豆 | 191 |
| 豆腐丝 | 204 | 花生仁（炒） | 284 | 虾皮 | 991 |
| 黑木耳（干） | 247 | 紫菜（干） | 264 | 海带（干） | 348 |

表12 常见维生素A含量较高的食物及其维生素Ａ含量

单位：μgRAE /100g可食部

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **食物名称** | **含量** | **食物名称** | **含量** | **食物名称** | **含量** |
| 猪肝 | 4972 | 羊肝 | 20972 | 鸡蛋 | 234 |
| 胡萝卜 | 688 | 西兰花 | 1202 | 菠菜 | 487 |
| 柑橘 | 148 | 杏 | 75 | 西瓜 | 75 |

四、合理烹调

蔬菜应先洗后切。烹调以蒸、炖、烩、炒为主；尽量减少煎、炸等可能产生有毒有害物质的烹调方式。烹调好的食品不应存放过久。不制售冷荤凉菜。

五、“放心午餐”管理

“放心午餐”相关从业人员应接受合理配餐和食品安全培训。学校应开展形式多样的营养与健康知识宣传教育，并积极创造条件配备专职或兼职营养专业人员。

城区小学生“放心午餐”工程

企业供餐标准

1. 供餐食品

“放心午餐”必须符合食品安全和营养健康的标准要求，尊重少数民族饮食习惯。应提供营养价值较高的畜禽肉蛋奶类食品、新鲜蔬菜水果和谷薯类食品等，不得提供保健食品、含乳饮料和火腿肠等深加工食品，避免提供高盐、高油及高糖的食品，确保食品新鲜卫生、品种多样、营养均衡。

1. 供餐食谱

参照《学生餐营养指南》（WS/T 554—2017）等标准，结合学生营养健康状况，制定“放心午餐”所需食物种类及日均数量指标，由供餐企业根据当地市场食材供应等情况，运用学生电子营养师等膳食分析平台或软件，制定带量食谱并予以公示，确保膳食搭配合理、营养均衡。不同年龄段学生每人每天午餐的食物种类及数量见表1。

表1 每人每天午餐的食物种类及数量

单位：g

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 食物种类 | 6岁-8岁 | 9岁-11岁 |
| 谷薯类 | 谷薯类 | 100-120 | 120-140 |
| 蔬菜水果类 | 蔬菜类 | 120-140 | 140-160 |
| 水果类 | 60-80 | 80-100 |
| 鱼禽肉蛋类 | 畜禽肉类 | 12-16 | 16-20 |
| 鱼虾类 | 12-16 | 16-20 |
| 蛋类 | 20 | 20 |
| 奶、大豆类及坚果 | 奶及奶制品 | 80 | 80 |
| 大豆类及其制品和坚果 | 30 | 35 |
| 植物油 | | 10 | 10 |
| 盐 | | 2 | 2 |

三、配餐原则

（一）品种多样

**1.食物互换**

在满足学生生长发育所需能量和营养素需要的基础上，参考表2—表8进行食物互换，做到食物多样，适时调配，注重营养与口味相结合。

**2.谷薯类**

包括米、面、杂粮和薯类等，可用杂粮或薯类部分替代米或面，避免长期提供一种主食。

**3.蔬菜水果类**

每天提供至少三种以上新鲜蔬菜，一半以上为深绿色、红色、橙色、紫色等深色蔬菜，适量提供菌藻类。有条件的地区每天提供至少一种新鲜水果。

**4.鱼禽肉蛋类**

禽肉可与畜肉互换，鱼可与虾、蟹等互换，各种蛋类可互换。优先选择水产类或禽类；畜肉以瘦肉为主，少提供肥肉。每周提供1次动物肝脏，每人每次 20g～25g。每天可提供适量蛋类。

**5.奶类及大豆**

有条件的地区平均每人每餐提供200g～300g（一袋/盒）牛奶或相当量的奶制品，如酸奶。每天提供各种大豆或大豆制品，如黄豆、豆腐、豆腐干、腐竹、豆腐脑等。

**6.预防缺乏**

参考表9—表12，经常提供下列矿物质和维生素含量丰富的食物：

—富含钙的食物：奶及奶制品、豆类、虾皮、海带、芝麻酱等。

—富含铁的食物：动物肝脏、瘦肉、动物血、木耳等；同时搭配富含维生素C的食物，如深绿色 的新鲜蔬菜和水果。

—富含维生素A的食物：动物肝脏、海产品、蛋类、深色蔬菜和水果等。

如果日常食物提供的营养素不能满足学生生长发育的需求，可鼓励使用微量营养素强化食物，如强化面粉或大米、强化酱油或强化植物油等。

**7.控油限盐**

“放心午餐”要清淡，每人烹调油用量不超过10g；控制食盐摄入，包括酱油和其他食物的食盐在内，提供的食盐每人不超过2g。

**8.因地制宜**

根据当地的食物品种、季节特点和饮食习惯等具体情况，结合小学生营养健康状况和身体活动水平配餐。以周为单位，平均每日供应量达到标准的要求。向学生和家长公布每天的带量食谱。

表2 能量含量相当于50g大米、面的谷薯类

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 食物名称 | 重量g | 食物名称 | 重量g | 食物名称 | 重量g |
| 稻米或面粉 | 50 | 米饭 | 籼米150  梗米110 | 米粥 | 375 |
| 米粉 | 50 | 馒头 | 80 | 面条（挂面） | 50 |
| 面条（切面） | 60 | 花卷 | 80 | 烙饼 | 70 |
| 烧饼 | 60 | 面包 | 55 | 饼干 | 40 |
| 鲜玉米  （市售） | 350 | 红薯、白薯（生） | 190 |  |  |

表3 可食部相当于100g的蔬菜

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 食物名称 | 重量g | 食物名称 | 重量g | 食物名称 | 重量g |
| 白萝卜 | 105 | 菠菜、油菜、  小白菜 | 120 | 番茄 | 100 |
| 甘蓝 | 115 | 甜椒 | 120 | 大白菜 | 115 |
| 黄瓜 | 110 | 芹菜 | 150 | 茄子 | 110 |
| 蒜苗 | 120 | 冬瓜 | 125 | 菜花 | 120 |
| 韭菜 | 110 | 莴笋 | 160 |  |  |

表4 可食部相当于100g的水果

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 食物名称 | 重量g | 食物名称 | 重量g | 食物名称 | 重量g |
| 苹果 | 130 | 柑橘、橙 | 130 | 梨 | 120 |
| 香蕉 | 170 | 桃 | 120 | 西瓜 | 180 |
| 鲜枣 | 115 | 柿子 | 115 | 葡萄 | 115 |
| 菠萝 | 150 | 草莓 | 105 | 猕猴桃 | 120 |

表5 可食部相当于50g鱼肉的鱼虾类

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 食物名称 | 重量g | 食物名称 | 重量g | 食物名称 | 重量g |
| 草鱼 | 85 | 大黄鱼 | 75 | 鲤鱼 | 90 |
| 带鱼 | 65 | 鲢鱼 | 80 | 鲅鱼 | 60 |
| 鲫鱼 | 95 | 平鱼 | 70 | 武昌鱼 | 85 |
| 墨鱼 | 70 | 虾 | 80 | 蛤蜊 | 130 |

表6 蛋白质含量相当于50g瘦猪肉的禽畜肉

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 食物名称 | 重量g | 食物名称 | 重量g | 食物名称 | 重量g |
| 瘦猪肉（生） | 50 | 羊肉（生） | 50 | 猪排骨（生） | 85 |
| 整鸡、鸭、鹅（生） | 50 | 肉肠（火腿肠） | 85 | 酱肘子 | 35 |
| 瘦牛肉（生） | 50 | 鸡胸 | 40 | 酱牛肉 | 35 |

表7 蛋白质含量相当于50g干黄豆的大豆制品

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 食物名称 | 重量g | 食物名称 | 重量g | 食物名称 | 重量g |
| 大豆（干黄豆） | 50 | 豆腐（北） | 145 | 豆腐（南） | 280 |
| 内酯豆腐 | 350 | 豆腐干 | 110 | 豆浆 | 730 |
| 豆腐丝 | 80 | 腐竹 | 35 |  |  |

表8 蛋白质含量相当于100克鲜牛奶的奶类

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 食物名称 | 重量g | 食物名称 | 重量g | 食物名称 | 重量g |
| 鲜牛奶（羊奶） | 100 | 奶粉 | 15 | 酸奶 | 100 |
| 奶酪 | 10 |  |  |  |  |

表9 常见优质蛋白质含量较高的食物及其蛋白质含量

单位：g/100g可食部

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 食物名称 | 含量 | 食物名称 | 含量 | 食物名称 | 含量 |
| 瘦猪肉 | 20.3 | 牛肉 | 19.9 | 鸡胸脯肉 | 19.4 |
| 羊肉 | 19 | 草鱼 | 16.6 | 鲤鱼 | 17.6 |
| 海虾 | 16.8 | 鸡蛋 | 13.3 | 牛奶 | 3.0 |
| 黄豆 | 35 | 豆腐（北） | 12.2 | 豆腐（南） | 6.2 |

表10 常见铁含量较高的食物及其铁含量

单位：mg/100g可食部

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 食物名称 | 含量 | 食物名称 | 含量 | 食物名称 | 含量 |
| 猪肝 | 22.6 | 鸡肝 | 12.0 | 羊肝 | 7.5 |
| 牛肝 | 6.6 | 瘦猪肉 | 3.0 | 鸭血（白鸭） | 30.5 |
| 虾米（海米） | 11.0 | 黑木耳（干） | 97.4 | 黄豆 | 8.2 |

表11 常见钙含量较高的食物及其钙含量

单位：mg/100g可食部

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 食物名称 | 含量 | 食物名称 | 含量 | 食物名称 | 含量 |
| 牛奶 | 104 | 奶酪(干酪) | 799 | 酸奶 | 118 |
| 豆腐（北） | 138 | 豆腐（南） | 116 | 黄豆 | 191 |
| 豆腐丝 | 204 | 花生仁（炒） | 284 | 虾皮 | 991 |
| 黑木耳（干） | 247 | 紫菜（干） | 264 | 海带（干） | 348 |

表12 常见维生素A含量较高的食物及其维生素Ａ含量

单位：μgRAE /100g可食部

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 食物名称 | 含量 | 食物名称 | 含量 | 食物名称 | 含量 |
| 猪肝 | 4972 | 羊肝 | 20972 | 鸡蛋 | 234 |
| 胡萝卜 | 688 | 西兰花 | 1202 | 菠菜 | 487 |
| 柑橘 | 148 | 杏 | 75 | 西瓜 | 75 |

四、合理烹调

蔬菜应先洗后切。烹调以蒸、炖、烩、炒为主；尽量减少煎、炸等可能产生有毒有害物质的烹调方式。烹调好的食品不应存放过久。不制售冷荤凉菜。

五、“放心午餐”管理

（一）“放心午餐”相关从业人员应接受合理配餐和食品安全培训。

（二）送餐车辆及工用具必须保持清洁卫生。每次运输食品前应进行清洗消毒并做好记录，在运输装卸过程中也应注意保持清洁，运输后进行清洗，防止食品在运输过程中受到污染。

（三）运送集体用餐的容器和车辆应安装食品保温和冷藏设备，确保食品不得在8℃—60℃的温度条件下贮存和运输，从烧熟至食用的间隔时间（食用时限）应符合以下要求：

1.烧熟后2小时，食品的中心温度保持在60℃以上（热藏）的，其食用时限为烧熟后4小时；

2.需要冷藏的熟制半成品或成品，应按有关食品安全操作规范在熟制后立即冷却，将食品的中心温度降至8℃并冷藏保存，其食用时限为烧熟后24小时。供餐前应对食品进行再加热，且加热时食品中心温度应达到70℃以上。

（四）盛装、分送集体用餐的容器应有封装标识，并在表面注明加工单位、加工制作时间和食用时限，必要时标注保存条件、食用方法和营养标识等信息。

（五）学校应安排专门人员负责供餐企业配送食品的查验接收工作。应重点检查配送食品包装是否完整，感官性状是否异常，食品的温度和配送时间是否符合食品安全要求等，并做好食品留样。

附件5

城区小学生“放心午餐”工程

学校午休室建设标准

午餐后学校应积极创造条件为学生提供校内午休、午间活动等服务，优先满足学生午休需求。

一、课桌椅技术标准

午体以在教室内为主，配备具有午休功能的可调节课桌椅，需上课和午休功能同时兼备。课桌椅尺寸可参照GB/T3976-2014标准。

**1.课桌的尺寸**

课桌的尺寸见表2的规定。有条件的地方，0号、1号、2号、3号桌宽可650mm，桌深可450 mm。

表1 中小学校课桌的尺寸

单位为毫米

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 指标 | 0号 | 1号 | 2号 | 3号 | 4号 | 5号 | 6号 | 7号 | 8号 | 9号 | 10号 |
| 桌面高（*h*1） | 790 | 760 | 730 | 700 | 670 | 640 | 610 | 580 | 550 | 520 | 490 |
| 桌下净空高（*h*2） | ≥  660 | ≥  630 | ≥  600 | ≥  570 | ≥  550 | ≥  520 | ≥  490 | ≥  460 | ≥  430 | ≥  400 | ≥370 |
| 桌下净空高（*h*3） | ≥  520 | ≥  490 | ≥  460 | ≥  430 | ≥  400 | ≥  370 | ≥  340 | ≥  310 | ≥  280 | ≥  250 | ≥220 |
| 桌面深、桌下净空1（*t1*） | 400 | | | | | | | | | | |
| 桌下净空2（*t2*） | ≥250 | | | | | | | | | | |
| 桌下净空3（*t3*） | ≥330 | | | | | | | | | | |
| 桌面宽（*b*1） | 600 | | | | | | | | | | |
| 桌下净空宽（*b*2） | ≥440 | | | | | | | | | | |

1.1桌面

桌面可为平面，也可为斜面；可为固定式，也可为整体翻盖式。如为斜面则应从坐人侧向外上倾斜0°～12°，该侧桌缘高度与平面桌h相同。

1.2桌下净空和桌下构件

桌面下可设搁板或屉箱*h*1～*h*2之间开口的高度不小于80mm。桌侧方设挂钩时，钩端不超出桌侧缘之外。

**2.课椅的尺寸**

课椅的尺寸见表3的规定。

表2 中小学校课椅的尺寸

单位为毫米

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 指标 | 0号 | 1号 | 2号 | 3号 | 4号 | 5号 | 6号 | 7号 | 8号 | 9号 | 10号 |
| 座面高（h4） | 460 | 440 | 420 | 400 | 380 | 360 | 340 | 320 | 300 | 290 | 270 |
| 靠背上缘距座面高（h5） | 350 | 340 | 330 | 320 | 310 | 290 | 280 | 270 | 260 | 240 | 230 |
| 靠背点距座面高（w） | 220 | 220 | 220 | 210 | 210 | 200 | 200 | 190 | 180 | 170 | 160 |
| 座面有效深（t4） | 400 | 380 | 380 | 380 | 340 | 340 | 340 | 290 | 290 | 290 | 260 |
| 座面宽（b3） | ≥  380 | ≥  360 | ≥  360 | ≥  360 | ≥  320 | ≥  320 | ≥  320 | ≥  280 | ≥  280 | ≥  270 | ≥270 |

2.1椅座面

椅座面向后下倾斜0°～2°。座面沿正中线如呈凹面时,其曲率半径在500mm以上。座面前缘及两角钝圆。

2.2椅靠背

靠背点以上向后倾斜,与垂直面之间呈6°～12°。靠背面的前凸呈漫圆，上、下缘加工成弧形。靠背下缘与座面后缘之间留有净空。

**3.产品技术要求及试验方法**

3.1桌面高、座面高的允许误差范围为士2mm，靠背点距座面高的允许误差范围为±15mm，其他尺寸误差见QB/T 4071的规定。

3.2材料要求、工艺要求、漆膜理化性能要求、力学性能要求及试验方法应符合QB/T4071的要求。钢木课桌椅的桌面、座面及靠背三个部位为木制件。漆膜色调浅淡、均匀，接近天然木色。

3.3人造板材、钢木课桌椅的甲醛释放量、可溶性重金属含量的要求及试验方法应符合GB18584的要求。

3.4有害物质限量与安全要求执行QB/T4071-2021标准。

**4.安全要求**

4.1所有零部件应无破损。

4.2金属件应无端部未封口的管件，闷盖应不易脱落。

4.3与人体接触的部位、存放物品的部位不应有毛刺、刃角、锐棱透钉及其他尖锐物。

4.4升降、调节机构应设有锁定装置或限位装置，该装置应灵活、可靠、安全。

4.5相对运动的机械装置部件与人体接触部位的间隙应≤5mm或≥25mm。

4.6翻板装置应设有缓冲或阻尼装置。

4.7与人体接触的座面、椅背和扶手等边缘倒圆角的半径至少应为2mm。

4.8某些可能造成伤害的部件，应不可能被接触到，除非使用专门的拆卸工具。课桌椅应不可能被随意拆卸，除非使用专门的拆卸工具。

4.9使用润滑油的部件应适当遮盖。

4.10所有无覆盖的孔洞直径及间隙应≤5mm或≥25mm。

**5.午休课桌椅的功能要求:**

配备具有午休功能的可调节课桌椅，桌面、椅背可倾斜。椅座最大可倾斜150度，或180度水平展开式椅座，桌椅具备升降功能，从0号至10号一次完成。

二、午休室技术标准

具备条件的学校可配备午休床，或使用经过改造具备消防安全条件的场所进行午休。午休室建设可参照《农村寄宿制学校生活卫生设施建设与管理规范》相关规定。

1.午休室人均居室使用面积不宜小于3平方米。

2.午休室选址应防止噪声和各种污染源的影响。宜选择有日照条件，且采光、通风良好，便于排水的地段。午休室不得设在地下室或半地下室。

3.午休室的消防、电气、楼梯、台阶等不能存在安全隐患，应符合国家相应的安全要求。

4.午休室内可根据空间面积配备双层午休床。推荐外观尺寸为：长≥1600mm、宽≥700mm、高≥1600mm。有害物质限量及安全要求皆执行GB28007-2011、GB/T3324-2017、GB/T3325-2017标准。安全要求执行GB/T3324-2017标准。双层床安全栏板的顶边与床铺面上表面的距离不少于 300mm，双层床床褥表面到安全栏板的顶边距离应不少于200mm，且床褥最大厚度应在床的相应位置标上永久性标记线，显示床褥上表面的最大高度。双层床安全栏板长度因设置梯子中断长度，安全栏板缺口长，6岁及以下使用者：300～400；其他：500～600，执行GB/T3324-2017标准。

5.为保证充足的空气量，午休室居室净高不宜过低，在采用双层床时，不应低于3.1米。

三、其他要求

午休应男、女生分开安排，由同性别的教师进行管理。同时，学校图书馆、阅览室、多功能室、体育馆等活动场所在午休时间向学生开放，合理安排午间活动，丰富学生午间生活。午休及午间活动场所应安装监控设施。午休及午间活动期间，学校要加强安全教育，强化安全监管，严防事故发生。