



“校园光盘”在行动

制止校园餐饮浪费,是我们在校学习的重要一课。我市各中小学都进行了形式不同的创新、改革,食育教育也穿插到课堂中间,成为“光盘行动”的重要一环。孩子们也积极响应学校号召,从生活习惯开始,从细微处做起,参与到节约粮食的行动中来,争做节约粮食的传播者、实践者和示范者。



光盘行动

鄞州区钟公庙实验小学 503班
顾爱张(证号 2016503) 指导老师 全艳丽

光盘行动我带头

北仑区绍成小学 502班
万语昕(证号 2004786)
指导老师 李秋叶

相信很多人都有过类似的经历:在餐厅请人吃饭,点得太少不太好,点多了吃不下,顾及面子不好打包,最终只得浪费。学校内饭菜吃不掉,白花花的米饭和富含营养的菜品,都一股脑儿倒进了垃圾桶中,真是可惜了这来之不易的粮食。虽说每人都只倒一点,可那“一点点”累计起来,也不是个小数目!我对此颇有感触。

上周,我作为学校“光盘活动”的义务监督员,监督同学们用餐纪律和餐饮浪费现象。通过一周的执勤,我恍然意识到:浪费现象远比我想象的严重!大部分同学都有挑食的坏习惯,甚至有个别同学,基本上没有动过,将饭菜送回了垃圾桶中。真是令人痛心又气愤。长期下来,不知会浪费多少食物啊!

“一粥一饭,当思来之不易;半丝半缕,恒念物力维艰。”节约粮食是我们每个人应尽的职责。从今天开始,光盘行动我带头,愿校园“光盘之风”越刮越盛!

光盘行动,从我做起

鄞州区宋诏桥小学 509班
何梓悠(证号 2020905)
指导老师 章海颖

“丁零零”,下课了。章老师走进教室,说:“同学们,今天开始,我们要进行光盘活动。”同学们一个个排好队去领餐盒。今天的菜不错,有炒西兰花、红烧鸡腿,还有西红柿炒鸡蛋,都是我喜欢的菜。

开始吃饭了,瞧那个同学,把所有的菜都哗哗舀进饭里,一边津津有味地吃着,一边喝着汤。看她那副满足的样子,小小的一盒饭菜在她眼里似乎成了“满汉全席”。没过几分钟,她便把餐盒里的饭菜全部扫光。有些同学还在排队领餐盒,她已经起身端起空餐盒走到章老师面前。此时,她的餐盒里连一滴汤都不剩,章老师点点头。看着她走出教室,我才慢慢回过神来。

我拿起勺子,舀了一块西兰花放进嘴里,味道真好,于是我加快了速度,一口饭,一口菜,吃得津津有味。不一会儿,大半盆饭菜就被我下了肚。我拿起勺子,把剩下的菜都拌进了饭里,大快朵颐地把剩下的饭吃了下去。当我打着饱嗝,端着餐盘走出去时,不禁想:今天可是我第一次光盘。

大家吃得差不多了,门外倒餐的地方排起了长队,一个接一个,小心翼翼地端着,生怕洒出来一点。当所有人都收拾好餐具,我们发现,今天剩菜的数量减少到原来的五分之一。章老师表扬我们吃得十分干净,说:“节约是一种美德。”

有了今天的光盘经历,我感受到,“光盘行动,节约粮食”应该从每个人做起!



光盘

镇海区骆驼中心学校 202班
施亦萱(证号 2018989) 指导老师 钟红玲



珍惜粮食

海曙区高桥镇何家小学 302班
叶雨淳(证号 2010324) 指导老师 叶安娜

光盘,我们在行动

北仑区实验小学 501班
李梓赫(证号 2004473)
指导老师 李玉艳

以前我们在学校里吃饭时,总会挑自己喜欢吃的、可口的饭菜,其他的一股脑儿扔掉。

一天早上,学校大队部向我们发出倡议,要求全体师生不浪费粮食,每天中午做到光盘。

中午饭时间到了,我们迫不及待地坐到座位上。看着餐盘,我想起老师说过的话:多吃蔬菜,补充维生素,增强免疫力;多吃鱼类,脑袋更聪明;多吃肉,体壮力大;多吃贝壳类,补钙长个……是呀,我不能挑食,要营养均衡,让自己变得更强大。于是,我开心地拿起勺子,对各个坚固的“堡垒”发起最强的攻击,恨不得一口把所有的饭菜全部倒到嘴里。最后,“敌人”前线的“堡垒”已被扫荡得一干二净,只剩下一些“小兵小卒”。我又一小口一小口地吃,唯恐掉一粒米。忽然,我发现了敌人的“大本营”——肥肉,平时最讨厌这道菜了,一吃就觉得腻、想呕吐,但是我严格要求自己“光盘”,把它也给消灭了。

不久,大家都吃完了,一个个空碗和盘子在阳光下闪耀着光芒。望着这些干净的菜盘,我眼前仿佛出现了一张张布满皱纹的农民伯伯的笑脸……



一起光盘
宁波国家高新区新明中心小学
2020班 朱仕辰
指导老师 吴红花



光盘行动,我接力

海曙区横街镇中心小学 304班
童嘉芊(证号 2011020) 指导老师 潘春艳

光盘趣事

宁波国家高新区实验学校 306班
方孟琪(证号 2003290)
指导老师 邬索成

“锄禾日当午,汗滴禾下土,谁知盘中餐,粒粒皆辛苦。”这是我们从小就会背的一首诗。为了响应学校的光盘行动号召,老师要求我们吃多少盛多少。

有一天午饭时间,学校的餐厅熙熙攘攘,混杂着说话和收拾餐盘的声音。这时,我旁边的同学发出大吃一惊的声音,我好奇地凑过去,原来他的盘子边有一只蚂蚁,正在悠闲地爬来爬去。他大叫道:“有一只蚂蚁!讨厌!我不想吃了!”这时候,老师走了过来,问他为什么不吃饭?他说有蚂蚁,可老师说:“不可以浪费粮食哦!这说明你的饭菜实在太好吃了,蚂蚁也想吃呢。”听了老师的话,我们都被逗乐了。老师说得对,只要食物没被污染就可以吃,不能浪费。

回家我把这件趣事讲给家人听,爷爷说:“一只蚂蚁有什么大不了的!以前闹饥荒,野菜、树皮都被吃光了呢!”现在,世界上仍有很多贫困的地方在闹饥荒,我们又岂能浪费粮食呢?我们饭桌上的每一粒米都来之不易,饱含农民伯伯的汗水。他们每天辛苦地劳作,等到秋天收获要经历很长的时间,而我们倒掉粮食只需要几秒钟。

我们一定要珍惜粮食。光盘行动,从我做起!