

附件

营养与健康学校建设指南

第一章 总 则

第一条 根据《“健康中国 2030”规划纲要》、《健康中国行动（2019—2030 年）》和《国民营养计划（2017—2030 年）》的要求，为指导和规范营养与健康学校建设，制定本指南。

第二条 本指南适用于全日制普通中、小学校营养与健康学校的建设，普通高校、中等职业学校、幼儿园建设营养与健康学校可参照执行。

第二章 基本要求

第三条 学校食堂和校外供餐单位要依法取得食品经营许可证。

第四条 连续 3 年未发生因自身原因引起的突发公共卫生事件，连续 2 年未受过相关的行政处罚。

第五条 严格遵守国家相关法律法规，禁止非法交易、食用野生动物，落实卫生防疫相关规定和要求。

第三章 组织管理

第六条 按照《中华人民共和国食品安全法》及其实施条例、《中华人民共和国教育法》、《学校卫生工作条例》、《学

校食品安全与营养健康管理规定》、《关于落实主体责任强化校园食品安全管理的指导意见》、《餐饮服务食品安全操作规范》等相关法律法规，制定营养与健康相关规章制度。

第七条 将营养与健康学校建设纳入到工作规划，并提供人员、资金等保障。

第八条 设立由学校领导、后勤、工会和食堂管理等部门人员组成的营养与健康学校工作领导小组，学校主要领导担任负责人。

第九条 建立防范和抵制食物浪费制度，并采取措施予以落实。

第四章 健康教育

第十条 建立健全健康教育制度，拓展健康教育课程资源。将食品安全、合理膳食、卫生防疫、科学运动、口腔健康、视力保护、心理健康等纳入健康教育教学内容，完善并实施教学评价与质量监控。

营造珍惜食物、节约为荣的氛围。重点培养学生珍惜食物的认识，不偏食不挑食，读懂食品标签标识，养成勤俭节约的良好习惯。

第十一条 明确健康教育课程课时安排。以班级为单位的健康教育课程开课率达到 100%，每学期至少 6 学时。

第十二条 配备有资质的专（兼）职健康教育教师，定期接受相关培训。

第十三条 依托“5·20”中国学生营养日、“师生健康

中国健康”主题健康教育等重要时间节点和活动，多渠道、多形式对学生、教师和家长开展主题健康教育活动。

第十四条 鼓励学校设立健康社团，班（年）级设立健康兴趣小组，开展健康讲座和实践活动，每年至少组织一次相关活动。

第五章 食品安全

第十五条 学校食堂和校外供餐单位要建立健全食品安全管理制度，并在显著位置公示。定期开展食品安全自查，发现问题和隐患立即整改，并保留自查和整改记录。

第十六条 学校食堂和校外供餐单位要严格按照《餐饮服务食品安全操作规范》要求，严格执行进货查验、集中用餐信息公开和食品留样等制度，规范食品加工制作过程，确保提供的餐饮符合食品安全要求。

第十七条 学校食堂要建立食品安全追溯体系，鼓励采用信息化手段，采集、留存食品原料采购、食品贮存及食品加工制作等信息，保证食品可追溯。

第十八条 学校食堂要实施“明厨亮灶”，鼓励运用“互联网+明厨亮灶”加强对食品加工制作全过程的监督。

第十九条 学校食堂和校外供餐单位要配备有资质的专（兼）职食品安全管理人员，定期接受有关部门组织的食品安全、营养健康、卫生防疫等方面的培训与考核。

第二十条 建立学校相关负责人陪餐制度和家长陪餐制度。制定陪餐计划，明确陪餐人员和要求，做好陪餐记录。

第二十一条 学校食堂内不同类别的食品原料、半成品、成品要分开存放。盛放容器和加工制作工具要分类（色标）管理、分开使用，定位存放。

第二十二条 学校食堂要设置专用的备餐间或操作区，并在显著位置公示人员操作规范。校外供餐单位要提供备餐、分餐、送餐温度和时间等记录。

第二十三条 学校食堂和校外供餐单位的餐具饮具要使用物理高温消毒。

第二十四条 学校食堂要实施分餐制度，提高餐饮健康安全水平，要求学生餐一人一份（套）餐具、一人一份（套）饭菜，实现餐具、菜（饮）品等不交叉、无混用的餐饮方式。座位间要保持一定距离，避免高密度聚集用餐。

第六章 膳食营养保障

第二十五条 不得在校内设置小卖部、超市等食品经营场所，不得售卖高盐、高糖及高脂的食品和酒精饮料。不得对含糖饮料、调味面制品等零食进行广告宣传。

第二十六条 学校食堂和校外供餐单位要根据当地学生营养健康状况和饮食习惯搭配学生餐，做到营养均衡；制定食谱和菜品目录，每周公示带量食谱和营养素供给量，带量食谱定期更换。

第二十七条 学生餐每餐供应的食物要包括谷薯杂豆类、蔬菜水果类、水产畜禽蛋类、奶及大豆类等 4 类食物中的 3 类及以上。食物种类每天至少达到 12 种，每周至少 25

种。

第二十八条 学生餐要采用合理的烹调方法，尽量减少煎、炸等可能产生有毒有害物质的烹调方式。采取有效措施，逐步降低盐、油和糖的用量。

第二十九条 按照《餐饮服务食品营养标识指南》对所提供的餐饮服务食品进行营养标示；学校食堂和校外供餐单位提供自制饮料或甜品时，要标示添加糖含量。

第三十条 学校食堂和校外供餐单位要配备有资质的专（兼）职营养指导人员。营养指导人员需要具备为不同人群提供营养配餐的能力，指导采购、配料、加工和营养标示，制定食谱和菜品目录，开展营养健康教育，指导食堂分餐员帮助学生合理选餐。

定期组织学校食堂和校外供餐单位负责人、营养指导人员、食堂从业人员等进行营养健康知识和传染病防控技能培训。学校食堂和校外供餐单位负责人、营养指导人员、食堂从业人员需要接受食品安全及营养健康、卫生防疫以及食物采购、储藏、烹饪和“三减”等方面的重点培训，每年度不少于 20 学时；食堂炊事员需要接受低盐、低油、低糖菜品制作技能培训。

每年组织一次学校食堂和校外供餐单位负责人、营养指导人员、食堂从业人员的岗位能力自我测评和考核。

第七章 营养健康状况监测

第三十一条 建立健全学生健康体检制度，了解学生膳

食、体重、骨骼、口腔、视力、脊柱、心理等状况，建立学生健康档案，将体检结果及时反馈家长，提出有针对性、有效的综合干预措施。

第三十二条 在显著位置摆放身高和体重测量工具，张贴自测自评方法，并定期维护。

第八章 突发公共卫生事件应急

第三十三条 建立突发公共卫生事件报告制度，设立专（兼）职报告人。

制定学校突发公共卫生事件应急处置预案和规程。

第三十四条 定期开展学校突发公共卫生事件应急处置、防控知识及技能宣传和培训。每学年至少开展一次突发公共卫生事件应急演练。

第九章 运动保障

第三十五条 宣传科学运动理念和方法，培养运动健身习惯，实施学生体重管理，构建体医融合模式。

第三十六条 学校体育场地设施配备要达到国家标准，按照体育与健康课程标准及有关规定开齐开足体育课。

第三十七条 学生每天在校需要进行至少 1 小时符合要求的阳光体育运动，包括但不限于拉伸练习、平衡灵敏协调练习、心肺耐力练习、力量练习、脊柱健康练习和骨质增强型运动。

第三十八条 学生需要掌握 1~2 项运动技能。

学生体质健康标准测试优良率小学达到 80%以上、初中 75%以上、普通高中及中等职业学校 70%以上。

第三十九条 建立健全体育教师健康教育培训和考核制度。

第十章 卫生环境建设

第四十条 开展新时代校园爱国卫生运动，改善校园环境卫生，整治校园整体环境。建立生活垃圾分类制度，实施生活垃圾分类管理。

第四十一条 改善教学设施和条件，为学生提供符合用眼卫生要求的学习环境。严格按照建设标准，落实教室、图书馆（阅览室）、宿舍等采光和照明要求，使用有利于视力健康的照明设备。教室照明达标率达 100%。

第四十二条 坚持实施眼保健操等护眼措施，提醒学生采用正确的执笔姿势。要科学合理使用电子产品，教学和布置作业不依赖电子产品，使用电子产品开展教学时长原则上不超过教学总时长的 30%。

第四十三条 采购符合标准的可调节课桌椅，每间教室内至少配置 2 种不同高低型号，教室内学生应当每人一张。根据学生座位视角、教室采光照明状况、学生视力变化情况及卫生防疫要求，每月调整学生座位与间隔距离，每学期个性化调整学生课桌椅高度，使其适应学生生长发育变化。

第四十四条 向学生提供免费、充足、符合卫生标准的白开水或直饮水。盛装开水的器皿（如保温桶等）要定期清

洗消毒并加盖上锁。教室或宿舍桶装饮用水要符合相关标准要求，饮水机等涉水产品要依法取得卫生健康行政部门许可批件。

第四十五条 按照学生与教职员工数量，配备洗手、消毒设施或用品。

第四十六条 建设无烟校园，校园内全面禁止吸烟，设置禁止吸烟标识。

第十一章 附 则

第四十七条 本指南由国家卫生健康委、教育部、市场监管总局和体育总局依职责负责解释。

第四十八条 本指南自发布之日起施行。