

给父母做饭的心得体会大学生(汇总5篇)

心得体会是我们在经历一些事情后所得到的一种感悟和领悟。好的心得体会对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得体会那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

给父母做饭的心得体会大学生篇一

众所周知，父母是我们生活中最重要的人。而作为子女，能够为父母做一顿可口的饭菜，无论是作为感恩还是表达关爱都是一种意义深远的行动。我曾有幸为父母做饭，这个经历不仅让我体验到了家庭的温馨，更让我明白了亲情的珍贵。

第二段：家常菜的味道

无论是忙碌的平日还是悠闲的周末，每当我决定为父母做饭时，我总是会选择一些家常菜。因为从小到大，父母所做的每一道菜都充满着家的味道，这也是我们最喜欢的味道之一。而我希望通过自己的努力，能够为他们做出一样美味的饭菜，以表达我对他们的感激之情。

第三段：用心与爱的结晶

在为父母做饭的过程中，我深切体会到它所代表的不仅仅是一顿饭，更是对父母关爱的体现。每当我为父母准备食材、调配佐料时，我会仔细思考他们的喜好以及健康需要。我会选择新鲜的食材，用最合适的烹饪方式来制作。这样不仅能够保持菜品的营养和口感，更能够让我心甘情愿地为他们付出。

第四段：共享美味的时刻

当我把为父母做好的菜品端到餐桌上时，看到他们满意的笑

容和期待的眼神，我的心里充满着无尽的喜悦。这一刻，我觉得自己的辛苦都是值得的。我们一家人围坐在餐桌前，享受着自己亲手制作的美食，相互分享着快乐和故事。这样的时刻让我感到家庭的温暖，也让我更加珍惜和父母在一起的每一天。

第五段：感恩与奉献

为父母做饭不仅仅是一种行为，更是一种对父母无私奉献的表达。父母为我们操劳一生，无论是物质上的付出还是精神上的支持，他们从不求回报。因此，我们作为子女，无论是在什么场合下，都应该主动为父母做一顿饭。这是我们对他们的感恩之情的表达，也是一种回报和尊重的体现。因为只有心存感恩，我们才能真正明白亲情的珍贵，才能珍惜每一次为父母做饭的机会。

总结：

为父母做饭是一种关爱的体现，更是对父母辛苦操劳的回报和感恩的表达。用心制作美味佳肴，既可以满足他们的味觉，更能让他们感受到我们的爱与关怀。而在共享美味的时刻，我们可以感受到家庭的温暖和幸福。因此，让我们珍惜每一次为父母做饭的机会，用心去真正体会亲情的珍贵，让每一顿饭成为我们相互间最美好的回忆。

给父母做饭的心得体会大学生篇二

做一顿美味的饭菜，不仅是满足家人胃口的重要任务，更是体现孝心和爱的表达方式。近年来，随着生活节奏的加快和工作压力的增大，很多年轻人都减少了在家烹饪的时间。然而，为了让父母吃到健康美味的饭食，我愈发认识到了亲自为父母做饭的重要性。在此将分享我为父母做饭的心得体会。

第二段：孝顺与传统

孝顺是中华民族的传统美德，而为父母做饭正是孝心的具体体现。每当我认识到父母那轮廓中的岁月痕迹，我心生一股深深的怜惜之情。曾经他们如同地球上的太阳，每一天都给予我无尽的光明和能量，而现在，他们已经年迈，需要我来照顾。为了回报父母的养育之恩，我一定要用心做好每一道菜肴，让他们感受到我的孝心和关爱。

第三段：健康与关怀

在家自己亲手做饭，我能完全控制食材和烹饪方法，确保父母进食的菜品具有丰富的营养成分，并且不会添加过多的调料和油脂。了解到他们的身体状况后，我会有针对性地选择食材，如增加补血的食物，减少盐分和糖分的摄入量，以减轻他们日益增长的健康问题。同时，我也会密切关注他们的口味偏好，逐渐改变我自身的调味习惯，以便为他们烹饪出更符合他们口味的菜肴。

第四段：快乐与创新

做饭是一项生活琐事，但意义非凡。每当我为父母烹饪时，我能感受到内心莫名的快乐。看着他们品尝美食的表情，我觉得自己付出的努力是值得的。为了让餐桌上的饭菜更加美味，我也不断尝试新的烹饪方法和菜谱。有时候，我会去市场寻找新鲜的食材；有时候，我会浏览烹饪博客寻找创意菜肴的灵感。通过不断的尝试和创新，我不仅给父母带来了美味的享受，也提升了自己的烹饪技巧。

第五段：心灵的相通

为父母做饭不仅仅是为了满足他们的味觉，更是一种心灵的相通和交流。在为他们做饭的过程中，我能够与他们相处更多的时间，倾听他们的忧愁与喜悦。这些时刻，让我更加了解他们，更加与他们建立起亲密的关系。我怀着感恩的心态烹饪，他们也时刻感受到了我的关心和呵护。这种沟通和关

怀，培养了我们更加深厚的亲情。

结尾：

照顾父母是每个子女的责任，而为父母做饭是最基本的一种方式。通过亲手为父母准备美味的饭食，我们不仅能够满足他们的生活需求，更能够表达我们对他们的爱和感激之情。而自己亲手为父母做饭的过程，更是一个关爱和传承的过程。希望越来越多的子女能够意识到为父母做饭的重要性，并将这份爱与关怀传承下去。

给父母做饭的心得体会大学生篇三

有一次，爸爸出差回家，阿妈妈不在家，爸爸有些难受，回到家放下行李就去睡觉了，而且脸上红彤彤的，过了半个小时，爸爸醒了，可他的头还是晕，非常难受，我问他吃饭了吗？他说没吃，我想让妈妈回家做饭，可打电话妈妈不接电话，没办法我只好亲自下厨为爸爸作午餐。

我慢慢地走进厨房，看见厨房里的菜架上有芸豆、西红柿、辣椒这三种蔬菜，我想平时妈妈叫我做过炒芸豆，所以我决定作炒芸豆。

我拿起芸豆，先把两头拔掉，然后洗干净，把它切好，把肉拿出来切成肉条。

一切准备好后，我开始炒了。

我把锅放好，点起火，倒好油，等油热了之后，放八角，再放肉跳，放甜酱。

等肉慢慢由甜酱的颜色后，我就开始放芸豆，我学着妈妈的样子小心翼翼的放芸豆，当我刚放进去的时候，油花四溅，从锅里出来的烟熏得我直咳嗽，这时我才把油烟机打开，过

了一回眼慢慢的散开了，我用铲子翻了翻菜，然后盖上锅盖让他慢慢的煮。

下一步，我开始淘米，然后让它开始熬饭，这是芸豆也差不多了，我掀开锅盖，撒了两勺盐，我又翻了翻，关上火，把芸豆乘了出来。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)

给父母做饭的心得体会大学生篇四

在当代社会，由于工作压力和生活忙碌，很多父母往往无暇顾及每天的用餐问题。年轻一代则开始意识到这一点，并主动地为父母做饭。我也不例外，最近开始了我为父母做饭的旅程。这个过程中，我不仅学会了一些烹饪技巧，更体会到了饮食对于人际关系的重要性。

第二段：身份角色的转换

从小到大，我们都习惯于被父母照顾、呵护。然而，当我开始为父母做饭时，我意识到这种关系发生了转变。我从被照顾的一方变成了照顾他们的一方。这种转变带给我一种成长

的体验，让我明白了家庭成员之间的关系是互相依存、相互支持的。

第三段：学习烹饪技巧

为了为父母做一顿合心意的饭菜，我开始学习烹饪技巧。通过观看烹饪教程、阅读家常菜谱，我逐渐掌握了一些基本的烹饪技能，并且能够自己创新出一些菜式。这个过程让我对烹饪产生了浓厚的兴趣，也让我深刻认识到美食的独特魅力。

第四段：感受父母的爱和幸福

每当我将一桌精心烹饪的饭菜端上桌时，父母的脸上总是洋溢着满满的幸福和满足。他们品尝着我的手艺，不禁发出赞叹和夸奖。这使我明白到，爱和关怀不仅仅是语言的表达，它还可以通过行动传递。我为父母的每一餐饭所付出的努力，不仅为他们带来了美味，更重要的是为他们带去了温暖和幸福。

第五段：家庭的情感交融

通过为父母做饭，我在烹饪的过程中与他们建立起更加密切的联系。我们一起挑选食材、讨论菜谱，分享着饭菜带来的喜悦和满足。这种亲密的互动让我们之间的亲情更加浓厚，也让我更加体会到母爱和父爱的伟大。我开始认识到家庭不仅仅是一个生活的场所，更是一个温暖的港湾，是我们心灵的归宿。

总结：

为父母做饭不仅是为他们提供了营养，更是一种无声的表达爱的方式。通过学习烹饪技巧，我体会到了烹饪的乐趣，也让家庭成员之间的关系更加紧密。同时，我也更加明白，家庭是人生旅途中最温暖、最重要的支持系统。通过为父母做

饭，我不仅成长了自己，也加深了与父母之间的感情。

给父母做饭的心得体会大学生篇五

随着周末的降临，我和妈妈正懒洋洋的躺在沙发上，享受着周末难得的休息。但时间却过去的很快，马上就要到饭点了，可妈妈却赖在沙发上不愿意起来。

想想也是当然的，虽然是难得的休息日。但从早上开始，妈妈不仅将整个屋子有扫又拖，还把全家人的衣服都洗干净，又将晒干的衣服整理好。一天下来，其实一点也都不轻松。看着妈妈这么辛苦，又想起我在这一天周末里，什么忙都没帮上，我决定，要帮妈妈接下做饭这个任务!话虽如此，但毕竟我个人的厨艺有限，如果就我一个人来的话，可能今晚全家都吃泡面了，为此，我也借助了妈妈的智慧!

在听到我的提议之后，妈妈也露出了欣慰的笑容，并决定全力支持我来掌勺今晚的晚饭，随后，在妈妈的指挥下，我开始了晚餐的第一道工序——煮饭!

煮饭这件事听起来很简单，做起来也同样很简单!只要将要淘洗过的米和水一起放进电饭锅里，等待它自动完成就好了!但就在我按照步骤做好后，却遭到了妈妈的否定。“不对，水太多了!”，“现在又太少了!”来来回回好几次，我也终于掌握了诀窍，原来，只要锅中的水能浸没一个指节就算是刚刚好了!可妈妈为了考验我，却到最后才告诉我这个秘诀!看来，我也不能完全将思考交给妈妈，还要自己多多的思考和反思生活中的日常才行!

然后，就是今天的主菜了!辣椒炒肉!这道菜在我们家总是经常出现，也是我最喜欢的一道菜之一，但今天却要我亲自来料理他，想象还是挺紧张的。

首先，要将肉和辣椒等食材处理好!在切菜的时候，辣椒还好

说，又硬又脆，轻松就能用刀一切开，即使是我这样的新手也能简单搞定。

但肉就没这么容易了！一块五花肉，又滑又软，我连抓住它都感到很费劲，何况要切成大小均匀的小块？但在妈妈的指点下，我也很快找到了诀窍，一手压住肉，一手将刀小心的顺着边缘切下，一块肥瘦相间的五花肉就这样切好了！

最后，我倒油下锅，一边小心意义的避开溅出来的热油，一边小心翼翼的处理各种食材。而妈妈则在一边帮我看着火候，还教导了我该加怎样的调料，又该怎么看熟了没有。

终于，在一番努力过后，一顿由我亲自下厨的大餐终于出炉了！看着桌上一道道诱人的美食，等爸爸回来的时候，他一定认不出这是我的手艺！

但经过了此次做饭的尝试，我也收获了很多，不仅仅是做饭的乐趣，同样还认识到了父母的辛苦。做饭并不轻松，而父母却要一年四季不间断的为我做饭，真的很感谢你们！

今后，我会多多锻炼，让你们多品尝品尝我的厨艺！