

最新中班保育员的工作总结 中班保育员工作总结(模板9篇)

总结是对过去一定时期的工作、学习或思想情况进行回顾、分析，并做出客观评价的书面材料，它有助于我们寻找工作和事物发展的规律，从而掌握并运用这些规律，是时候写一份总结了。总结怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是小编精心整理的总结范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

中班保育员的工作总结篇一

时光飞逝，本学期的各项工作即将结束，在各级领导和同志们的共同帮助下，尽职尽责地完成了自己的本职工作，下面，我从以下几点方面总结如下：

一、政治思想方面

教师是幼儿心中的榜样，在全面推进素质教育的今天，作为教师更应提高自身素质，树立职业道德，以高尚的道德风范去影响幼儿，当好幼儿健康的指导者和引路人。因此，我能够提高自身的职业道德修养和素质，搞好班级的团结，相互配合，努力完成园领导交给的任务。

二、保育工作方面

认真执行卫生保健制度，严格执行消毒工作。我坚持做好室内环境和玩具的消毒工作，把培养幼儿良好的卫生习惯作为卫生保健工作的重中之重。通过我们的努力，有效的控制疾病的传播，确保了幼儿的健康。

在日常教学活动中，我能够配合其他老师工作，为幼儿准备活动用品，户外活动时，为了加强幼儿的安全意识教育。活

动时我先讲规则，并教幼儿一些自我保护的技能。

积极协助老师组织活动，做到眼疾手快，保证幼儿的安全。能做好班级的各项消毒，以防病毒感染。能搞好班级和包干区的卫生工作。物品摆放整齐，保持桌面、活动室的四角无杂物，以免蚊虫的滋生，让幼儿生活在干净、舒适的环境中健康地成长。

能培养好幼儿的各种生活习惯，以防幼儿病从口入。

在活动中能注意幼儿的安全，多关注体弱幼儿，适当增加他们的活动量，并注意及时给他们抹汗和更换衣服。能做好幼儿活动的护理工作。根据天气的变化给幼儿增减衣服，活动前注意提醒幼儿喝水，活动时注意给幼儿抹汗等等。

工作中，我服从领导分配，能做到干一行爱一行，并对照保育员职责逐条逐项地进行自查。按要求完成本职工作。不怕脏，不怕累，不怕苦，勤勤恳恳，任劳任怨，今年xx活动期间，我能够克服家中的困难，加班加点赶制演出服装，受到园领导的表扬。

三、存在的不足之处

工作中，有时会出现一些急躁情绪。在轻声教学方面有待加强。

以上是我的工作总结，请领导和同志们批评指正。

中班保育员的工作总结篇二

随着社会的发展、家长对幼儿园保育工作的高度重视，因此对幼儿园的保育工作提出了更高更新的要求，这就要求我不断学习，不断进步，才能确保幼儿健康、愉快、安全的生活，才能当一名合格的保育员教师。在工作中做到：（1）虚心的

向有经验的老师学习，学习她们在保育方面的长处和经验，借此来不断提高自己的保育水平。（2）毫无怨言的完成幼儿园的工作任务及本班的保育工作。

我每天早上来园就把教室的门窗打开通风，把毛巾、口杯进行消毒，并把物体表面擦的干干净净，物品摆放整齐，玩具清洗消毒，在饭前和饭后给幼儿洗手、擦嘴，让幼儿养成讲卫生的好习惯，吃完饭用消毒液擦桌子、拖地，从而减少病菌的生长，让宝宝在舒适的环境中成长。

每天定时提醒宝宝去上厕所，并给他们将裤子提好。宝宝如果进行了户外活动，我及时给他们抹汗、垫毛巾、更换衣服，根据天气的变化给幼儿增减衣服，每次活动前提醒幼儿喝水、上厕所。活动后给幼儿清洁手和面部卫生。如有幼儿生病，我会按时给他们喂药，注意是否发烧，对他们多多照顾。宝宝吃饭时，要教育他们饭前洗手、专心吃饭，进餐时不说话，不乱扔，不掉饭的好习惯。

虽然是做保育工作，但我知道要保教结合。所以我每次做完自己的卫生、消毒工作后，我还会协助曾老师和周老师的教学工作，以及帮老师们管理好小朋友的常规工作。

我知道要搞好班级工作，需要家长的配合。我能热情对待每一位家长，注意和家长沟通。接送孩子时和家长聊上几句，了解一下幼儿在家的表现或者关心一下幼儿的身体情况，家长都感觉非常高兴和温暖。同时，我及时向家长反映幼儿在园生活、学习情况，认真听取家长建议。

以本园的《保育员的职业守则》为基础，以每学期的工作计划为目标，认真贯彻《幼儿园教育指导纲要》的精神，严格遵守认真学习保育知识，不时提高保育质量。积极参与园里举行的各种保育学习活动，努力提高自身素质。

坚持每天的消毒工作，教室、寝室、用具、玩具用84消毒液

消毒，床上用品勤洗换，保证被褥都晒足够阳光。使孩子在整洁舒适的环境中健康成长，为幼儿营造通风、干净、温馨的学习环境是责任和义务。

为了避免近期流行甲型h1n1流感病的发生，除每天用84消毒液消毒外，还定时对教室和寝室进行紫外线空气消毒，同时做好常有关方面流感病的预防措施，发现问题及时报告和处理。

我在保育员岗位上做了很多年，我慢慢地在保育员这个岗位上琢磨出了门道，那就是要“勤”，比如：勤开窗户、勤打扫、勤消毒、勤晒棉被等等，除了手脚要勤快利落外，脑子也要勤快，要经常思考，“为什么要这样做”，今天这件事我做的对不对“等等，常常反思一下自己的工作，以便在以后的工作中，更好改进，不断进步。

在一个单位里工作团结是最重要的，做为保育员，与老师之间的团结奋进，密切合作那是更不可缺少的。所以，教师和保育两者之间要相互配合，相互理解，相互支持，经常沟通，一同探讨保教工作方案，团结一致，共同努力，互相关心每一个幼儿，使孩子健康生长。

在本学期的工作中，我还是有许多不足之处，如在工作中有时会出现一些急躁情绪，在完成一些工作的时候有些散漫的态度，虽然之自己领悟到“勤”的道理，但有时心里的“惰”确在作祟。所以有些工作常常会出现个种漏洞，这也就让我受到了园领导的不少批评。以后要更加勤勉，更加努力才行。

中班保育员的工作总结篇三

时光飞逝，转眼之间，一个学期很快过去了，回顾这一学期自己的工作，真是有喜又忧，但我以“为了孩子的身心健康，为了孩子的可持续发展，尽心尽责的工作”为宗旨，全身心

的投入到工作当中，也十分感激中心幼儿园领导对我的信任和支持。现将这学期的工作总结如下：

每一天我一进教室，第一件事就是开窗通风，做好毛巾、杯子的消毒工作，以及各项卫生工作。在平时，为了让幼儿养成良好的生活习惯，在进行盥洗时，能及时看好秩序，注意幼儿的安全，并交给幼儿正确的洗手方法，即使天冷也让幼儿坚持饭前便后洗手；在午餐时，让幼儿做到不讲话、安静愉快的吃完自己的一分饭菜，做到不挑食、偏食，针对进餐有挑食的孩子，给予引导，逐步培养幼儿良好的进餐习惯；在午睡时，我严格要求幼儿养成良好的午睡习惯，培养幼儿正确的睡姿，安静入睡；在接送方面，坚持做到人卡分离，认真完成职责，全心全意为幼儿服务。孩子的欢乐，是对我工作的鼓励，家长的满意，是对我工作的肯定。

认真学习幼儿园《纲要》及《幼儿园管理规程》，全面了解幼儿教育新动态，思想紧紧跟上现代教育的步代。在教学中，尊重幼儿，营造平等、和谐温暖的氛围，用眼睛关注每位幼儿，从幼儿身上汲取闪光点，去点亮他们自信的明灯，我帮忙幼儿发现自己的优势、智能，建立自信和对团体的归属感。在课堂上利用各种生动形象的直观教具激发儿童的兴趣。真诚对待每一位家长，如实的和他们交流对孩子教育方面的看法，对家长提出的要求尽量去满足，对家长提出的教育孩子的问题帮着查资料回答。当问题出现第一时间与家长联络很重要，让家长明白教师对问题很重视，对幼儿发展很在意。园内半日活动中，家长看到了自己孩子各方面的表现与提高，也看到了别的孩子的优点，有助于家长帮忙孩子找差距与不足，找到继续教育引导的方向。

总之，这学期来，我努力做好本职工作，但在工作中也难免存在不足，我会在工作中加以改善，扬长避短，继续努力，把工作做好，力争更上一层楼。

中班保育员的工作总结篇四

随着社会的发展、家长对幼儿园保育工作的高度重视,所以对幼儿园的保育工作提出了更高更新的要求、这就要求我不断学习,不断提高,才能确保幼儿健康、愉快、安全的生活,才能当一名合格的保育员教师、在工作中做到:

2、毫无怨言地完成幼儿园的工作任务及本班的保育工作

中班保育员的工作总结篇五

时光飞逝,转眼间又到了总结一个学期工作的时间了。作为一名保育员,我在领导和各班老师们的共同努力下,尽职尽责地完成了自我的本职工作,很荣幸能与此刻的各位老师共同提高,我也在大家的身上学到不少的知识。以下,我将进行本学期的工作总结。

随着社会的发展、家长对幼儿园保育工作的高度重视,所以对幼儿园的保育工作提出了更高更新的要求。这就要求我不断学习,不断提高,才能确保幼儿健康、愉快、安全的生活,才能当一名合格的保育员老师。在工作中做到:

1、虚心的向有经验的老师学习,学习她们在保育方面的长处和经验,借此来不断提高自我的保育水平。

2、毫无怨言地完成幼儿园的工作任务及本班的保育工作。

我每一天早上来园就把教室的门窗打开通风,把消毒好的杯子、毛巾摆好,并把物体表面擦的干干净净,物品摆放整齐,整理好玩具和桌椅。吃饭前用消毒液擦桌子,并用清水再擦一遍,从而减少病菌的生长,让幼儿在舒适的环境中成长。

每一天定时提醒宝宝去上厕所,并给他们将裤子提好。宝宝如果进行了户外活动,我及时给他们抹汗、垫毛巾、更换衣

服，根据天气的变化给幼儿增减衣服，每次活动前提醒幼儿喝水、上厕所。如有幼儿生病，我会按时给他们喂药，注意是否发烧，对他们多多照顾。宝宝吃饭时，要教育他们饭前洗手、专心吃饭，进餐时不说话，不乱扔，不掉饭的好习惯。

虽然是做保育工作，但我明白要保教结合。所以我每次做完自我的卫生、消毒工作后，我还会协助陈老师和林老师的教学工作，以及帮老师们管理好小朋友的常规工作。

我明白要搞好班级工作，需要家长的配合。我能热情对待每一位家长，注意和家长沟通。接送孩子时和家长聊上几句，了解一下幼儿在家的表现或者关心一下幼儿的身体情景，家长都感觉十分高兴和温暖。同时，我及时向家长反映幼儿在园生活、学习情景，认真听取家长提议。

在做好本职工作的同时，不断提高自身的技能，加强手工等技能的练习，配合班级老师做好环境创设和区域自制材料的制作。并在幼儿园开展的保育员手工制作比赛中，取得了一等奖的好成绩。中班幼儿自理本事较差，在幼儿入园适应后，不断培养幼儿良好的生活自理本事，帮忙幼儿学习自我穿衣、自我穿鞋袜，在幼儿自理本事比赛中，本班幼儿取得了一等奖的可喜成绩。

七、今后努力的方向

对于我个人，要学习的东西、知识还有很多，无论是教育还是保育，都是我学习的目标。要把好的方面坚持住，不够的地方像别人学习，把别人身上的精华吸取过来，使自我成为一名合格的保育员老师。

中班保育员的工作总结篇六

时光飞逝，转眼之间，一个学期很快过去了，回顾这一学期自我的工作，真是有喜又忧，但我以“为了孩子的身心健康，

为了孩子的可持续发展，尽心尽责的工作”为宗旨，全身心的投入到工作当中，也十分感激中心幼儿园领导对我的信任和支持。现将这学期的工作总结如下：

每一天我一进教室，第一件事就是开窗通风，做好毛巾、杯子的消毒工作，以及各项卫生工作。在平时，为了让幼儿养成不错的生活习惯，在进行盥洗时，能及时看好秩序，注意幼儿的安全，并交给幼儿正确的洗手方法，即使天冷也让幼儿坚持饭前便后洗手；在午餐时，让幼儿做到不讲话、安静愉快的吃完自我的一分饭菜，做到不挑食、偏食，针对进餐有挑食的孩子，给予引导，逐步培养幼儿不错的进餐习惯；在午睡时，我严格要求幼儿养成不错的午睡习惯，培养幼儿正确的睡姿，安静入睡；在接送方面，坚持做到人卡分离，认真完成职责，全心全意为幼儿服务。孩子的欢乐，是对我工作的鼓励，家长的满意，是对我工作的肯定。

认真学习幼儿园《纲要》及《幼儿园管理规程》，全面了解幼儿教育新动态，思想紧紧跟上现代教育的步代。在教学中，尊重幼儿，营造平等、和谐温暖的氛围，用眼睛关注每位幼儿，从幼儿身上汲取闪光点，去点亮他们自信的明灯，我帮忙幼儿发现自我的优势、智能，建立自信和对团体的归属感。在课堂上利用各种生动形象的直观教具激发儿童的兴趣。真诚对待每一位家长，如实的和他们交流对孩子教育方面的看法，对家长明确提出的要求尽量去满足，对家长明确提出的教育孩子的疑问帮着查资料回答。当问题出现第一时间与家长联络很重要，让家长明白教师对问题很重视，对幼儿发展很在意。园内半日活动中，家长看到了自我孩子各方面的表现与提升，也看到了别的孩子的`优点，有助于家长帮忙孩子找差距与不足，找到继续教育引导的方向。

总之，这学期来，我努力做好本职工作，但在工作中也难免存在不足，我会在工作中加以改善，扬长避短，继续努力，把工作做好，争取更上一层楼。

保育员要保证供给给幼儿全面的合理的营养，加强幼儿的身体锻炼，落实有效的防病防范措施等，是提升幼儿的健康水平的重要环节，也是幼儿园工作中的重点。

中班保育员的工作总结篇七

本学期环境创设工作主要分为幼儿环境保护教育，主题活动环境、区角活动环境、自主性游戏活动环境的创设以及家长园地的创设。下面分别从这五个方面来讲：

幼儿由于年龄小，好奇心强，好胜心强，易于模仿，需要反复的、潜移默化的熏陶教育。我们会注意在日常生活中对幼儿进行随机教育，会收到事半功倍的效果。如在洗手、洗脸时，在水龙头旁边，设计较为简单的图案，提醒幼儿随手关闭水龙头，让幼儿懂得注意节约用水，知道珍惜每一滴水。在吃饭时，表扬不浪费粮食、不挑食的幼儿，激励其他幼儿养成良好的行为习惯。在午睡用上下楼梯时，提醒幼儿走路轻、说话轻、拿放东西也要轻，防止噪音产生。在午点后，与幼儿一起回收废塑料瓶等等。通过日常生活的小事，及时表扬鼓励有良好行为的幼儿，激发幼儿争当“环保小卫士”的愿望，使幼儿乐于自觉地加入到环保行列之中。

本学期有六个主题活动，分别为：《快乐的家》、《春天的图画》、《圆圆的世界》、《身体畅想曲》、《可爱的动物》、《欢乐的“六一”》。主题环境是根据我们主题的实施而变化的。在每一个主题开始时，老师、孩子、家长都会一起收集资料，我们会根据孩子的兴趣和需要把收集的部分资料布置在主题墙上，供幼儿欣赏和自由讨论，并从中获取知识，激发探索的欲望。在活动中，我们也会把孩子的作品，如剪纸、绘画、折纸等布置在主题上，让幼儿交流、学习，不仅促进了幼儿间的感情，还提高了幼儿学习的积极性，树立了幼儿的自信。当然，要让孩子生活在一个美的环境中，幼儿才能身心愉悦，因此在强调幼儿参与的同时，也要考虑的墙饰的美观，这就需要教师对主题墙版块的设计和适当的

修饰。

本学期准备开展七个区角：图书角，自然角、数学角、音乐角、科学角、建筑角、美工角。首先，在每个区角我们应该设计区角的标识，让幼儿知道自己玩的是什么区角。其次，根据幼儿的兴趣和需要投放材料。在这个过程中也需要和主题相结合，如第一个主题《身体畅想曲》中，在美工角，就可以投放折纸图示和纸，引导幼儿在日常生活中折一折衣服和裤子等等。区角活动的材料也随着主题的改变而适当增减材料。

本学期我们将继续开设小小银行、宝宝点心店、咪咪理发店等自主性游戏。首先，我们将丰富各个游戏点的材料。如在理发店多做一点发饰等。自主游戏材料的投放和主题活动也要相联系，可以根据开展的主题适当丰富游戏材料和增设游戏。如在主题《春天的图画》中，可以开设水果店游戏，小菜场游戏。在主题《圆圆的世界》中，点心店里可以制作圆圆的饼干，圆圆的蛋糕，在主题《可爱的动物》中，在超市中可以开设动物玩具专柜等等。

在家长园地墙饰的布置中，我布置了两只可爱的小鸡，中间是一颗编织的爱心，爱心上拴着四个气球，象征着我们小朋友的团结和友爱。在家长园地上，我们设计了四个版块：有温馨提示、一周活动在线、请您帮助、育儿知识。都是一周一换，主题总目标以主题实施时间而跟换。

本学期的环境创设主要以这五方面为主。基本上环境、材料会随着主题的改变和幼儿的兴趣和需要而跟换。让幼儿得到个方面的发展。

幼儿春季传染病预防知识

随着春天的脚步向我们走来，各种传染病也悄悄的来到我们身边。春季是各种传染病的高发季节，而儿童为传染病的高

发人群。

作为家长，我们可以为孩子做些什么呢？

- 1、室内经常开窗通风，保持空气流畅，定期用各种空气消毒剂喷洒房间。
- 2、加强体育锻炼、增强体质，提高机体对病原菌的抵抗力。
- 3、注意孩子的衣着，孩子穿衣要适当，随气温变化增减，衣着要以脊背无汗为适度。
- 4、注意给孩子平衡膳食，这样可以增强身体的抵抗力。在饮食上可以多给孩子补充些维生素，多给孩子喝水也可以达到预防的目的。
- 5、严格按照儿童计划免疫接种程序按时注射疫苗，提高对传染病的免疫力，以预防传染病。
- 6、教育孩子讲究饮食卫生、个人卫生和文明的生活方式。养成餐前便后洗手的习惯。尽量少去公共场所和人群较为拥挤的地方。
- 7、孩子的被褥、衣物、手帕经常拿到阳光下暴晒，食具、玩具和便器要定期消毒，消除病原菌的传播。

愿每一个宝贝们每天健康快乐的成长，感冒少少，身体棒棒！

中班保育员的工作总结篇八

时光飞逝，转眼间又到了总结一个学期工作的时间了。作为一名保育员，我在领导和各班老师们的共同努力下，尽职尽责地完成了自己的本职工作，很荣幸能与现在的各位老师共同进步，我也在大家的身上学到不少的知识。以下，我将进

行本学期的工作总结。

一、思想工作方面

在这个学期里，本人能够遵守园内的各项规章制度，热爱集体，能坚守工作岗位，不迟到、不早退，无事不请假，对幼儿一视同仁，与同事相处融洽。服从领导的分配，乐意接受各项任务，并且尽力把它完成。班上出现问题，能够与班上的老师共同商量解决。同时创造新的好的办法传授给大家，积极认真的参加保育员及其他的各种学习，每次学习都认真的做好笔记，在工作中遇到有问题时，做到早发现早解决，主动听取保健医生的意见，做到不隐瞒自己的不足和错误；经常与保健医生交流。

二、生活卫生方面

做到来园开窗通风，搞好室内外卫生，保证环境清洁整齐。做好晨间各项准备工作。保持卫生区地面干净、无污物、无积水、墙饰整洁、画框无尘土；盥洗室地面洁净干燥、无积水、水池及墙壁无污物，每天勤擦，消毒盆每次用完清洗、盆内无浸泡物；盥洗室地面坚持每2-3周一次大的清刷，为保证幼儿的身心健康，减少污染没采用任何酸性物刷地，而是采用清水刷洗地面；每天下班后清洗毛巾，为毛巾消毒，保证毛巾洁白有淡淡的消毒液味；每天清洗水杯、消毒水杯，保证水杯体外明亮无污物、水杯内无事物残留；不把当天的活留到第二天再做；厕所保持无异味、地面干燥洁净、清洁用具挂放整齐、不堆放垃圾；厕所坚持每次上完后冲洗墩地，发现有异味及时用淡洁厕灵浸泡一会墩干，做到每天消毒不少于三次，经常用坛香去味，做到勤冲勤刷；墩地用的墩布严禁分开使用，做到经常消毒；活动室地面洁净干燥，物品摆放整齐，教具、玩具洁净无尘土，室内空气清新无异味；幼儿被褥叠放整齐，经常凉晒；认真做好班中每个角落的卫生，把每天的都当作卫生大检查来对待；严格执行一日卫生消毒，坚持每天三餐的卫生消毒。各种资料记录清晰，时间准确，按时上交。

三、保育工作方面

本人能够热爱幼儿、关心、耐心、细心、热心地对待每个幼儿。能积极搞好本班的清洁卫生工作，做好幼儿用具的消毒工作，能够细心照顾幼儿的生活，根据天气的变化，及时为幼儿穿、脱衣服。注意护理体弱多病的幼儿，仔细观察有不适宜的幼儿全天的情况，及时与家长沟通。午睡时，注意巡视，做到及时发现问题及时处理。户外活时对幼儿进行安全教育，能有秩序的上下楼以及玩各种大、小型玩具，防止意外事故的发生；为幼儿擦汗、擦拭鼻涕；引导知道玩累了休息；配合教师培养幼儿的一日生活常规。

四、在协助教师工作上

本人能够积极配合，任劳任怨。在活动前能根据教师的教学计划，为老师准备好教具、学具和布置好场地等等。积极的参与一些简单玩具的制作。配合好教师耐心的照顾每一名幼儿，做好接园、离园的工作；并做好家长工作。

时间在幼儿的成长中过去了，对于我个人，要学习的东西、知识还有很多，无论是教育还是保育，都是我学习的目标。要把好的方面坚持住，不够的地方像别人学习，把别人身上的精华吸取过来，使自己成为德育、教育、保育都合格的教师。

以上四个方面是我的工作总结，虽然取得了一些成绩，也获得了一些经验，但是仍然存在很多的不足之处，今后我将更加用心的去工作，不断总结和完善，争取把保育工作做的更好。

中班保育员的工作总结篇九

合理营养是创设健康膳食环境的主要目标，是推动幼儿生长发育和物质能量代谢的必要条件。合理营养体此刻膳食上就

称为平衡膳食。任何一种食物都不可能包含所有的营养素，任何一种营养素也不可能具备全部营养功能。因此，我们把各种食物合理调配，使有不一样营养特点的食物在膳食中占有适当比例，从而保证幼儿的营养需要和膳食供给平衡、各种营养素和热量平衡、各种氨基酸平衡和各类食品平衡。

科学合理制定幼儿食谱，是保证幼儿健康成长的关键。根据需要，我们成立了有家长参与的食谱制定小组，参与幼儿食谱的制定。成立伙食管理委员会，每月开一次会，听取各方意见，及时改善，不断提升膳食质量。另外，保健教师定期计算每日膳食中各种营养素的供给量，制定食谱。

科学烹调对食物的消化、吸收、利用和提升其营养价值均有重要作用。我们做好食堂人员的培训，具体做法如下：

1. 洗。仔细冲洗，去除寄生虫卵和残留农药，尽量不在切后洗，更不在水中浸泡，以减少水溶性营养素的流失。
2. 切。根据幼儿消化机能尚未发育健全的特点，菜肴制作时原料要切得细、碎，尽量做到现切现烹，以减少营养素的流失。
3. 配。既配质量，配色、香、味、形，更重视配营养，荤素搭配，粗细搭配。
4. 烫。根据菜肴属性，有些原料需要水烫处理。蔬菜在沸水中翻个身就捞起，坚持鲜艳的色泽，口感的脆嫩。例如菠菜有人主张不宜作水烫处理，殊不知菠菜在沸水烫后，虽然损失了部分维生素，但也能除去较多的草酸，有利于体内钙的吸收。
5. 烹。减少营养素流失的烹调原则是旺火急炒。使用旺火急炒，叶菜类的维生素c平均保存率为60~70%，而胡萝卜素的保存度则可到达76~96%。急炒时加热时间不宜过长，以免水溶

性蛋白质的流失，如蛋、鸡、鸭、猪血中，均包含丰富的水溶性蛋白质，在加热过程中，这些水溶性蛋白质会逐渐凝固，加热时间愈长，凝固得越硬，会影响口感及营养素的利用。

6. 调。烹调时不宜过早加盐，煮豆、烧肉时加盐太早，会使原料中的蛋白质凝结过早，不易吸水膨胀而碎烂；烧汤时加盐过早，会导致蛋白质过早凝结而影响汤汁的浓度。味精的调味也很讲究，一般在菜肴将起锅时放入最好。

可见，幼儿营养是否充分，不但仅与膳食结构、原材料质量有关，并且与烹调过程及技巧有关。不科学的烹调技术和方法会导致营养物质流失或破坏，降低了营养价值。

3~6岁的幼儿喜爱花样面点与各种配菜，喜爱色香味形均佳的饭菜，爱吃带馅的食品，他们不爱吃太长的菜叶、滑溜溜的紫菜、猪肝和酱色太深的汤。因此，我们可将孩子平时不爱吃，但营养丰富的猪肝、胡萝卜制成馅，做成包子，将不爱吃的豆制品卤成五香和海鲜酱豆腐干当点心吃，使他们乐于理解，增进营养素的摄入。根据孩子的需要，我们的食谱常换花样，主食种类也十分多样，如营养饭、花卷、包子、面条、粽子等。增多了各种粥、粗粮，并在传统的`煲汤中加入了各种时令蔬菜，受到孩子们的欢迎。

优雅的环境能使孩子心境愉快，加强肠胃的蠕动及消化液的分泌，增进食欲，推动消化。注意营造和谐的进餐气氛，不强迫幼儿进食。在进餐过程中，师幼、幼幼之间有交流，融知识教育、情感交流、行为与习惯的训练为一体。不错的饮食习惯有助于幼儿的膳食平衡，有利于幼儿消化器官活动和疾病预防，也有利于幼儿不错道德品质与礼貌行为的构成。要求孩子定时定量、定地点进餐，细嚼慢咽；要不偏食、不挑食、不剩饭撒饭，饭前作好准备；要创设不错的相互模仿与学习的环境，让他们在进餐过程中养成正确的饮食习惯，推动身心健康。

在食堂人员中开展公平竞争考核活动，是解决幼儿膳食营养要求与食堂工作质量矛盾的关键，也是实施幼儿园膳食科学管理的关键。我们的具体做法是：成立考核小组，明确提出考核方案，考核方案里的考核指标，以表格形式表示。表格尽可能体现全面性、公平性、数据性。表格具体由每班保教人员如实填写上交。考核按表格要求，根据当天当餐的食物，从色、香、味、形、量等方面进行综合评分。这种公平、公开、竞争、量化的考核方式解决了前面明确提出的矛盾。实施膳食科学管理的结果是：幼儿欢心、家长放心、保教人员开心、食堂人员舒心、领导宽心。