

# 无锡一中举办“春菜厨神争霸赛” 守护学生“舌尖上的美味与健康”

“哇，这个马兰头好香！春天真的在碗里了！”“春笋烧仔排好入味啊！”“食堂大厨师手艺太好了，就凭这道菜我能干三碗饭！”近日，无锡市第一中学举办“春菜厨神争霸赛”，这场兼具烟火气与教育性的厨艺比拼不仅展现了校园餐饮团队的专业素养，更是无锡深化校园食堂治理、以赛促育守护学生“舌尖上的安全与健康”的缩影。



以“春菜”为媒，深化“食育”内涵

比赛当日，食堂后厨变为竞技舞台。食堂厨师分为两个代表队，从幕后走到台前，同台竞技。他们以“春菜”为主题，精心烹制了12道特色菜肴，接受由师生及家长代表组成的评委团的品鉴与投票。这不仅是一场味蕾的角逐，更成为学校深化“食育”理念、构筑校园饮食健康防线的一次生动实践。厨师们各展所长，锅铲翻飞间，百花酿春笋、时令马兰核桃肉、初春春笋烧仔排等一道道色泽鲜亮、充满春意的菜肴陆续呈现在品鉴区。

评委们认真品尝，从口味、创新、营养搭配等多维度进行评估投票，现场交流热烈。

“一年之计在于春。我们选择‘春菜’作为主题，就是希望同学们能通过食物感知季节变化。”参赛厨师代表刘付春一边摆放他的作品“百花酿春笋”，一边介绍，“这道菜选用当季最鲜嫩的春笋，搭配优质鲜虾制成的虾滑，讲究的是荤素平衡与口感对比。我们希望通过这些菜品，不仅让同学们吃得开心，更能了解时令食

材，自然而然地爱上吃蔬菜。”学生评委们仔细品尝每一道菜，不时交流意见：“这些菜精致有新意又很好吃，希望以后菜单上能看到它们。”一位高一学生家长在仔细品鉴后说：“孩子们平时更重视菜品的味道，而我们家长则更加关注营养搭配与健康。通过这次比赛，我认为学校食堂在荤素搭配和口味上做了多样化的尝试，特别是引入符合‘春菜’主题的马兰头，很有新意，让我印象深刻。”  
无锡市第一中学总务处副主任

赵厚鑫表示，此次活动以“春菜”为主题，在结合季节特色与饮食文化的同时，更是引导学生关注自然节律与健康饮食。这一活动可以强化“食育”理念，将营养知识融入生活实践，同时增强学生的文化认同与季节感知能力。通过厨艺展示、互动品鉴等形式，营造了温馨活力的校园氛围，让食堂成为伴随学子成长的温暖记忆的一部分。“我很喜欢这次的活动，菜品味道都很好，也让我认识了很多特色春菜！”高二(15)班学生胡梦佳说。

## 规划长远，持续提升校园餐饮质量

校园餐饮提质工作，既要靠特色活动点燃活力，更要靠长效机制筑牢根基。

一直以来，无锡一中通过多维度措施保障学生饮食健康与安全。在营养搭配方面，学校每周菜单均由专业营养师参与设计，确保菜品多样、荤素均衡，并符合学生生长发育需求。在食品安全这一生命线上，无锡一中严格执行食材验收、索证索票、食品留样、餐具消毒等制度，并落实“日管控、周排查、月调度”的动态风险管理机制，“阳光食堂”智慧监管平台实现了从采购到供餐的全过程透明化管理，从而确保学生每一餐的干净卫生与安全。一位高三学生家长

告诉记者：“平时孩子回家常说食堂的饭菜可口，今天亲眼见到这些菜品、亲口尝到这么多新菜，我对学校食堂的用心和厨师的水平有了新认识，更放心了。”

“未来，学校会进一步提升食堂服务水平，丰富校园饮食文化。在服务方面，将继续以‘日周月’机制为抓手，守牢安全底线，优化供餐效率与菜品质量。同时，学校计划定期举办季节主题餐饮活动，并开展营养讲座、厨艺课堂、膳食委员会交流等活动，增强学生体验感与参与感。”赵厚鑫介绍，学校将强化家长委员会的监督作用，拓展“互联网+明厨亮灶”覆盖效能，并计划开展常态化的厨师技

能培训与竞赛，持续提升校园餐饮团队的职业素养与创新能力，丰富校园饮食文化的内涵。

无锡一中的实践，正是全市校园餐饮提质工作的一个缩影。在无锡，越来越多的学校以厨艺竞赛为抓手，以赛促练、以赛促优，推动校园餐饮服务迭代升级。无锡市辅仁高级中学组织食堂“厨艺大比拼”，来自3家食堂的6位厨师各显神通。江苏省锡东高级中学同样开展年度厨师技能大赛。厨师们兼顾菜品的成本可控性、批量生产性和营养价值，充分展现创新能力与服务意识。后续，获奖的优秀菜品正式纳入了锡东高中食堂日常菜单。学校还组织获奖厨

师开展经验分享会，把先进技术和烹饪理念推广至整个团队，推动食堂菜品更加标准化、精细化、创新化。

学校的探索实践，共同丰富了无锡校园餐饮文化的内涵，也推动着无锡“校园餐”服务工作不断完善。近年来，我市正持续探索实施公办幼儿园和义务教育学校食堂治理改革。在2025年暑假，首次全市食材集中采购学校食堂厨师烹饪技能大赛落下帷幕，37所学校的厨师展开厨艺比拼。未来，我市将进一步加强校园餐管理，严格食品安全与营养配餐标准，强化全流程监督，切实保障学生用餐安全、营养均衡与健康。  
(陈斯琦)

## 无锡旅商名人故居讲解团 助视障人士参观顾毓琇纪念馆



近日，无锡旅游商贸高等职业院校旅游管理系名人故居讲解团，携手无锡市残疾人联合会共同走进顾毓琇纪念馆，为30余位视障人士开展无障碍讲解活动。志愿者们通过“听觉导览+触觉体验”的方式，带领视障朋友们“触摸”这座承载着大师传奇的江南民居，了解“文理泰斗”顾毓琇先生的传奇人生。

活动前，志愿者们悉心筹备，认真参训，将服务规范熟稔于心。活动中，他们与视障人士一对一结伴而行，用细腻生动的语言，将纪念馆的一砖一瓦、一景一情娓娓道来。志愿者们不时提醒视障同伴注意脚下路况并引导其轻触展品。通过听觉与触觉的双重桥梁，视障朋友们“看见”顾毓琇先生的

爱国情怀与科教成就，真切感受无锡文脉的深厚底蕴。

“活动中，贵校导游专业学子以专业的讲解、饱满的热情，用声音为视障朋友们打开了顾毓琇先生精神世界的窗口……此次专业讲解，更体现了贵校对特殊群体的关爱与‘立德树人’的教育成果，为我市残疾人事业注入青春力量……”活动结束后，学校还收到了无锡市汇爱助残服务中心发来的感谢信。

此次活动，是学校旅游管理系名人故居讲解团践行雷锋精神、投身志愿服务的生动缩影。学校旅游管理系德育主任张景介绍，10年来，名人故居讲解团的学生坚持在无锡市各大名人故居开展讲解服务，用专业讲好无锡故事，用爱心传递城市温度。  
(郭瑾)



近日，无锡市育英实验小学师生来到蠡湖之畔，开启了一堂自然成长课。学生通过对红嘴鸥的观察、记录、分享，形成《观鸥手册》，他们在实践中学会热爱自然、保护自然。  
(周慰芳)

## 机器人现身中学开学仪式

日前，在无锡市钱桥中学举行的2026年春季开学典礼上，无锡凯奇具身智能机器人“惠灵嘉”亮相校园，送上新学期寄语，引起学生阵阵欢呼。这场融合了前沿科技的开学典礼，不仅为新学期拉开了活力序幕，更让科技的种子在校园里悄然扎根。

当天，钱桥中学党支部书记任晔围绕“健康学校建设”与“养正好少年培育”两大核心展开，向全体学生发出“健康学校，从我做起”的号召，倡导学生争做自己健康的第一责任人。“体育不仅是体魄的锻炼，更是意志的磨砺，AI时代已经来到我们身边，而自主、专注、坚韧的品质，更是新时代少年成长的必备素养，希望同学们以长期主义为信念，深耕难而正确的事，努力成长为拔尖创新人才。”任晔说。开学典礼上，钱桥中学副校长赵玉新还宣读了表彰决定，共796

名师生登上领奖台。

前沿科技的融入让开学典礼更添惊喜。机器人“惠灵嘉”用灵动的动作、炫酷的展示，让全体师生直观感受科技的魅力。表演结束后，“惠灵嘉”还为学生送上专属新学期寄语，以“编程芯片”“程序卡顿”等生动的科技比喻，鼓励学生以知识为代码、以努力为动力，在学习中勇于探索、不惧挫折，在合作中凝聚力量，努力成为改变世界的“超级工程师”。

该校相关负责人表示，学校将依托凯奇高科技股份有限公司与顶尖研究院的资源，致力于把最前沿的机器人技术转化为最生动的教育资源，“机器人的亮相，不仅是地方高科技产业赋能教育的体现，更让学生直观感受到AI时代的魅力，也让学校科技教育的特色更加鲜明。”  
(钱桥中学)



## 以“绿”为媒，共赴成长之约

# 锡城学校开展生态文明教育系列活动

连日来，无锡多所高中精心策划系列主题活动，将生态文明教育与校园文化、劳动实践、家校协同深度融合，组织学生躬身植绿、悟绿、护绿，让绿色理念扎根学生心底，让生态责任融入成长之路，以实际行动书写无锡教育的生态答卷。

距离江苏省锡山高级中学滨湖分校新校区正式启用还有数日。近日，该校创校新生第一次以主人的身份，踏入这片即将属于他们的土地。学生在即将建成的新校园里，种下了属于他们的第一抹绿意，成为植树节最特别的打开方式。“今天种下的不仅是树，更是我们对这所学校的爱与责任。”一名学生激动地说。当天，学生代表还为“校友林”揭牌。

除了用植绿见证成长，锡城校园还将植树节活动转化为沉浸式生态文明课堂，让教育在绿意中自然生长。无锡市第一中学精心策划了一系列沉浸式生态文明课堂体验，让学生在实践中感悟自然之美、践行环保之责。该校各班都认领了一棵专属班级的“成长树”。学生挖坑、培土、浇水，并设计了班级“成长树”方案，



这棵树将陪伴学生走过红楼的春夏秋冬，见证彼此的成长。种植完成后，学生在树前合影，合影留念则存入学校“时光胶囊”，等待高三毕业时打开。在植树节活动现场，学校设置了10道植树节知识竞答题，涵盖植树节的历史知识、中国古代诗句中的树木、环保常识和生活妙招等内容。无锡一中教师周虹还带领学生开启

一场生态文明实践课，为学生讲解校园中的“彩蛋”，包括百年银杏树、玉兰、山茶花和樱花。

江苏省梅村高级中学教育集团深入贯彻落实“四重四有”管理办法，全面启动“重规范有素养、重育化有激励、重责任有关爱、重协同有合力”四大育人工程。新学期，学校在“重协同有合力”方面持续发力，努力构建学

校、家庭、社会三位一体的育人体系。以植树节为契机，学校举办家长学校专题讲座系列活动之“自然规划，绿色无锡”，邀请了相关领域的学生家长到校讲座。此次讲座以“植此青绿，共筑未来”为题，内容结合了无锡本土情况，包括自然资源规划的基本概念、城市空间布局、生态保护与绿色发展等内容。讲座不仅拓宽了学生的视野，也增强了他们对家乡发展的认同感与责任感。从教室的方寸青绿，到枝头的鸟巢筑巢；从土里的俯身耕耘，到时光中的桃李之约，梅村高中教育集团学生用双手把绿色理念种进泥土，也让生态初心扎根心底。他们还在硕放街道残疾人之家挥锹铲土，种下果树，让绿意传递温暖，将植绿行动化作践行社会责任的生动实践。

一场场植绿活动，既是锡城学校落实“五育并举”的具体实践，也是生态文明教育的生动课堂。从新校园的第一抹绿，到红楼里的成长之约，再到家校社协同的爱心植绿，锡城学子以树为媒，播种希望、传递责任，为“美丽无锡”建设注入了蓬勃的青春力量。  
(杨涵 整理)