# 节日健康饮食倡议书(通用16篇)

作者：梦想起航 更新时间：2024-03-31

*无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。节日健康饮食倡议书篇一亲爱的同学们：在校门口，经常发现*

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

**节日健康饮食倡议书篇一**

亲爱的同学们：

在校门口，经常发现有些同学津津有味地吃着油炸食品、烧烤;有些同学还会将吃方便面、面包包装随手丢弃，甚至随手放在教学楼外侧的窗台上，春风一来，学院的纸屑也“遍地开花”，零食包装袋随风飘扬。

为了你的健康、校园的美丽，学院特向全体同学发出倡议：

1、坚决杜绝垃圾食品，尽量不吃零食。

2、远离油炸食品，以及小摊上的烧烤等不卫生食品。

3、见了废纸、垃圾弯弯腰，主动捡起。

4、合理使用生活费，让父母给我们的生活费为我们的健康成长服务。

同学们，我们正处在生长发育的黄金阶段，为了自己的健康，为了能更好地学习，让创建文明校园、文明城市从我们自身做起，远离垃圾食品，让我们的校园更加清洁美丽，让我们的身体更加健康茁壮!

共青团白银矿冶职业技术学院委员会

20\_\_年4月23日

**节日健康饮食倡议书篇二**

亲爱的小伙伴们：

食品安全，是我们生命健康之源。讲究饮食卫生，安全消费食品更是我们大家的共同心愿。随着夏季来临，各种病菌迅速繁殖，广泛传播，食物中毒引发的食品安全事故时有发生。为认真预防和控制食品安全事故，切实保障广大员工的身体健康和生命安全，特向小伙伴们发出如下倡议：

一、树立食品卫生安全观念，提高食品安全自我防范能力。尽可能少在户外就餐，不从公司周围小摊小贩购买无卫生许可的餐饮品，防止食物中毒和肠道传染病的发生。不食用流动摊点销售的盒饭，抵制价低质劣的食品，预防和减少食源性疾病的发生。

二、增强自我保护意识，杜绝一切不卫生食品。不买、不吃无厂名厂址、无生产日期、无保质期的“三无”食品和过期变质食品；不采摘或不食用野果（菜）和来历不明的可疑食物。

三、养成良好的饮食习惯。平时多了解健康食品知识，防止急性肠道传染病传播。不喝生水，少吃生冷、凉拌的食物。生吃的蔬菜、瓜果等食物要去皮或在清水里浸半小时后再食用。

四、养成良好的卫生习惯。从我做起，严防病从口入。注意个人卫生，养成饭前便后洗手的良好习惯，尽量不要用手直接接触食物，预防肠道寄生虫病的传播。

五、到公司内部餐厅就餐。为了让伙伴们饮食安全有保障，建议中午就餐尽量到公司餐厅就餐。为防止鼠患，禁止携带食品进入办公区域。

六、养成健康的生活习惯。加强体育锻炼，保证充足的休息，不暴饮暴食，养成健康卫生的生活习惯。

伙伴们，民以食为天，食以安为先。让我们立即行动起来，从自身做起，从细节做起，关注健康，关爱自己，关注食品安全，共建安全和谐的工作环境！

倡议人：xx

日期：20xx年xx月xx日

**节日健康饮食倡议书篇三**

民以食为天，食以安为本。目前，在学院周边，尤其是校门口流动摊点经营的食品五花八门，鱼目混珠，小商小贩绞尽脑汁，用各式各种食品吸引你们，学院有很多同学食用这些有刺激的食品。然而，食以洁为先，食以安为本，这些流动摊位的食品在原材料、存储、加工制作等方面都缺乏监管，从业人员健康状况不明，食品卫生安全没有保障，存在很多不卫生，不健康甚至导致食用者产生各种疾病的隐患。据媒体报道，烧烤致癌物质检出率高达55%（#url#），欠火候烧烤菌类严重超标。xx在线报道，32岁的张女士因经常下半夜才下班，自己就在街头小摊上胡乱吃一些麻辣烫、烧烤就算晚饭，导致张女士患舌癌。南京一所高校的女大学生佳妮，最近因为患上舌癌，医生为她实施手术，切掉了她一半的舌头，然后用她左手手腕处的皮肤帮她再造一个\"新舌头\"。专家分析，以烧烤、油炸食品当饭的生活习惯可能是导致她患癌的主因。面对如此严峻的食品安全状况，学院领导对同学们食用这类食品特别担忧，很是牵挂。为了我们的身心健康，为创造安全卫生的食品消费氛围和消费环境，学生处、院团委和院学生会向全体同学发出倡议“拒绝不健康食品养成良好饮食习惯”，提议大家坚决拒绝不健康食品，做到如下几点：

一、加强学习，提高认识。各系、各班级召开主题班会，组织全体同学认真学习《中华人民共和国食品安全法》及其他的食品安全知识，积累一些食品安全意识，提高自己的辨识能力，尤其是对“无厂名、无厂址、无生产日期”的“三无”食品、无经营执照、无健康证的流动摊点食品、烧烤食品的危害性的认识。

二、增强意识，自觉抵制。切实增强我们的食品安全意识，在校园内营造人人讲究饮食安全的氛围，抵制“三无”食品、无“qs”标志的食品和流动摊位等垃圾食品，坚决不购买不健康的食品，也要教育自己的亲人、朋友和同学积极抵制这些不健康食品。

三、积极宣传，勇于监督。人人争当食品安全宣传员和监督员，及时向身边的同学、亲人和朋友宣传食品安全科普知识，宣传《食品安全法》。勇于监督身边的食品经营商，发现“三无”食品或其他不符合规定，及时向工商部门举报。同学之间也互相监督，坚决杜绝不安全的食品进入我们的校园。

四、培养良好的饮食观念。不食用流动摊点的食品，抵制价低质劣的食品，就餐选择卫生洁净，餐具消毒，环境整洁有序的餐馆。

五、养成健康的饮食习惯。不挑食，不偏食，每日三餐，定时定量，不暴饮暴食。自备水杯，手帕，餐前先洗手。

六、养成良好的卫生习惯。不随便在教室，校园内吃零食，不乱扔纸屑，包装袋，糖纸等垃圾，保持良好的校园卫生环境。

同学们，让我们从小事做起，从身边做起，从自我做起。珍惜健康，安全消费，远离不安全的食品，让我们共同为创建和谐校园、安全校园贡献一份力量吧！

学生处院团委院学生会

20xx年10月22日

**节日健康饮食倡议书篇四**

随着消费结构从生存型消费逐步向享受型消费转变，一些不健康、不文明甚至病态的消费行为也不断滋生。豪奢浪费、过度包装、白色垃圾等，都造成了资源和能源的极大浪费。市消保委倡议饭店餐饮业界经营者：

6、明码标价，计量准确，广告宣传把好真实关、导向关，杜绝炫富式的消费宣传。

7、提高从业人员的环保意识、服务意识，培育良好的企业文化。

市消保委还倡议广大消费者：

4、杜绝攀比消费、炫富消费和餐桌浪费，节约用水、节约用电，发扬勤俭节约的传统美德。

中学生健康饮食的倡议书

各位同学、各位家长：

为了孩子们的身体健康和良好的学习环境，特向全体家长和同学倡议：

二、控制零食数量，如实在需要，在寝室吃完再进教室;

三、课余在寝室提倡吃水果、喝牛奶，形成良好的饮食规律;

希望全体家长和孩子积极配合，使我们班孩子的身体和学业得到双丰收!

倡议人xxx

**节日健康饮食倡议书篇五**

亲爱的同学们：

陶行知先生曾经说过：“忽略健康的人，就是等于在和自己的生命开玩笑。”这说明健康对于我们来说是非常重要的，但是，同学们，你们知道吗？身体的健康与否又与饮食是息息相关的。

目前，我国小学生营养状况不容乐观，尽管膳食热量供给基本达到标准，但蛋白质等营养物质供给量偏低，钙锌铁以及维生素等营养物质明显不尽如人意。学生膳食中微量元素铁的质量差，吸收少。钙质摄入不足，仅为有关标准的一半左右，这主要是学生还不够重视科学饮食，膳食中奶制品和豆类等比重偏低所致。值得一提的是，目前小学生学业繁忙，饮食健康得不到保障。城市学生因生活水平高，偏食普遍，常吃高热量的巧克力和饼干等零食。同时，缺乏体育运动和身体锻炼，生活习惯不够健康。相比之下，农村学生则不偏食，且活动量较大，所以城市学生营养状况远不如农村学生。

为了让我们更健康的生活，今天我们向全校同学发出倡议：。

2，倡议同学们少吃零食，不在路边无证经营的摊点购买食品。

3，自身要加强体育运动和身体锻炼，并做到坚持不懈。

4，同学们有义务向身边的每个人推广科学饮食的方法，关注身边每个人的健康。

同学们！让我们行动起来，做到科学饮食，健康生活，以一个健康的状态，来迎接美好的明天！

\*\*\*\*小学

20xx-5-16

**节日健康饮食倡议书篇六**

亲爱的同学们、老师们：

随着工业的发展、人口的剧增、人类生产生活方式的无节制，二氧化碳排放量越来越大，世界气候面临越来越严重的问题，地球环境受到的破坏带来的.灾难已经严重危害到人类的生存环境、健康安全和其它各个方面，所以，我们要提倡“低碳生活”，提倡健康的低碳生活态度。

让我们一起行动吧^x^

能量在流经各个营养级时，上一营养级的能量只有10%~20%传递到下一营养级，食物链越长，能量损失越多，因此营养级越高，能量越少。根据食物链，动物所处的营养级在植物所处的之下，直接食用植物比食用动物副产品能更好利用能量，减少能量损失，也能减少毒素摄入。所以，素食也是一种健康低碳生活方式。地球兴亡，匹夫有责，拯救地球暖化危机，从我做起，所以我们要提倡：素食!素食不仅能够为保护环境贡献力量，也能更好的强身健体，为了老师、同学们能在素食的同时获得充足的营养，我们设计了一些素食菜色并推广至食堂。希望大家可以参与到这个绿色健康饮食行动中来，为保护环境贡献力量!

我们设计的菜式有:

1能促进新陈代谢，强壮身体的香菇油菜

2富含维b1、b2、c、蛋白质、粗纤维的茼蒿腐竹

3补中益气，清热除燥的杏仁豆腐芥菜

4清除头晕目眩，增加食欲，利尿的西芹腰果百合

5营养成分全面且富含维生素b1、b2、c、蛋白质的酥豆通菜等等。届时还会搭配成套餐，方便老师、同学们点餐素食不代表营养不全面，如果你曾经认为素食会缺乏某些营养，那么，现在开始改变你的看法吧。不过要提醒一句，无论荤素，饮食单一都会营养不良，素食种类繁多，建议大家不要执著于某种口味。低碳生活，从健康素食开始，让我们一起参与到绿色健康素食行动中来吧!

**节日健康饮食倡议书篇七**

同学们：

不健康的零食不但给我们的身体健康带来不良影响，而且还会增加家长的`经济负担。针对部分同学随便购买不健康食品的不良习惯，我们特向大家发出如下倡议：

一、决不购买学校周边“三无”小食摊上的不健康食品。

二、一日三餐定时定量吃饭，建立合理的生活作息制度，养成良好饮食习惯。

三、不向家长索钱买零食，控制自己的零用钱，做到不该买的不买，不该吃的不吃。

四、在外就餐要注意清洁卫生，养成良好的卫生习惯。

五、不带食品、饮料进入校园，校内校外不乱扔食品袋和饮料瓶，争做环保、小卫士。

六、看见周围同学在吃不健康食品时，要互相提醒监督，不听劝告的要及时向值日老师报告。

让大家从我做起，从现在做起，为创造一个健康和谐的成长环境而共同努力吧！

xxx

20xx年xx月xx日

**节日健康饮食倡议书篇八**

我国学生体质与健康调研结果显示：2006年，全国中小学生营养不良和低体重率为32.6%，肥胖和超重率为7.7%，营养正常学生仅占59.7%。铁缺乏和营养性缺铁性贫血依然在我国中小学生普遍存在。我中心于2010年以全市学校卫生执法检查为契机对全市各中小学校和幼儿园的学生营养餐的实际情况进行了普查，结果表明我市的各学校的学生营养餐工作尚未起步，存在政策、人员和意识等多方面的制约因素，如绝大多数学校均无具有资质的公共营养师、各学校食堂食谱的制订主要考虑经济因素和迎合学生口味、学生营养知识普通匮乏导致挑食偏食喜食油炸食品等。国际上的经验表明，搞好学生营养餐是提高民族身体素质和智慧的重要途径。在中小学校推行营养餐，有利于学生健康成长，可降低与营养有关疾病的发生率。学生营养午餐丰富的食物种类，集体进餐的方式和轻松的进餐气氛，有利于矫正学生目前普遍存在的偏食和挑食的不良习惯，有利于学生的身体健康。针对上述问题，结合我市实际情况拟提出如下建议：

1.人员配备：请全市各中小学校和幼儿园的保健老师等担任营养配餐员，由市疾控中心邀请专家对全市各学校的营养配餐员进行营养基础知识、食谱设计和膳食评价等知识的全方位培训。

2.网络建设：为各中小学校配备食谱设计和营养分析软件系统，并实现网络化管理，各学校可通过每日输入各类食品原材料的消耗量来初步完成营养分析，根据发现的问题及时调整，同时，网络管理员可掌握全市各学校的具体情况，进行汇总分析和指导。

3.提高意识：为提高家长和学生对学生营养餐的认可，借助电视、电台、网站和报纸等媒体宣传学生营养餐的好处，同时鼓励各学校开展学生营养知识竞赛，学生营养专题讲座等活动进一步提高学生的营养知识，提高学生的营养意识。

4.动态监测：通过我中心所收集的全市中小学生的体检数据，及时了解我市中小学生体质变化，尤其注意对肥胖、营养不良、高血压等与营养相关疾病进行动态监测，并针对性地开展相关营养干预。

**节日健康饮食倡议书篇九**

各位同学、各位家长：

初中阶段，是孩子长身体、吸收知识的关键时期。孩子们生长发育所需要的营养物质主要应从一日三餐中获得，不能用零食代替正餐。常吃零食，不好好吃饭，养成不良的饮食习惯，导致体质下降、营养失衡。有的同学吃过零食后把包装纸随处乱扔，或吃过零食后把“残余物”抛进教室的垃圾桶，难闻的气味充斥着我们的班级.

为了孩子们的身体健康和良好的学习环境，特向全体家长和同学倡议：

一、控制孩子可支配钱的额度，每周100—200为宜，把钱定期打进饭卡。适当保留部分现金，每周20—30元为宜。

二、控制零食数量，如实在需要，在寝室吃完再进教室。

三、课余在寝室提倡吃水果、喝牛奶，形成良好的饮食规律。

希望203班全体家长和孩子积极配合，使我们班孩子的身体和学业得到双丰收！

203班

20xxxx年xx月xxxx日

学生签名：xxx

家长签名：xxx

**节日健康饮食倡议书篇十**

亲爱的`同学们：

随着气温逐渐升高，各种致病微生物也活跃起来，校门口的小摊越来越多，这些都是我们的安全隐患。俗话说，“病从口入”，食品安全应引起我们的高度重视。为此，我们特向全体师生发出以下倡议：

一、购买袋装食品要看清楚生产日期、保质期、生产厂家及地不购买三无食品。

二、不在校门口及街头流动摊点购买零食。

三、多吃蔬菜瓜果，少吃，最好不吃油炸烧烤类食品。

四、不挑食、不偏食，注重营养全面。

五、多喝白开水，少喝饮料。

六、养成良好个人习惯，饭前便后洗手。

七、不随地扔瓜皮果壳，不随地吐痰。

让我们携起子来，和三无食品说“bye—bye”；让我们共同行动起来，关注个人卫生，注重饮食营养。

xxx

20xx年xx月xx日

**节日健康饮食倡议书篇十一**

不健康的零食不但给我们的身体健康带来不良影响，而且还会增加家长的经济负担。针对部分同学随便购买不健康食品的不良习惯，我们特向大家发出如下倡议：

一、决不购买学校周边“三无”小食摊上的不健康食品。

二、一日三餐定时定量吃饭，建立合理的生活作息制度，养成良好饮食习惯。

三、不向家长索钱买零食，控制自己的零用钱，做到不该买的不买，不该吃的不吃。

四、在外就餐要注意清洁卫生，养成良好的.卫生习惯。

五、不带食品、饮料进入校园，校内校外不乱扔食品袋和饮料瓶，争做环保.小卫士。

六、看见周围同学在吃不健康食品时，要互相提醒监督，不听劝告的要及时向值日老师报告。

让大家从我做起，从现在做起，为创造一个健康和谐的成长环境而共同努力吧！

　xx

20xx年xx月xx日

**节日健康饮食倡议书篇十二**

亲爱的.同学们：

随着气温逐渐升高，各种致病微生物也活跃起来，校门口的小摊越来越多，这些都是我们的安全隐患、俗话说，“病从口入”，食品安全应引起我们的高度重视。为此，我们特向全体师生发出以下倡议：

一、购买袋装食品要看清楚生产日期、保质期、生产厂家及地不购买三无食品。

二、不在校门口及街头流动摊点购买零食、

三、多吃蔬菜瓜果，少吃，最好不吃油炸烧烤类食品。

四、不挑食、不偏食，注重营养全面。

五、多喝白开水，少喝饮料、

六、养成良好个人习惯，饭前便后洗手。

七、不随地扔瓜皮果壳，不随地吐痰。

让我们携起子来，和三无食品说“bye—bye”；让我们共同行动起来，关注个人卫生，注重饮食营养。

倡议人：xxx

时间：xxxx年xx月xx日

**节日健康饮食倡议书篇十三**

亲爱的同学们：

随着气温逐渐升高，各种致病微生物也活跃起来，校门口的小摊越来越多，这些都是我们的安全隐患、俗话说，“病从口入”，食品安全应引起我们的高度重视。为此，我们特向全体师生发出以下倡议：

一、购买袋装食品要看清楚生产日期、保质期、生产厂家及地不购买三无食品。

二、不在校门口及街头流动摊点购买零食、

三、多吃蔬菜瓜果，少吃，最好不吃油炸烧烤类食品。

四、不挑食、不偏食，注重营养全面。

五、多喝白开水，少喝饮料、

六、养成良好个人习惯，饭前便后洗手。

七、不随地扔瓜皮果壳，不随地吐痰。

让我们携起子来，和三无食品说“bye—bye”；让我们共同行动起来，关注个人卫生，注重饮食营养。

xxx

20xx年xx月xx日

**节日健康饮食倡议书篇十四**

亲爱的同学们：

陶行知先生曾经说过：“忽略健康的人，就是等于在和自己的生命开玩笑。”然而，身体的健康与否则是和饮食息息相关的。

目前，我国学生营养状况不容乐观，尽管膳食热量供给基本达到标准，但蛋白质等营养物质供给量偏低，钙锌铁以及维生素等营养物质明显不尽如人意。学生膳食中植物源性铁的`比例过高，铁的质量差，吸收少。学生钙质摄入不足，仅为有关标准的一半左右，这主要是学生膳食中奶制品和豆类等消费偏低所致。

值得一提的是，目前中学生学业繁忙，饮食健康得不到保障。城市学生因生活水平高，偏食普遍，常吃高热量的巧克力和饼干等。同时，缺乏体育运动和身体锻炼。相比之下，农村学生则不偏食，且活动量较大，所以城市营养状况远不如农村学生。

今天是全国学生营养日，我们初一(六)班代表初一年级全体同学向全校同学发出倡议：要健康饮食。

健康饮食需从一日三餐着手。以下为营养推荐食品：早餐最好吃一些营养丰富的东西，要有足够的碳水化合物和膳食纤维以及蛋白质，包括粗粮谷物，蔬菜水果及蛋奶制品或豆制品。午餐要荤素搭配好，尽量吃饱，为了营养均衡，应经常变换菜色，但是不宜吃太多油腻的食物。晚餐可根据自己喜好，以富含碳水化合物的食物为主，但蛋白质和脂肪类尽量少吃。

同学们!让我们行动起来，做到健康饮食，以一个健康的状态，来迎接美好的明天!

倡议人：xxx

日期：xx月xx日

**节日健康饮食倡议书篇十五**

随着温度的上升逐渐、各种病原微生物也活跃起来，学校的失速越来越多，这些都是我们的安全隐患。俗话说，“口”，食品安全应引起我们极大的关注。为此，我们在此发布以下为教师和学生主动：

一、买食品的时候看到的生产日期、保质期、健康饮食倡议书制造商和不买3没有食物。

其次，并不是在学校和街上流tandian买零食。

三、多吃水果或蔬菜，少吃，最好不要吃油炸烧烤食物。

四、不挑剔，而不是垃圾食品，注意所有营养。

五，多喝水，少喝酒。

六、形成一个好的习惯，洗手饭前便后。

七、不要只是扔水果和shell，健康饮食倡议书不随地吐痰。

让我们加入一个螺丝起子，3没有食物说“再见，再见”；在一起，让我们行动起来，注意个人卫生，注意饮食。

**节日健康饮食倡议书篇十六**

亲爱的同学们：

民以食为天，食以安为本!一段时间以来，学校的大门口总有不合法、不卫生的流动摊点在向学生们兜售卫生和质量都难以保证的“三无食品或“垃圾食品”。

所谓的“三无”食品就是指：没有食品生产许可证、无生产日期和生产厂址的粗糙食品，

“垃圾”食品指的是油炸、烧烤、膨化食品、汉堡、薯条等快餐食品等。

这些食品严重影响了同学们的身心健康。流动摊点的食品安全难以保证，轻者身体不适、呕吐腹泻，重者紫癫、癌症!同时造成了校门口道路的拥挤，交通安全也得不到保障, 给同学们的学习生活带来了许多安全隐患。为此向全体同学发出“关注身体健康，拒绝摊贩食品”的倡议：

1、全体同学为了自己的健康，自觉抵制“三无”食品，垃圾食品!上学、放学在校门口远离流动摊点，拒绝不洁食品和“垃圾”食品的购买、食用。

2、全体同学都来当“拒绝不洁食品”的宣传员，教育我们身边的每一位爱买零食的同学,坚决抵制“三无食品、垃圾食品”进入我们的校园。防止食物中毒和肠道传染病的发生。

3、合理使用零花钱，让零花钱为我们的学习服务。

4、不在流动摊点逗留，以免造成校门口交通堵塞。

5、政教处、团委、将对大门两侧各五十米范围内对乱买零食的学生进行录像和登记，并通报批评，扣除班级考核积分至少3分。

同学们，让我们勤奋学习，快乐生活，全面发展,从我做起，从现在做起：管住自己的嘴，拒绝不洁食品，还校园的安全，让健康伴随每一位同学成长。

倡议人：\_

日期：20\_\_年\_\_月\_\_日

本文档由撇呆范文网网友分享上传，更多范文请访问 撇呆文档网 https://piedai.com