# 最新营养师个人工作总结(优秀9篇)

来源：网络 作者：逝水流年 更新时间：2024-05-17

*总结的选材不能求全贪多、主次不分，要根据实际情况和总结的目的，把那些既能显示本单位、本地区特点，又有一定普遍性的材料作为重点选用，写得详细、具体。写总结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总结范文，仅供参考，大...*

总结的选材不能求全贪多、主次不分，要根据实际情况和总结的目的，把那些既能显示本单位、本地区特点，又有一定普遍性的材料作为重点选用，写得详细、具体。写总结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总结范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

**营养师个人工作总结篇一**

3—6岁的孩子，属于学龄前儿童，这个阶段的孩子生长发育有所减缓，但仍然处于迅速生长发育之中，个性上更加活泼好动。心理上具有好奇、注意力分散、喜欢模仿等特点，具有极大的可塑性，是培养良好生活习惯、良好道德品质的重要时期。所以营养需要特点：优质蛋白质、充足的能量、脂肪尤其是必需脂肪酸、碳水化合物（注意粗细搭配）、维生素、矿物质。另外科学的饮食安排，养成良好的饮食习惯、定时、定量、定点进食。根据中国营养学会妇幼分会编写的《中国孕期、哺乳期妇女和0—6岁儿童膳食指南》针对学龄前儿童的平衡膳食建议，特制定以下几条作为依据：

谷类（米饭、面条等）每日180～260克；蔬菜类每日200～250克；水果类每日150～300克；鱼虾类每日40～50克；禽畜肉类每日30～40克；蛋类每日60克；奶类每日200～300克；或相当量的奶制品；大豆及豆制品每日25克；烹调油每日25～30克；糖果等少量。

1、多样食物合理搭配

2、专门烹调、易于消化

3、制定合理的膳食制度（三餐两点）

4、培养健康的饮食习惯

儿童饮食中的脂肪结构应该和成人的差不多，也就是说，总热量中来自脂肪的热量不能超过35％，所以，你应该尽量限制孩子对黄油和人造黄油等脂肪的摄入。此外，别让甜食把孩子的胃塞满，要让孩子尽可能多吃健康营养的食物。以上是我们的幼儿膳食制定参考，过去的一年里，我们严格做到了幼儿食品的营养质量，让孩子们快乐的成长。当然我们也会遇到一些头疼和不足的问题。曾经有位做妈妈的问记者：“30年前的父母与今天的父母有什么不同？”记者答：“30年前的父母担心孩子没饭吃，30年后的父母担心孩子不吃饭。”这句话道出了当代父母为孩子不爱吃饭而大伤脑筋的事实。经常看到爸爸妈妈或爷爷奶奶端着碗追在孩子身后，嘴里念叨着：“再吃一口，再吃一口！”孩子大多数会摇头，如果偶尔吃上一口，家长便欣喜若狂。

吃饭是一种享受，是解决饥饿，吸收营养的最好的方式，为什么到了孩子那里变成了一件痛苦的事情。主要是由于家长溺爱的原因使孩子没有养成好的进餐习惯。例如，有的家长总让孩子不停的吃零食，孩子到吃饭时一点不饿他们怎么会有食欲。有的家长爱在孩子吃饭时都逗弄孩子，或者看电视，使孩子吃饭时精力不集中，这也不利于良好进食习惯的养成。另外还有很多原因造成了孩子不愿吃饭或挑食。所以，首先要解决如何让孩子爱上吃饭，养成良好的饮食习惯问题。

营养师工作总结

所谓营养，顾名思义，营为营造、选择、创造之意，养乃养生、保持健康长寿之意，所以营养的概念可以解释为机体摄取食物，经过消化、吸收、代谢和排泄，利用食物中的营养素和其他对身体有益的成分（非营养素或植物化学成分）构建组织、调节各种生理功能，维持正常生长、发育和防病保健的过程。相信这点，每个人都懂都能做。因为慢性病预防的需要，社会催生出营养师的职业。医生的本职是救死扶伤，问题是没有人愿意病危或者病重。但是，任何疾病的发生不是一夜工夫造就的，预防成为第一要事。医生不能随时预警这个不合适那个对健康有损伤。个人的意识和行为就至关紧要了。《黄帝内经》有云：“是故圣人不治已病，治未病”，“道者，圣人行之，愚者佩之。”治病靠医生，预防靠自己。养生是每一个人都可以做到的事情，并非高深莫测的学术名词。

一百年前人们还不需要营养师的出现，人类大量的精力用于对付细菌、病毒、战争伤害、外源性损伤、灾害引发的疾病等方面，医生是救死扶伤的白衣天使。随着社会的发展，科技的进步，人类对抗自然灾害的能力越来越强大，许多认为是绝症的疾病都已经找到良好的方法和途径去应对，医学科技的水平更是不可同日而语，如天花、麻风等病基本销声匿迹。然而，人们的生活提高了，并没能杜绝新疾病的产生。我们面对的不再是病毒、细菌、战争伤害等旧疾病，而是很少留意到的新疾病——慢性病。慢性病在现代社会轻而易举地成为所有疾病中危害最严重的病种，它将人们以前畏如虎豹的天花、麻风等疾病迅速地抛在后面，位居危害人类的各种疾病的首位，如高血压、肿瘤、糖尿病、风湿、心脑血管疾病等。这些病的可怕性在于它在无声无息的状态下就种下病根，直到被发觉时已经为时过晚了。

而专门研究慢性病的医生，也迷惘失措。我们已经知道，慢性病对人体的危害因素众多，已经不是单一药物可以解决问题的，而营养师恰好很自然地担任起防治慢性病的工作。营养师，成为拦截慢性病的首要关卡。

20xx年中国卫生部公布了20xx年城乡居民主要死亡原因，慢性病恶性肿瘤、脑血管病和心脏病为城乡居民前三位死因，农村居民前三位死因分别是呼吸系统疾病、脑血管疾病和恶性肿瘤。专家称，慢性病已经成为中国最沉重的疾病负担。

根据调查，造成上述问题的原因有几个方面：

第一，虽然大多数人关注营养问题，但是仍缺乏必要的营养知识，结果出现城市居民营养过剩与农村居民营养不良并存的现象。

第二，是缺乏指导营养饮食的营养师。

当人类晕头转向地研究慢性病的源头时，却莫名其妙地发现：根源是人类自己造成的，其中营养不良成为最主要的核心因素。慢性病最好的方式就是早预防早治疗，当医疗成为无法对待慢性病的时候，预防疾病的营养师角色，就前所未有地重要了起来。

两次诺贝尔获得者莱纳斯·鲍林对营养学寄予厚望，他说认为营养学应成为未来的医学。在20世纪初的爱迪生认为未来的医生不再给病人药物，而是引导病人关注人类结构、饮食的保养以及疾病的起因和预防。相信，未来的社会，每个人都是养生专家，都是营养师类型的人物，他们将不依靠医生获得健康保证，而是依靠自己来选择养生的好习惯，获取健康与幸福。营养师逐渐成为一种新的职业。

**营养师个人工作总结篇二**

20xx年在健之佳任营养师工作以来，经过同事的帮助，加上每月定期参加与营养师相关的知识技能培训，通过自己不断的努力学习，在进一步对药店的人员结构，软硬件设施及几千种零售药品有了了解的前提下，为使自己加快进入角色，投入到自己热爱的工作岗位上，在20xx年工作中，我还对药店工作中保健药品有待改善的一些销售环节作了调查研究，并向店长提出来一些合理化建议，在征得店长的同意后和大家一起，具体行动积极改善，对药店的发展贡献了自身的力量。

去年，由于我工作努力，加上药店领导对我的信任，委以重任，把营养师这一重担交给了我。20xx年我再接再厉又进一步把这项工作，做细，做实，我主要作了以下几方面的工作：

一、仔细观察，研究我们的顾客，了解他们对健康方面的要求，并记录下他们的联系地址。此外还对顾客进行不定期的回访，争取把得到的关于顾客的第一手信息收集、整理分类，为日后营养师工作的改善和提高打下基础。

二、针对不同消费者不同的体质特征，提供免费健康咨询，并指导顾客使用相关保健药品，做到让顾客进店放心，出店满意。

三、对全店员工就行严格的保健药品知识培训，做到让所有店员知药，懂药，不留药品知识盲点。

四、监督店员，规范操作，杜绝一切与消费者健康不符的行为产生。保障消费者的最大权利。

由于目标明确，随着工作的稳步踏实推进，20xx年我任营养师以来的各项相关工作进行的有条不紊，并逐一得到实现。

**营养师个人工作总结篇三**

导语：通过年终总结，我们可以把零散的、肤浅的感性认识上升为系统、深刻的理性认识，从而得出科学的结论，以便发扬成绩，克服缺点，吸取经验教训，使今后的工作少走弯路，多出成果，这有利于指导把下一年工作做得更好、更出色。以下是小编收集整理的营养师个人年终工作总结范文，欢迎参考学习!更多内容请关注应届毕业生考试网!

3-6岁的孩子，属于学龄前儿童，这个阶段的孩子生长发育有所减缓，但仍然处于迅速生长发育之中，个性上更加活泼好动。心理上具有好奇、注意力分散、喜欢模仿等特点，具有极大的可塑性，是培养良好生活习惯、良好道德品质的重要时期。所以营养需要特点：优质蛋白质、充足的能量、脂肪尤其是必需脂肪酸、碳水化合物(注意粗细搭配)、维生素、矿物质。另外科学的饮食安排，养成良好的饮食习惯、定时、定量、定点进食。根据中国营养学会妇幼分会编写的《中国孕期、哺乳期妇女和0-6岁儿童膳食指南》针对学龄前儿童的平衡膳食建议，特制定以下几条作为依据:

一、平衡膳食摄入量：谷类(米饭、面条等)每日180～260克;蔬菜类每日200～250克;水果类每日150～300克;鱼虾类每日40～50克;禽畜肉类每日30～40克;蛋类每日60克;奶类每日200～300克;或相当量的奶制品;大豆及豆制品每日25克;烹调油每日25～30克;糖果等少量。

二、平衡膳食的原则

1、多样食物合理搭配

2、专门烹调、易于消化

3、制定合理的膳食制度(三餐两点)

4、培养健康的饮食习惯

儿童饮食中的脂肪结构应该和成人的差不多，也就是说，总热量中来自脂肪的热量不能超过35%，所以，你应该尽量限制孩子对黄油和人造黄油等脂肪的摄入。此外，别让甜食把孩子的胃塞满，要让孩子尽可能多吃健康营养的食物。以上是我们的幼儿膳食制定参考，过去的一年里，我们严格做到了幼儿食品的营养质量，让孩子们快乐的成长。当然我们也会遇到一些头疼和不足的问题。曾经有位做妈妈的问记者：“30年前的父母与今天的父母有什么不同?”记者答：“30年前的父母担心孩子没饭吃，30年后的父母担心孩子不吃饭。”这句话道出了当代父母为孩子不爱吃饭而大伤脑筋的事实。经常看到爸爸妈妈或爷爷奶奶端着碗追在孩子身后，嘴里念叨着：“再吃一口，再吃一口!”孩子大多数会摇头，如果偶尔吃上一口，家长便欣喜若狂。

吃饭是一种享受，是解决饥饿，吸收营养的最好的方式，为什么到了孩子那里变成了一件痛苦的事情。主要是由于家长溺爱的原因使孩子没有养成好的进餐习惯。例如，有的家长总让孩子不停的吃零食，孩子到吃饭时一点不饿他们怎么会有食欲。有的家长爱在孩子吃饭时都逗弄孩子，或者看电视，使孩子吃饭时精力不集中，这也不利于良好进食习惯的养成。另外还有很多原因造成了孩子不愿吃饭或挑食。所以，首先要解决如何让孩子爱上吃饭，养成良好的饮食习惯问题。

所谓营养，顾名思义，营为营造、选择、创造之意，养乃养生、保持健康长寿之意，所以营养的概念可以解释为机体摄取食物，经过消化、吸收、代谢和排泄，利用食物中的营养素和其他对身体有益的成分(非营养素或植物化学成分)构建组织、调节各种生理功能，维持正常生长、发育和防病保健的过程。相信这点，每个人都懂都能做。因为慢性病预防的需要，社会催生出营养师的职业。医生的本职是救死扶伤，问题是没有人愿意病危或者病重。但是，任何疾病的发生不是一夜工夫造就的，预防成为第一要事。医生不能随时预警这个不合适那个对健康有损伤。个人的意识和行为就至关紧要了。《黄帝内经》有云：“是故圣人不治已病，治未病”，“道者，圣人行之，愚者佩之。”治病靠医生，预防靠自己。养生是每一个人都可以做到的事情，并非高深莫测的学术名词。

一百年前人们还不需要营养师的出现，人类大量的精力用于对付细菌、病毒、战争伤害、外源性损伤、灾害引发的疾病等方面，医生是救死扶伤的白衣天使。随着社会的发展，科技的进步，人类对抗自然灾害的能力越来越强大，许多认为是绝症的疾病都已经找到良好的方法和途径去应对，医学科技的水平更是不可同日而语，如天花、麻风等病基本销声匿迹。然而，人们的生活提高了，并没能杜绝新疾病的产生。我们面对的不再是病毒、细菌、战争伤害等旧疾病，而是很少留意到的新疾病——慢性病。慢性病在现代社会轻而易举地成为所有疾病中危害最严重的病种，它将人们以前畏如虎豹的天花、麻风等疾病迅速地抛在后面，位居危害人类的.各种疾病的首位，如高血压、肿瘤、糖尿病、风湿、心脑血管疾病等。这些病的可怕性在于它在无声无息的状态下就种下病根，直到被发觉时已经为时过晚了。

而专门研究慢性病的医生，也迷惘失措。我们已经知道，慢性病对人体的危害因素众多，已经不是单一药物可以解决问题的，而营养师恰好很自然地担任起防治慢性病的工作。营养师，成为拦截慢性病的首要关卡。

2024年中国卫生部公布了2024年城乡居民主要死亡原因，慢性病恶性肿瘤、脑血管病和心脏病为城乡居民前三位死因，农村居民前三位死因分别是呼吸系统疾病、脑血管疾病和恶性肿瘤。专家称，慢性病已经成为中国最沉重的疾病负担。

根据调查，造成上述问题的原因有几个方面：

第一，虽然大多数人关注营养问题，但是仍缺乏必要的营养知识，结果出现城市居民营养过剩与农村居民营养不良并存的现象。

第二，是缺乏指导营养饮食的营养师。

当人类晕头转向地研究慢性病的源头时，却莫名其妙地发现：根源是人类自己造成的，其中营养不良成为最主要的核心因素。慢性病最好的方式就是早预防早治疗，当医疗成为无法对待慢性病的时候，预防疾病的营养师角色，就前所未有地重要了起来。

两次诺贝尔获得者莱纳斯·鲍林对营养学寄予厚望，他说认为营养学应成为未来的医学。在20世纪初的爱迪生认为未来的医生不再给病人药物，而是引导病人关注人类结构、饮食的保养以及疾病的起因和预防。相信，未来的社会，每个人都是养生专家，都是营养师类型的人物，他们将不依靠医生获得健康保证，而是依靠自己来选择养生的好习惯，获取健康与幸福。营养师逐渐成为一种新的职业。

**营养师个人工作总结篇四**

我于20xx年6月起担任单位食堂营养师工作，经过单位同事的帮助和指导，通过自己不断的努力学习和每月定期参加与营养师相关的知识技能培训，使自己尽快进入角色，投入到自己热爱的工作岗位上。经过两年多的努力工作和不断充实和丰富自己，目前我营养师的理论知识和实际操作技能均已达到公共营养师技师水平。本公司食堂就餐人数在1000人左右，就餐主要集中在午餐，就餐人员主要为20岁-40岁，从事工作主要为办公室脑力活动的轻体力劳动。结合就餐人员的以上特点，我采取了一些方法来合理安排每日膳食，保证公司员工的营养均衡、保持身体健康，取得了公司领导和员工的一致好评。现将两年多的职工食堂营养师工作总结如下：

合理营养体现在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。所以，我们把各种食物合理调配，使具有不同营养特点的食物在膳食中占有适当比例，从而保证就餐人员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。

1、三餐能量的分配，早餐应占30%，午餐占35-40%，晚餐占30-35%。早餐必须摄入足够的能量，才能适应上午工作集中的特点。配餐应保证提供足够的能量。

2、在能量供给充分的前提下，除保证蛋白质的摄入量外，还要注意提高蛋白质的利用率，主、副食要搭配适宜，以充分发挥蛋白质的互补作用。就一种或几种营养素而言，动物性食物营养价值较高，但没有任何一种食物完全含有人体需要的全部营养素，因此某一餐仅食稀饭、泡饭、馒头、咸菜等以淀粉为主的食物，或单吃鱼、肉、蛋等高蛋白为主的食品，都是不合理的，必须调整为每餐均有荤、有素，或豆、菜搭配的合理膳食结构。

3、在确保营养的同时，应做到粗细搭配，干稀适度。要适当增加花色品种，使膳食丰富多样，既美味可口，又营养丰富。

4、营养食谱中，应含有绿色或黄红色蔬菜，以保证各种维生素和矿物质的供给。还必须注意采用合理的烹调方法，以保证食物中的营养成分。

科学烹调对食物的消化、吸收、利用和提高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，更注重配营养，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，保持鲜艳的色泽，口感的脆嫩。比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达到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，均含有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，就餐人员营养是否充分，不仅与膳食结构、原材料质量有关，而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。

年轻女孩子一般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。所以，我们可将年轻女孩子平时不爱吃，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，使他们乐于接受，增进营养素的摄入。根据职工的需要，我们的食谱常换花样，主食种类也非常多样，如营养饭、花卷、包子、面条、粽子等。增加了各种粥、粗粮，并在传统的煲汤中加入了各种时令蔬菜，受到职工的欢迎。同时我们添置一些必要的工具和设备来改善饮食。

一是添置必要的设备，从提高花色上减少就餐人数的流失，如增加油饼，馅饼，千层饼，热干面，清汤，胡辣汤等品种或产量，满足职工之需求，增加经营者的收入。

二是选用符合卫生标准的夹层保温设备作为盛售饭器具，保证职工吃上热气腾腾的饭菜。

三是设立饭菜质量投诉意见箱和聘请由职工出任的流动食品质量与价格监督员。

干净优雅的环境可以使就餐人员心情愉快，增强肠胃的蠕动及消化液的分泌，增进食欲，促进消化。为保障职工食堂就餐场地的卫生，我们制定了相关制度：

1、餐厅卫生由厨房负责安排厨工每天下午、晚上两次清洗、清洁，包括地面、台凳、设施用具等。

2、由厨房负责安排厨房工作人员每月一次对餐厅的天花、墙面等进行大扫除。

3、将建立《用餐管理制度》，对员工用餐的秩序、卫生等情况进行约束，并对违纪者进行相应的处罚。

4、由保安队安排1名值勤保安人员每天每餐对员工用餐的纪律(包括排队打菜秩序、核对勾记饭卡、用餐过程卫生纪律等)进行管制，纠正违纪行为和提报违纪处罚。

5、明显标示用餐时间、窗口及注意事项等，稍后将张贴用餐宣传标语，倡导健康饮食、文明用餐文化。

在食堂人员中开展公平竞争考核活动，是解决员工膳食营养要求与食堂工作质量矛盾的关键，也是实施职工食堂膳食科学管理的关键。我们的具体做法是：成立考核小组，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。

表格具体由各部门如实填写上交。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提出的矛盾。

实施膳食科学管理的结果是：员工放心、食堂人员舒心、领导宽心。

强化食品安全措施，确保职工在校饮食安全：

一是要建立安全责任制，食堂与与公司签定安全责任状，按食品卫生法，产品质量法和公司的要求条款组织生产经营，提供安全食品，确保饮食安全。

二是建立企业内部的安全监督管理体系，配备专一的食品卫生质量监督员，所有员工要与公司签定卫生安全责任状，把卫生安全责任落实到每个人，所有进入食堂员工都要经过卫生监督部门体检并核发健康证明，所有管理人员(包括企业内外部)到食堂检查工作，均要通过本食堂食品卫生监督员同意并发专门防护衣服和证卡，方能进入。

三是建立食品安全预警制度，所有制度张贴上墙，出现问题应即时向公司报告和有关部门报告，及时做出急救措施，力争把损失降到最低程度。

**营养师个人工作总结篇五**

3—6岁的孩子，属于学龄前儿童，这个阶段的孩子生长发育有所减缓，但仍然处于迅速生长发育之中，个性上更加活泼好动。心理上具有好奇、注意力分散、喜欢模仿等特点，具有极大的可塑性，是培养良好生活习惯、良好道德品质的重要时期。所以营养需要特点：优质蛋白质、充足的能量、脂肪尤其是必需脂肪酸、碳水化合物（注意粗细搭配）、维生素、矿物质。另外科学的饮食安排，养成良好的饮食习惯、定时、定量、定点进食。根据中国营养学会妇幼分会编写的《中国孕期、哺乳期妇女和0—6岁儿童膳食指南》针对学龄前儿童的平衡膳食建议，特制定以下几条作为依据：

1、多样食物合理搭配

2、专门烹调、易于消化

3、制定合理的膳食制度（三餐两点）

4、培养健康的饮食习惯

儿童饮食中的脂肪结构应该和成人的差不多，也就是说，总热量中来自脂肪的热量不能超过35％，所以，你应该尽量限制孩子对黄油和人造黄油等脂肪的摄入。此外，别让甜食把孩子的胃塞满，要让孩子尽可能多吃健康营养的食物。以上是我们的幼儿膳食制定参考，过去的一年里，我们严格做到了幼儿食品的营养质量，让孩子们快乐的成长。当然我们也会遇到一些头疼和不足的问题。曾经有位做妈妈的问记者：“30年前的父母与今天的父母有什么不同？”记者答：“30年前的父母担心孩子没饭吃，30年后的`父母担心孩子不吃饭。”这句话道出了当代父母为孩子不爱吃饭而大伤脑筋的事实。经常看到爸爸妈妈或爷爷奶奶端着碗追在孩子身后，嘴里念叨着：“再吃一口，再吃一口！”孩子大多数会摇头，如果偶尔吃上一口，家长便欣喜若狂。

吃饭是一种享受，是解决饥饿，吸收营养的最好的方式，为什么到了孩子那里变成了一件痛苦的事情。主要是由于家长溺爱的原因使孩子没有养成好的进餐习惯。例如，有的家长总让孩子不停的吃零食，孩子到吃饭时一点不饿他们怎么会有食欲。有的家长爱在孩子吃饭时都逗弄孩子，或者看电视，使孩子吃饭时精力不集中，这也不利于良好进食习惯的养成。另外还有很多原因造成了孩子不愿吃饭或挑食。所以，首先要解决如何让孩子爱上吃饭，养成良好的饮食习惯问题。

**营养师个人工作总结篇六**

医院的职责是救死扶伤，治病救人。作为一名营养师，我们的工作情况如何呢?欢迎大家阅读医院营养师个人工作总结!

“以铜为镜，可以正衣冠;以人为鉴，可以明得失;以史为鉴，可以知兴替。

”回顾过往的工作有利于总结经验和查找不足，有利于明确下一步的努力方向。

一年来，在医院领导的正确领导下和全体同事的支持和帮助下，本人紧密围绕医院的中心工作，把病人的健康放在工作首位，以认真、细致地态度，积极履行岗位职责，较好地完成了领导安排的各项工作任务。

下面，我就这一年来的工作情况和今后的工作打算做如下汇报：

一、注重学习，不断提高自身素质

医院的职责是救死扶伤，治病救人。

而作为一名营养师，我主要负责对病人的膳食进行合理的搭配，为他们身体恢复打好基础。

要做好这个工作，必须不断加强自身政治理论学习，保证自己政治立场坚定、方向观点明确、以促进工作思路清晰、思想觉悟提高。

我深入学习实践科学发展观，认真学习先进的理论知识，用党的理论武装自己的头脑，不断树立正确的世界观、价值观和人生观。

时刻牢记自己的使命，把病人的健康放在第一位。

用吃苦耐劳、善于专研的敬业精神和求真务实的工作作风，紧密结合岗位实际，完成各项工作任务。

在实际工作中，我坚持“精益求精，一丝不苟”的原则，认真对待每一件事，认真对待每一次工作，保证工作质量，为病人的健康做出自己的一份贡献。

二、恪尽职守、认真履行自己的岗位职责

(一)、精益求精，不断完善自己的工作水平

随着知识经济时代、信息化时代的到来，社会变化发展迅速，现代人面临的各种压力和不良的生活习惯，以及环境不断的恶化，导致健康离人愈来愈远。

我作为营养师，有责任也有义务，为大家的健康多做贡献。

而且，我很喜欢学习，认为人的一生是学习的一生。

面对新的形势、新的任务，唯有坚持不解地学习，才能不断适应新形势，才能不断充实自己，才能强身固本不辱使命。

每天，我利用课余时间学习营养学，营养餐的制作等相关专业知识，不断完善自己的专业技能。

平时工作中，对出现的问题，积极向大家请教，利用互联网查询前沿的、最新的知识。

不断坚持干中学、学中干，积累工作经验。

工作中遇到问题能及时向领导请示，避免工作出现失误。

(二)、尽职履责，扎实做好本职工作

由于我院还没有专门的营养科，因此，很多方面还不健全，给营养工作的开展带来了不少问题。

虽然，工作繁忙、复杂，但本着对病人负责的态度，我每天都按照上级的安排，认真做好相关的工作。

一是做好病人的营养记录，了解他们营养摄入情况，以及营养治疗的效果。

认真听取病人的意见，发现问题及时纠正改进。

二是针对不同的病人为他们配备专门的膳食，注重合理的营养搭配。

三是耐心、细致地为病人做好相关的咨询、宣传工作。

向他们灌输正确的、科学的、健康的营养膳食小知识。

对他们关心的问题，认真解释。

四是配合厨房，把好食物关。

食物品质的优劣直接关系到病人的健康。

抓好食物的鉴定、检查工作，从源头上为病人把好关。

另外，向配膳员和厨房工人灌输医疗营养知识，卫生知识，交流烹调技术。

(三)、转变作风，大力发扬争先创优精神

作为我院的一名工作人员，时刻牢记自己的使命，用“爱心、热心、耐心、细心和精心”来诠释本职工作。

我认为爱岗敬业、甘于奉献是在平凡工作岗位上争先创优的最好诠释。

为此，我时刻严格要求自己，干一行，爱一行，发挥表率作用。

充分发扬“奉献、友爱、互助、进步”的精神，本着对医院和人民高度负责的精神，以极强烈的责任感，尽职尽责，真正做到恪尽职守，把工作的事当作大事，不计私利，对待病人，从不敷衍了事，马虎对待。

在工作中，我讲究工作方法、技巧，充分发挥自己细致耐心的优势，努力提高工作效率。

对待工作，始终保持严谨踏实的工作态度和吃苦耐劳的工作精神，以自己积极进取、踏实严谨的工作精神不断进取、奋发向上，努力做到急群众之所急，想群众之所想，真正发挥了自己的作用。

三、立足自身查找差距

孔子曰：吾日三省吾身。

通过\*年的学习和工作锻炼，自己各方面的工作能力都有了很大提高。

但我深知距上级的要求还有很大差距。

工作中，始终还存在着一些问题：

一是主动学习不够。

由于工作忙，日常事务缠身，对学习钻得不够深，有点浮于表面。

二是创新热情不够。

工作中还缺乏创造性，满足于完成上级领导交办的任务，仍旧遵循着过去的方式方法开展工作。

对一些新问题、新现象处理不到位。

三是存在急躁情绪。

有时处理问题会比较急，急于求成。

四、今后的工作计划

站在20xx年新的起点上，我要用全新的面貌迎接工作中的挑战。

(一)、加强自身业务学习

业精于勤荒于嬉。

今后，我要继续加强学习，掌握做好营养膳食的专业知识和技能，提高自身工作本领。

在业务学习上自己平时要主动多学习，多向有业务专长的同志学习，通过学习进一步转变思想、理念、方式。

另外，要注重调查研究，增强创新工作热情。

在思想上大力发扬求真务实的工作作风，办实事、求实效，多调查研究，多发现情况，创新工作方法和工作措施，及时解决工作中实际问题。

努力按照医院要求，为病人服好务，做到爱岗敬业、履行职责、公正公平。

(二)、筹建营养科，更系统、全面地做好医疗营养工作

今年，随着医院的不断发展，营养科也在准备筹建中。

这无论是对医院还是病人以及我本人都是一件非常好的事情。

我有信心也有决心配合上级把营养科搞起来。

我的初步想法包括以下这几方面：

一是建章立制，完善工作流程。

针对以往事务繁杂，办事效率低的情况，要从多角度、多渠道了解、收集相关信息。

建立健全科室的相关制度。

从病人的饮食制度到营养室的卫生安全制度，再到科室各工作人员的职责做全面、详细地说明。

完善考核内容和办法，建立责权利明确的科学考核体系，实行持续、动态的绩效管理，科学评价员工的工作业绩。

用制度约束人，管理人，发挥出团队高效的力量。

二是建立营养食堂。

医疗营养工作不同于一般的营养工作。

它不仅是为病人提供专门的营养，更重要的是配合病人的\'治疗，为他们的康复工作打好基础。

因此，营养科的建立，最好，还能有专门的营养食堂。

通过基本饮食和特别饮食的专门配制，以及对厨房工人和配膳员的专门指导，使他们熟知相关的营养膳食知识，有利于工作的进一步开展。

而且，要定期组织厨房工作人员体检，严格控制好食品的品质，为病人的健康做好保障。

三是组织好科室人员的业务学习工作。

要贯彻“以人为本”的管理思想，做好人的工作，制定合理的学习教育规划和切实可行的措施，在不影响正常工作的前提下，积极开展科室人员的思想政治工作和业务教育活动，整顿其思想，增强工作责任心，学习有关规章制度和业务知识，提高业务技能和综合素质。

四是加强宣传，提高民众健康饮食的意识

病从口人，现代人也越来越重视饮食健康。

我们不仅要为病人配制好膳食，更应向他们积极宣传健康、营养的膳食小知识。

通过日常与病人交流，认真解答他们的疑惑，也可同时告知他们一些简单、实用的健康饮食习惯。

(三)、注重协调、配合好其它科室

我在加强自身业务修养提高的同时，还要积极与其它科室沟通、协调，做好病人相关的医疗饮食记录。

针对他们医疗的实际情况，制定出合理的、富有营养价值的膳食搭配。

对病人出现的问题，及时与他的医护人员交流、沟通，全面做好医护工作。

天行健，君子以自强不息;地势坤，君子以厚德载物。

我理解这是为人做事的准则和真谛。

思想有多远，脚步就能走多远，再好的规划贵在付之行动，形式代表不了实质，说到不如做到，我注重的是实质，注重的是做事。

在今后的工作中我会继续发扬求真务实的工作作风、克服不足、立足本岗，勤勉尽责，与我院同事携手并肩，为医院的发展做出应有的贡献!

20xx年，我院按照县创卫办的安排，在县卫生局创卫领导小组的指导下，结合20xx年的创卫工作，进一步完善组织机构，健全相关规章制度，积极收集创卫相关资料，广泛开展创卫工作宣传教育工作。

1、加强对医院创卫工作的领导。

首先注重明确职责，进一步完善责任落实的组织领导机制，确保领导到位、人员到位、责任到位，措施到位，成立了医院创卫工作领导组，领导组由院长任组长，副院长任副组长，强化对创卫工作的领导。

领导组下设办公室，由院办、总务科、防保科、医务科、感控科、保卫科、人事科等相关科室同志组成，同时明确8名工作人员，分工明确，责任落实。

真正形成一把手亲自抓，分管领导具体抓，职能部门分工抓，全员合力共同抓的工作机制，努力形成创建工作合力。

我们始终把抓好环境卫生综合治理工作摆在重要位置，重拳出击，整治“脏、乱、差”。

在工作要求上，注重“严”、“硬”、“真”，进一步加大了创建工作的督查力度。

同时完善了自查自纠、互查抽查、突击检查等多种形式的检查机制，充分发挥创卫督查组的督查和协调作用。

特别是督查检查中暴露出来的问题，强化责任，落实措施，务求实效，迅速行动，(“三严三实”专题教育总结汇报)认真整改，真正做到在做精做优上下工夫，在做优做美上花力气，努力使我院的创建工作达到领先水平。

2、深入持久地开展创卫健康教育工作。

结合行业特点，有计划、有步骤、有重点地进行创建工作教育。

通过强有力的宣传声势，营造创卫氛围，使“医院是我家，创建靠大家”的口号家喻户晓，深入人心。

在医院门诊和病区有固定的健康教育宣传栏和读报栏，每月更换宣传内容，发放健康教育宣传资料，开展健康咨询;门诊医生对前来就诊病员出具健康处方，定期将《健康教育》报刊发放到科室和病床，并通过工休座谈会等形式向病人及其亲属开展候诊、就诊、住院、出院健康教育。

健康知识知晓率达到80%以上，住院病员做到个个普及健康教育。

3、采取扎实有效措施，使各项创建工作落到实处。

**营养师个人工作总结篇七**

我们要懂得怎么去总结自己,在总结过程中发现好的方面,避免坏的影响,争取更好的结果。以下是百分网小编整理的营养师个人工作总结范文，欢迎参考学习!

所谓营养，顾名思义，营为营造、选择、创造之意，养乃养生、保持健康长寿之意，所以营养的概念可以解释为机体摄取食物，经过消化、吸收、代谢和排泄，利用食物中的营养素和其他对身体有益的成分(非营养素或植物化学成分)构建组织、调节各种生理功能，维持正常生长、发育和防病保健的过程。相信这点，每个人都懂都能做。因为慢性病预防的需要，社会催生出营养师的职业。医生的本职是救死扶伤，问题是没有人愿意病危或者病重。但是，任何疾病的发生不是一夜工夫造就的，预防成为第一要事。医生不能随时预警这个不合适那个对健康有损伤。个人的意识和行为就至关紧要了。《黄帝内经》有云：“是故圣人不治已病，治未病”，“道者，圣人行之，愚者佩之。”治病靠医生，预防靠自己。养生是每一个人都可以做到的事情，并非高深莫测的学术名词。

一百年前人们还不需要营养师的出现，人类大量的精力用于对付细菌、病毒、战争伤害、外源性损伤、灾害引发的疾病等方面，医生是救死扶伤的白衣天使。随着社会的发展，科技的进步，人类对抗自然灾害的能力越来越强大，许多认为是绝症的疾病都已经找到良好的方法和途径去应对，医学科技的水平更是不可同日而语，如天花、麻风等病基本销声匿迹。然而，人们的生活提高了，并没能杜绝新疾病的产生。我们面对的不再是病毒、细菌、战争伤害等旧疾病，而是很少留意到的新疾病——慢性病。慢性病在现代社会轻而易举地成为所有疾病中危害最严重的病种，它将人们以前畏如虎豹的天花、麻风等疾病迅速地抛在后面，位居危害人类的各种疾病的首位，如高血压、肿瘤、糖尿病、风湿、心脑血管疾病等。这些病的可怕性在于它在无声无息的状态下就种下病根，直到被发觉时已经为时过晚了。

而专门研究慢性病的医生，也迷惘失措。我们已经知道，慢性病对人体的危害因素众多，已经不是单一药物可以解决问题的，而营养师恰好很自然地担任起防治慢性病的工作。营养师，成为拦截慢性病的首要关卡。

2024年中国卫生部公布了2024年城乡居民主要死亡原因，慢性病恶性肿瘤、脑血管病和心脏病为城乡居民前三位死因，农村居民前三位死因分别是呼吸系统疾病、脑血管疾病和恶性肿瘤。专家称，慢性病已经成为中国最沉重的疾病负担。

根据调查，造成上述问题的原因有几个方面：

第一，虽然大多数人关注营养问题，但是仍缺乏必要的营养知识，结果出现城市居民营养过剩与农村居民营养不良并存的现象。

第二，是缺乏指导营养饮食的营养师。

当人类晕头转向地研究慢性病的源头时，却莫名其妙地发现：根源是人类自己造成的，其中营养不良成为最主要的核心因素。慢性病最好的方式就是早预防早治疗，当医疗成为无法对待慢性病的时候，预防疾病的营养师角色，就前所未有地重要了起来。

两次诺贝尔获得者莱纳斯·鲍林对营养学寄予厚望，他说认为营养学应成为未来的医学。在20世纪初的爱迪生认为未来的医生不再给病人药物，而是引导病人关注人类结构、饮食的保养以及疾病的起因和预防。相信，未来的社会，每个人都是养生专家，都是营养师类型的`人物，他们将不依靠医生获得健康保证，而是依靠自己来选择养生的好习惯，获取健康与幸福。营养师逐渐成为一种新的职业。

3-6岁的孩子，属于学龄前儿童，这个阶段的孩子生长发育有所减缓，但仍然处于迅速生长发育之中，个性上更加活泼好动。心理上具有好奇、注意力分散、喜欢模仿等特点，具有极大的可塑性，是培养良好生活习惯、良好道德品质的重要时期。所以营养需要特点：优质蛋白质、充足的能量、脂肪尤其是必需脂肪酸、碳水化合物(注意粗细搭配)、维生素、矿物质。另外科学的饮食安排，养成良好的饮食习惯、定时、定量、定点进食。根据中国营养学会妇幼分会编写的《中国孕期、哺乳期妇女和0-6岁儿童膳食指南》针对学龄前儿童的平衡膳食建议，特制定以下几条作为依据:

一、平衡膳食摄入量：谷类(米饭、面条等)每日180～260克;蔬菜类每日200～250克;水果类每日150～300克;鱼虾类每日40～50克;禽畜肉类每日30～40克;蛋类每日60克;奶类每日200～300克;或相当量的奶制品;大豆及豆制品每日25克;烹调油每日25～30克;糖果等少量。

二、平衡膳食的原则

1、多样食物合理搭配

2、专门烹调、易于消化

3、制定合理的膳食制度(三餐两点)

4、培养健康的饮食习惯

儿童饮食中的脂肪结构应该和成人的差不多，也就是说，总热量中来自脂肪的热量不能超过35%，所以，你应该尽量限制孩子对黄油和人造黄油等脂肪的摄入。此外，别让甜食把孩子的胃塞满，要让孩子尽可能多吃健康营养的食物。以上是我们的幼儿膳食制定参考，过去的一年里，我们严格做到了幼儿食品的营养质量，让孩子们快乐的成长。当然我们也会遇到一些头疼和不足的问题。曾经有位做妈妈的问记者：“30年前的父母与今天的父母有什么不同?”记者答：“30年前的父母担心孩子没饭吃，30年后的父母担心孩子不吃饭。”这句话道出了当代父母为孩子不爱吃饭而大伤脑筋的事实。经常看到爸爸妈妈或爷爷奶奶端着碗追在孩子身后，嘴里念叨着：“再吃一口，再吃一口!”孩子大多数会摇头，如果偶尔吃上一口，家长便欣喜若狂。

吃饭是一种享受，是解决饥饿，吸收营养的最好的方式，为什么到了孩子那里变成了一件痛苦的事情。主要是由于家长溺爱的原因使孩子没有养成好的进餐习惯。例如，有的家长总让孩子不停的吃零食，孩子到吃饭时一点不饿他们怎么会有食欲。有的家长爱在孩子吃饭时都逗弄孩子，或者看电视，使孩子吃饭时精力不集中，这也不利于良好进食习惯的养成。另外还有很多原因造成了孩子不愿吃饭或挑食。所以，首先要解决如何让孩子爱上吃饭，养成良好的饮食习惯问题。

**营养师个人工作总结篇八**

膳食营养工作是一项非常重要的工作。下面是小编搜集整理的营养师个人

工作总结范文

，欢迎阅读。

新《纲要》明确要求“幼儿园必须把保护幼儿的生命和促进幼儿健康放在工作的首位”，因此抓好幼儿园膳食营养工作是一项非常重要的工作。为此，我们实施了营养膳食科学管理办法，以确保幼儿的营养均衡、促进幼儿的身体健康。

合理营养是创设健康膳食环境的主要目标，是促进幼儿生长发育和物质能量代谢的必要条件。合理营养体现在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。所以，我们把各种食物合理调配，使具有不同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，及时改进，不断提高膳食质量。另外，保健老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、利用和提高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，更注重配营养，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，保持鲜艳的色泽，口感的脆嫩。比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达到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，均含有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，不仅与膳食结构、原材料质量有关，而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。所以，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，使他们乐于接受，增进营养素的摄入。根据孩子的需要，我们的食谱常换花样，主食种类也非常多样，如营养饭、花卷、包子、面条、粽子等。增加了各种粥、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。

优雅的环境可以使孩子心情愉快，增强肠胃的蠕动及消化液的分泌，增进食欲，促进消化。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。良好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，也有利于幼儿良好道德品质与文明行为的形成。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;要创设良好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，促进身心健康。

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，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。

“以铜为镜，可以正衣冠;以人为鉴，可以明得失;以史为鉴，可以知兴替。”回顾过往的工作有利于总结经验和查找不足，有利于明确下一步的努力方向。一年来，在医院领导的正确领导下和全体同事的支持和帮助下，本人紧密围绕医院的中心工作，把病人的健康放在工作首位，以认真、细致地态度，积极履行

岗位职责

，较好地完成了领导安排的各项工作任务。下面，我就这一年来的工作情况和今后的工作打算做如下汇报：

医院的职责是救死扶伤，治病救人。而作为一名营养师，我主要负责对病人的膳食进行合理的搭配，为他们身体恢复打好基础。要做好这个工作，必须不断加强自身政治理论学习，保证自己政治立场坚定、方向观点明确、以促进工作思路清晰、思想觉悟提高。我深入学习实践科学发展观，认真学习先进的理论知识，用党的理论武装自己的头脑，不断树立正确的世界观、价值观和人生观。时刻牢记自己的使命，把病人的健康放在第一位。用吃苦耐劳、善于专研的敬业精神和求真务实的工作作风，紧密结合岗位实际，完成各项工作任务。在实际工作中，我坚持“精益求精，一丝不苟”的原则，认真对待每一件事，认真对待每一次工作，保证工作质量，为病人的健康做出自己的一份贡献。

(一)、精益求精，不断完善自己的工作水平

随着知识经济时代、信息化时代的到来，社会变化发展迅速，现代人面临的各种压力和不良的生活习惯，以及环境不断的恶化，导致健康离人愈来愈远。我作为营养师，有责任也有义务，为大家的健康多做贡献。而且，我很喜欢学习，认为人的一生是学习的一生。面对新的形势、新的任务，唯有坚持不解地学习，才能不断适应新形势，才能不断充实自己，才能强身固本不辱使命。

每天，我利用课余时间学习营养学，营养餐的制作等相关专业知识，不断完善自己的专业技能。平时工作中，对出现的问题，积极向大家请教，利用互联网查询前沿的、最新的知识。不断坚持干中学、学中干，积累工作经验。工作中遇到问题能及时向领导请示，避免工作出现失误。

(二)、尽职履责，扎实做好本职工作

由于我院还没有专门的营养科，因此，很多方面还不健全，给营养工作的开展带来了不少问题。虽然，工作繁忙、复杂，但本着对病人负责的态度，我每天都按照上级的安排，认真做好相关的工作。一是做好病人的营养记录，了解他们营养摄入情况，以及营养治疗的效果。认真听取病人的意见，发现问题及时纠正改进。二是针对不同的病人为他们配备专门的膳食，注重合理的营养搭配。三是耐心、细致地为病人做好相关的咨询、宣传工作。向他们灌输正确的、科学的、健康的营养膳食小知识。对他们关心的问题，认真解释。四是配合厨房，把好食物关。食物品质的优劣直接关系到病人的健康。抓好食物的鉴定、检查工作，从源头上为病人把好关。另外，向配膳员和厨房工人灌输医疗营养知识，卫生知识，交流烹调技术。

(三)、转变作风，大力发扬争先创优精神

作为我院的一名工作人员，时刻牢记自己的使命，用“爱心、热心、耐心、细心和精心”来诠释本职工作。我认为爱岗敬业、甘于奉献是在平凡工作岗位上争先创优的最好诠释。为此，我时刻严格要求自己，干一行，爱一行，发挥表率作用。充分发扬“奉献、友爱、互助、进步”的精神，本着对医院和人民高度负责的精神，以极强烈的责任感，尽职尽责，真正做到恪尽职守，把工作的事当作大事，不计私利，对待病人，从不敷衍了事，马虎对待。在工作中，我讲究工作方法、技巧，充分发挥自己细致耐心的优势，努力提高工作效率。对待工作，始终保持严谨踏实的工作态度和吃苦耐劳的工作精神，以自己积极进取、踏实严谨的工作精神不断进取、奋发向上，努力做到急群众之所急，想群众之所想，真正发挥了自己的作用。

孔子曰：吾日三省吾身。通过\*年的学习和工作锻炼，自己各方面的工作能力都有了很大提高。但我深知距上级的要求还有很大差距。工作中，始终还存在着一些问题：

一是主动学习不够。由于工作忙，日常事务缠身，对学习钻得不够深，有点浮于表面。二是创新热情不够。工作中还缺乏创造性，满足于完成上级领导交办的任务，仍旧遵循着过去的方式方法开展工作。对一些新问题、新现象处理不到位。三是存在急躁情绪。有时处理问题会比较急，急于求成。

站在20xx年新的起点上，我要用全新的面貌迎接工作中的挑战。

(一)、加强自身业务学习

业精于勤荒于嬉。今后，我要继续加强学习，掌握做好营养膳食的专业知识和技能，提高自身工作本领。在业务学习上自己平时要主动多学习，多向有业务专长的同志学习，通过学习进一步转变思想、理念、方式。另外，要注重调查研究，增强创新工作热情。在思想上大力发扬求真务实的工作作风，办实事、求实效，多调查研究，多发现情况，创新工作方法和工作措施，及时解决工作中实际问题。努力按照医院要求，为病人服好务，做到爱岗敬业、履行职责、公正公平。

(二)、筹建营养科，更系统、全面地做好医疗营养工作

今年，随着医院的不断发展，营养科也在准备筹建中。这无论是对医院还是病人以及我本人都是一件非常好的事情。我有信心也有决心配合上级把营养科搞起来。我的初步想法包括以下这几方面：

一是建章立制，完善工作流程。针对以往事务繁杂，办事效率低的情况，要从多角度、多渠道了解、收集相关信息。建立健全科室的相关制度。从病人的饮食制度到营养室的卫生安全制度，再到科室各工作人员的职责做全面、详细地说明。完善考核内容和办法，建立责权利明确的科学考核体系，实行持续、动态的绩效管理，科学评价员工的工作业绩。用制度约束人，管理人，发挥出团队高效的力量。

二是建立营养食堂。医疗营养工作不同于一般的营养工作。它不仅是为病人提供专门的营养，更重要的是配合病人的治疗，为他们的康复工作打好基础。因此，营养科的建立，最好，还能有专门的营养食堂。通过基本饮食和特别饮食的专门配制，以及对厨房工人和配膳员的专门指导，使他们熟知相关的营养膳食知识，有利于工作的进一步开展。而且，要定期组织厨房工作人员体检，严格控制好食品的品质，为病人的健康做好保障。

三是组织好科室人员的业务学习工作。

要贯彻“以人为本”的管理思想，做好人的工作，制定合理的学习教育规划和切实可行的措施，在不影响正常工作的前提下，积极开展科室人员的思想政治工作和业务教育活动，整顿其思想，增强工作责任心，学习有关

规章制度

和业务知识，提高业务技能和综合素质。

四是加强宣传，提高民众健康饮食的意识

病从口人，现代人也越来越重视饮食健康。我们不仅要为病人配制好膳食，更应向他们积极宣传健康、营养的膳食小知识。通过日常与病人交流，认真解答他们的疑惑，也可同时告知他们一些简单、实用的健康饮食习惯。

(三)、注重协调、配合好其它科室

我在加强自身业务修养提高的同时，还要积极与其它科室沟通、协调，做好病人相关的医疗饮食记录。针对他们医疗的实际情况，制定出合理的、富有营养价值的膳食搭配。对病人出现的问题，及时与他的医护人员交流、沟通，全面做好医护工作。

天行健，君子以自强不息;地势坤，君子以厚德载物。我理解这是为人做事的准则和真谛。思想有多远，脚步就能走多远，再好的规划贵在付之行动，形式代表不了实质，说到不如做到，我注重的是实质，注重的是做事。在今后的工作中我会继续发扬求真务实的工作作风、克服不足、立足本岗，勤勉尽责，与我院同事携手并肩，为医院的发展做出应有的贡献!

**营养师个人工作总结篇九**

在即将过去的一年，我在幼儿园公共营养师的工作岗位上又迈出新的一步。首先，我清楚自己的工作责任巨大，作为一个幼儿园营养师要不断的学习与研究，我制定的任何一个营养菜谱都直接影响幼儿的健康与发展，幼儿的膳食营养均衡了，才能更茁壮的成长。针对过去的工作经历，我总结了一些经验，当然也有不足之处，与大家一起分享与共勉。

3-6岁的孩子，属于学龄前儿童，这个阶段的孩子生长发育有所减缓，但仍然处于迅速生长发育之中，个性上更加活泼好动。心理上具有好奇、注意力分散、喜欢模仿等特点，具有极大的可塑性，是培养良好生活习惯、良好道德品质的重要时期。所以营养需要特点：优质蛋白质、充足的能量、脂肪尤其是必需脂肪酸、碳水化合物(注意粗细搭配)、维生素、矿物质。另外科学的饮食安排，养成良好的饮食习惯、定时、定量、定点进食。根据中国营养学会妇幼分会编写的《中国孕期、哺乳期妇女和0-6岁儿童膳食指南》针对学龄前儿童的平衡膳食建议，特制定以下几条作为依据：

一、平衡膳食摄入量：

谷类(米饭、面条等)每日180～260克;蔬菜类每日200～250克;水果类每日150～300克;鱼虾类每日40～50克;禽畜肉类每日30～40克;蛋类每日60克;奶类每日200～300克;或相当量的奶制品;大豆及豆制品每日25克;烹调油每日25～30克;糖果等少量。

二、平衡膳食的原则:

1、多样食物合理搭配

2、专门烹调、易于消化

3、制定合理的膳食制度(三餐两点)

4、培养健康的饮食习惯

三、食物的合理选择:

1、谷物：由于谷类中的维生素、矿物质、纤维素及油脂大都存在于麸皮和胚芽中。

2、蔬菜：蔬菜富含膳食纤维素、维生素c、维生素a和钾。

3、水果：水果提供大量膳食纤维、维生素c、维生素a和钾。

4、奶类：多数奶制品都富含强化牙齿和骨骼的钙质，吸收率高，是宝宝最理想的钙源。

5、肉类和豆类：包括肉类和豆类，还有鱼类、蛋类和坚果，这些食物能为孩子提供铁、锌和部分b族维生素。

最新营养师个人工作总结

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn