# 文明餐桌日记350字范文(推荐49篇)

来源：网络 作者：琴心剑胆 更新时间：2025-07-26

*文明餐桌日记350字范文 第一篇都说“民以食为天。”在日常生活中，饮食非常重要，大家每天都和餐饮打交道。餐饮承载的不仅是人类的生生不息，亲情友谊，更传承着人类尊重劳动、珍惜粮食的美德。然而，随着大家生活水平的提高，有的人却渐渐淡忘了传统美德...*

**文明餐桌日记350字范文 第一篇**

都说“民以食为天。”在日常生活中，饮食非常重要，大家每天都和餐饮打交道。餐饮承载的不仅是人类的生生不息，亲情友谊，更传承着人类尊重劳动、珍惜粮食的美德。然而，随着大家生活水平的提高，有的人却渐渐淡忘了传统美德——节约粮食，文明用餐。

“光盘行动”就是党和国家提出并倡导的传承中华美德的方法之一。生活中许多大人与小孩追求排场与奢侈，在公共场所吃饭，点菜数量求多却吃不完，造成剩余饭菜，资源浪费。更有一些人为了满足自己的口腹之欲，竟然私自捕杀野生动物，贩卖野生动物，把野生动物送上了好吃者的餐桌。虽然满足了自己和他人的口腹之欲，却给自己和他人也带来了不可挽回的灾难。20\_年的非典病毒，不都是铁一般的事实吗?这些铁的事实告诉我们必须积极践行文明餐桌。

践行文明餐桌，必须从文明环保餐桌开始。我们要坚决抵制吃野生动物的肉，大力倡导保护野生动物，让它们和人类和谐相处。

践行文明餐桌，要从文明就餐开始。我们要自觉遵守公共道德规范，用餐时不可以大声地喧哗，注意他人的用餐感受，同时也不能够将宠物带进餐厅，不随意造成用餐环境的污染。要做到低碳环保，用公筷公勺，杜绝使用一次性筷子。

践行文明餐桌，我们还要做好积极的宣传。在确保严格要求自己做好的前提下，召其他人踊跃参加到大力宣传文明餐桌的行动中来，一起积极打造温馨文明的就餐环境，享受“文明用餐，节俭惜福”的快乐。

“粒米虽小，君莫扔，勤俭节约留美名。”文明餐桌是一种理性又科学，卫生又健康的生活方式。让我们从现在起与文明握手，和陋习告别吧!将环保的低碳生活进行到底!让节俭用餐，安全用餐，卫生用餐的习惯在全社会风行，一起传承中华民族优良的饮食文化传统吧!

**文明餐桌日记350字范文 第二篇**

自从今天晚上的晚饭后，我的妈妈。就给我制定了一套餐桌礼仪，在家里，妈妈就对我传出了一个噩耗：“今天晚上，你做出的表现不是非常礼貌，有些失态。所以，我要和你制定一套餐桌礼仪标准，首先，你先说，你知道的餐桌礼仪有哪些吗?”“恩?比如说不能边嚼东西便讲话?”“说对了，加十分!”“吃饭时不能谈一些令人作呕的事情?”“说对了，再加十分!二十分!及格线是一百分啊!”“啊?还有!不能拿筷子敲碗。不能拿着勺子把汤吸进去，悉悉索索，不雅观。不能拿筷子指着人家!”“加三十分!五十分了!加油!”“进餐时不要打嗝,也不要出现其他声音,如果出现打喷嚏,肠鸣等不由自主的声响时,就要说一声\_真不好意思\_.;对不起;.\_请原凉\_.之内的话.以示歉意!”“对了!加十分!恩!六十分了!”“不允许吸烟。”“这个是小孩子不能做的，大人们才需要注意。”所有的一切，都会在你的不经意间发生，如果是真的一个粗鲁的人在一餐厅吃饭，弄出很大的声响，你是什么感觉?

我们讨论了许久。现在我才发现，原来吃一餐饭也有许多讲究，如果不注意检点这些问题，就会给人家留下不好的印象。就算是你啊所有的方面都做得很好，也不能在这方面逊色，这样背地里人家就会说你不整洁，所以啊，我们有时候还真要检点自己，重视自己的餐桌礼仪呢!

  文章标签：>文明

文章地址：（作文汇）

版权声明：本文及图片素材源于用户投稿，如不慎侵犯了知识产权人的权益，请联系我们第一时间进行删除。

**文明餐桌日记350字范文 第三篇**

文明餐桌，就是文明用餐、节约用餐、健康用餐的良好风气。中国是文明古国，有着悠久的饮食文化。可是，现在许多人都不知怎么了，为了突显自己的大方，在饭店点一桌子的菜，也不怎么动筷子就抢着埋单。桌子上的剩饭、剩菜足够他们再吃一次。这样的人真可耻，应该遭到严厉的批评。

俗话说：“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”每一粒粮食都是农民伯伯辛苦换来了，所以我们要珍惜粮食。无论在家里还是在饭店都要吃干净，吃不完要打包，不要怕别人笑话。

节约用餐，抵制浪费，从我做起，人人有责。以前，我吃过的饭碗里，不是剩两根面条，就是剩一嘴米饭，或者夹到碗里的菜不是自己喜欢的就剩下，妈妈看到总是说：“要吃干净。”可我一拍肚子说：“真吃不进了。”每次妈妈都把我的剩饭倒到她的碗里，我都习以为常，觉得理所应当。直到一次看电视，才知道“餐桌上的浪费相当于两亿人吃一年”。多么可怕的数字，多么让人震惊的信息。我们人人都节约用餐，那将会节省多少粮食。

我们每一个人都要自觉勤俭节约，都要参加文明餐桌的行动，共同传承“礼仪之邦”的美德。

**文明餐桌日记350字范文 第四篇**

我相信有很多人认为珍珠项链十分珍贵，可我不这么认为，我认为人们不可缺少的是粮食。粮食，这不起眼的两个字，对每个人都很重要。没有粮食，人就不能生存。

但现实生活中，浪费粮食的现象比比皆是、历历在目。每当你走进学校食堂吃饭，就会发现许多人在浪费食物：有的人看见饭菜很难吃，没吃两口倒掉了，有的人甚至连看都不看就直接倒掉了。有一次，我们在饭店吃饭，看见隔壁那桌大鱼大肉，可不一会儿，人都走了，许多菜还没吃掉，也没有打包，看着服务员把菜统统倒掉时，我的心很酸，有种说不出的感受。哎！能够往的我也是这样的人啊！

从此刻起，我们每个人都要珍惜粮食、节俭粮食、杜绝浪费，感受劳动的艰辛和粮食生产的艰难，培养艰苦奋斗、勤俭节俭的美德。

**文明餐桌日记350字范文 第五篇**

“饭香香,菜香香，亲朋聚会喜洋洋。你尝尝，我尝尝，吃饭不洒菜和汤。碗光光，盘光光，光盘一族响当当。”这首脍炙人口的童谣道出了当前流行的餐桌文明现象。

别看这小小的餐桌，可藏着大大的文明。因为餐桌承载的不仅是人类的生生不息，更传承了中华民族的优秀文化和尊重劳动、珍惜粮食、勤俭节约的传统美德。

作为一名小学生，我们更应该倡导“节约用餐，文明消费”的风尚。今年春节，大姑请我们到饭店去吃饭。来到饭店，我就看到门上写着“欢迎光临”四个大字。顺着大理石台阶，我们来到二楼餐厅。看到里面有许多人在聚餐，一派热闹的景象……

要点菜了，大姑说：“过年热闹，多点一些菜。”此时，我环顾四周，发现每个餐桌上都有一张牌子。仔细一看，上面写着：文明用餐，吃多少点多少，不要浪费。我想：是呀！锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。农民伯伯种粮食多辛苦呀！我们应该尊重别人的劳动，不能随便浪费粮食，做个文明的人。再说，很多贫困地区至今还有人吃不饱、穿不暖，每个人节约一点，就可以让他们过上温饱的生活。

于是，我轻轻地对大姑说：“不要点太多菜，菜点多了吃不掉，不就是浪费粮食了吗？”说完后，我还用手指了指桌子上的那张牌子，示意大家看看。听到我这么说，旁边的人都对我投来了赞许的目光。大姑笑着说：“王梦宸真是个懂事的孩子，知道勤俭节约了，真棒！行！今天我们就听你的，少点些。”

听完大姑的话，大家都开心地笑了，我们在笑声中愉快地吃着。当菜吃完时，大家也都饱了，看着桌子上光光的盘子，我觉得特别开心！因为我们没有浪费粮食，用自己的实际行动践行了勤俭节约的优良传统。

回家的路上，我在心里暗暗下定决心：下次不管在哪个地方吃饭，都要像这次一样，不要铺张浪费，节约用餐，文明消费。

**文明餐桌日记350字范文 第六篇**

“ 餐桌文明，人人有责”。我们要做一个有礼貌、懂文明的好学生。

有一次，我期末考试考得很理想，爸爸妈妈为了奖励我，带我去饭店吃饭。到了饭店庆贺一下，我们找了个位子坐了下来。这时，服务员阿姨拿来菜单，让我们点菜，爸爸拿过菜单，点了几个菜，然后把菜单递给我，让我们来点几个菜，我正准备多点几个菜，就想到了“适量点菜”这句话，心想：“爸爸已经点了好几种菜了，如果我再点那么多菜，会很浪费的，不如少点几种菜吧!”忽然，我看见爸爸点的菜中有几种带有野生动物的菜，于是，我对爸爸说：“我们要保护环境，不能食用野生动物，经常食用野生动物的话，对身体是不健康的，而且野生动物的多样性也会减少;如果不食用野生动物的话，不但身体健康，还尽到了保护环境的责任。”爸爸听了，说：“你真是个懂事的孩子”。这时，服务员阿姨送来一次性筷子，我说：“谢谢，我们不用一次性餐具，我们自己有餐具。”这时，服务员阿姨为我们送上了可口的蔬菜，香喷喷的米饭。我们吃得可香了。不一会儿，我们就吃得饱饱的。虽然我点得菜并不算多，但还是剩余了一些菜。

我犹豫了。想着如何处理这些剩菜呢?忽然，我想到了“剩菜打包”这个方法，心想：“如果这些菜就这么放在这儿的话，就会被服务员阿姨倒掉的，还不如打包带回去呢!”我把这个想法告诉了妈妈，妈妈夸我是个懂得节俭的好孩子。于是我们叫服务员阿姨帮我们把这些剩菜打包，一起高高兴兴地回家去了。

今天我很高兴，忽然之间我觉得自己长大了许多。

**文明餐桌日记350字范文 第七篇**

俗话说：“民以食为天。”在我们的中国，让人馋涎欲滴的美食可谓是无处不在。但是！古人云：“食为天，礼为先。”在餐桌上不仅需要美食，还需要懂得礼仪。

今天妈妈做了一道道美味可口的佳肴，我看了都禁不住直流口水。我想：“偷吃一点应该没事的，反正还有这么多。”于是就有一双魔爪伸向了餐桌，“啪”地一声，只见妈妈打住了我接下来的“作案”。哎呀！被发现了！我吐了吐舌头，露出了一个尴尬的微笑。妈妈说道：“你这只小馋猫！可不准偷吃！要等爸爸回来才能动筷子。”我摊了摊手，无奈地坐在椅子上，焦急地等待着爸爸的“凯旋归来”。一个菜花，两个菜花，三个菜花……我数到第五十个菜花就没心思接着数下去了，哎！突然，我听到了一阵熟悉的脚步声，我竖起了耳朵，“啪嗒啪嗒啪嗒”，我回眸一看，果然，爸爸回来了。我便喊道：“妈妈！老姐！出来吃饭啦，爸爸回来了。”

一家人围坐在一块吃饭，我已经迫不及待了，所以“奋不顾身”地拿起了筷子夹菜。我感到有一股炽热的目光凝视着我，抬眼一看，姐姐正注视着我。不等我反应，便说道：“你在学校都学了什么？不知道应该长辈先动筷吗？”我委屈地说道：“都是一家人，就不用在意这些条条框框了吧？”话音刚落，姐姐义正言辞地说起来：“虽说是一家人在一起吃饭，不用太拘束。但不能连礼貌都舍掉！你让爸爸妈妈应该先动筷，是对他们的尊重，这也是礼貌。等以后你和别人在一起吃饭的时候，这样没规没矩的，人家会笑话你没教养，懂了吗？”说完，又转身对爸妈说：“你们也不能这么宠她，错的地方要纠正，要和她讲道理，不能让她一直错。”我连忙说道：“姐，你说的对！毕竟中国是一个礼仪之邦，礼貌也是对别人的尊重呀！”姐姐展开了一个温柔的笑容，抚摸了我的的头，说道：“你明白就好。”

我对姐姐的话记忆犹新，我也想呼吁大家了解并实餐桌的文化。1、应该让长辈先动筷，表示后辈对长辈的尊重；2、注意饮食卫生；3、盘中之餐，粒米皆辛，不要浪费碗里的每一粒米。

小小餐桌，承载的是大大的文明，让文明用餐成为普遍的现象，而与以往的陋习告别。做一个懂礼貌讲文明的好好少年！

**文明餐桌日记350字范文 第八篇**

昨晚和妈妈一起到饭店吃饭。吃饭的人挺多的，服务员有的忙着上菜，有的忙着收拾吃好的餐桌，看着有的桌上一盘盘还剩很多的菜倒入垃圾筒，我惊呆了。

曾有人统计过，20xx年——20xx年，中国人浪费的食物价值约200亿元人民币，相当于2亿人一年的口粮。而在人们浪费粮食的同时，全国还有2亿多人陷于饥饿之中。有人听了，或许会不屑一顾，甚至会说这算什么，现在是丰衣足食的年代了，饿死人的事是不会发生的。但是，现在的农民为了致富，大量种植的是经济作物，而不是粮食作物，未来可能大米会成为奢侈品吧！每人节约一粒粮食，饥饿的比例就会大大下降。反之，如果继续浪费，将来没饭吃的可能就是你我。曾有新闻报道，人们浪费了的食物，很多都拿去喂猪了，其中很多是肉食，猪都过上“富裕”的生活了。浪费不仅是一种不文明的现象，更是一种灾难。在家吃饭，吃光碗中的每一粒粮食，在外吃饭，量力而行，能吃多少点多少。做文明的“光盘”者。

晚饭要结束了，看着桌上还有剩菜，我对妈妈说：“我们打包吧！”

**文明餐桌日记350字范文 第九篇**

同学们，你们看到这个题目一定会联想到：吃饭前洗手、让长辈先吃等等这些好习惯吧!

现在，很多同学都是家里的“小公主”、“小王爷”，过着“衣来伸手，饭来张口”的生活。很多同学的爸爸妈妈都会把饭菜、碗筷准备得好好的，摆在桌子上，然后再喊孩子们过去吃。同学们，现在我们已经长大了，我们不应该再让父母帮我们盛饭吃了，反而应该帮爸爸妈妈先打好饭，然后自己再去吃。每天都这样做，久而久之，就会养成一个良好的习惯了!再比如还有一些同学吃饭的时候，桌上会落满一粒粒的米饭，这也是不文明的餐桌习惯哦!我们应该养成小口进食，一粒米饭都不掉的良好习惯。

浪费粮食的行为是可耻的!农民伯伯春天播种，秋天收获，这些食物都是他们用辛勤的汗水换来的啊，如果春天不播种，秋天能收获吗?如果不辛勤劳动，那我们的食物从哪儿来呢?大家一定都学过《锄禾》这首古诗吧?“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘总餐?粒粒皆辛苦”，这首诗告诉我们一定要做一名爱惜粮食的好公民。

除了要爱惜粮食之外，餐桌文明还应讲究卫生。请同学们也想一想饭前不洗手有多可怕，任何东西都会有细菌，如果不洗手，细菌就会一直停在手上，如果吃进肚子里就会引起发烧、肚子痛等，严重点还会食物中毒。所以大家要吃东西之前一定要洗手哦!

同学们，现在就行动起来吧，让我们用自己的努力争做一名“文明餐桌”小使者吧!

**文明餐桌日记350字范文 第十篇**

文明，是一位尽责的老师，教育着无数人民；文明，是一双手，帮助你推开心里烦锁的窗……民以食为天。中国是文明古国，有着悠久的饮食文化。吃饭是社会生活的重要部分，餐桌文明是社会文明的重要体现，临沂有着深厚的文化底蕴，历来以礼示人，以文化人，更应从点滴中彰显她的文明形象。我们每位市民都应自觉做到传承“礼仪之邦”的美德，共同参加到文明餐桌行动中来。

改革开放30多年来，群众的腰包鼓起来了，但大多数人逐渐抛弃了节俭的传统美德。餐桌浪费是当下较为普遍的现象，大家只“爱面子”不“重实情”，点起菜来是只“讲排场”不“求健康”。有的人认为在吃饭上节约是丢面子，剩菜打包就是让人看笑话；有的人点起菜来是“贪得无厌”，所以总导致吃一半倒一半；有的人重排场，觉得高档餐馆、饭菜、烟酒等都是身份的象征，请客要是不大手笔就会让人觉得小气，所以总是可以看到一桌子山珍海味也仅是凑合几个人的口。

众所周知，粒米虽小君莫扔，勤俭节约留美名。我们要倡导合理消费，绿色消费，理性消费，按需点菜，厉行节约，反对浪费，做到不剩饭不剩菜，吃不完打包。倡导文明用餐，自觉遵守公共道德规范，不肆意喧哗，不在禁烟场所吸烟，时刻注意他人的用餐感受；讲究用餐卫生，不带宠物进餐厅，不随意造成用餐环境污染；低碳环保，使用“公筷公勺”，杜绝使用一次性筷子；开车不喝酒，酒后不驾车。讲究科学饮食。树立科学的饮食养生新理念，改变吃饱、吃好等不良的饮食习惯，达成人和食物的和谐，从寻常食物中吃出健康和营养。

当然，文明餐桌并不是嘴上的功夫。我们要以实际行动来创造文明餐桌。让我们从现在开始，在食堂里，能吃多少打多少，尽量不浪费。在外边吃，吃不完的要打包；在吃饭时要保持优雅，尽力做到静。文明餐桌倡导的是一种科学、理性、健康的`生活方式，积极行动起来，身体力行，从我做起，从现在做起，与文明握手、与陋习告别，将环保、低碳进行到底，让节俭用餐、安全用餐、卫生用餐在全社会风行。

**文明餐桌日记350字范文 第十一篇**

中央电视台有句广告词让我印象深刻：“有时，文明就是一张纸的厚度;有时，文明就是一秒钟的等候;有时，文明就是一步之遥的关爱……”文明，其实就是为他人着想的善良。

一个悠闲的周末，我们一家人到外面吃饭，一共点了五道菜，“咕……”我的肚子早已经响起了“空城计”。坐在餐桌上，我有气无力地趴在座位上，两眼饿得直冒金星。终于，陆陆续续上来了四道菜。我如传说中的饿狼似的大口大口地往嘴里塞东西，那样子真是狼狈。

这时，妈妈跟朋友讲得正开心呢，我差不多也吃饱了。妈妈觉得差不多了，正准备回家，我眼珠子一转：“不对呀，妈，还有一道菜没上呢!”我急急忙忙地拦住了妈妈。“那就再等一会儿吧!”妈妈毫不在乎地说。

时间一分一秒地逝去，我等得花儿都谢了。太气人了!这不是在浪费生命吗?我气冲冲地对妈妈说：“我去叫他们快点!”正当我大步流星的走向服务员时，准备破口大骂，一只手拉住了我——谁?是妈妈。我使劲地跺了跺脚表示抗议。“你看，这家店有二十几桌，服务员才那么几个，忙得过来吗?”妈妈语重心长地对我说。这番话狠狠敲醒了我，使我恍然大悟。“是啊，为什么我们就不能站在别人的角度考虑一下呢?”想到这儿，我脸上顿时就火辣辣的。回到座位不一会儿，最后一道菜就上来了，服务员一个劲儿地陪笑、道歉：“对不起，今天是周末，客人太多了，让你们久等了!”听到服务员的话语，我顿时无地自容，心想：“还好没有催单。”

吃完最后一道菜，妈妈对我说：“文明体现了一个人的素质，就像你在用餐时不能挑食，不能吧叽嘴一样，服务员还没有上菜，我们就多等一会儿，替他人想想，这些都是文明用餐的礼仪。”我心悦诚服地使劲点头。

一个会心的笑容，一个让座的举动，一句真诚的道歉，一次耐心的等候，都能让他人感到无限的关怀和温暖。文明用餐，让我们行动起来吧!

**文明餐桌日记350字范文 第十二篇**

“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”这首诗我们每一位同学都应当明白，这首诗是让我们要“节俭粮食”，不可浪费粮食，但有多少人节俭粮食了呢？

我们明白，这些粮食是每一位农民伯伯辛苦种出来的，是每一位农民伯伯头上顶着太阳种出来的，我们何必要浪费粮食呢？

有一些人认为“打包”费事丢人，还有一些人能够将剩米剩菜都丢掉。这些饭菜，如果我们吃不了，完全能够打包回家的，但有些人认为浪费这一点又算得了什么呢？米，是农民伯伯们用汗水辛辛苦苦浇灌出来的啊！如此浪费粮食，就不怕农民伯伯悲痛吗？俗话说：“节俭粮食光荣，浪费粮食可耻。当我们随手仍掉粮食时，还有多少人在为一顿饭而发愁啊！

让我们记住“节俭粮食”这四个字，从自我做起，为了别人，也为了自我，让节俭粮食在我们心中永存！

**文明餐桌日记350字范文 第十三篇**

暑假快结束了，我和妈妈、小姨去生活区万家兴超市里买新学期的学习用品。逛了一个上午，终于买到心仪的学习用品。这时，快到午餐的时间了，我的肚子饿得咕咕叫，我忍不住对妈妈说：“妈，我肚子好饿啊。”小姨听了，说，“走吧，我们去华莱士吃汉堡吧。”我听了高兴地连说：“耶！”妈妈在一旁见了我的熊样，打趣地说，“你这小家伙，有的吃你最高兴。”我们就说着笑着，来到华莱士，我使劲一推，哇，好多人在这边用餐哪，但是，客人们都井然有序地拿着账单坐在椅子上耐心地等待，并没有出现不文明的现象。我的肚子虽然饿得咕咕叫，可我看到大家耐心地等待，我也静下心来，排着队准备挑选我喜欢的汉堡，妈妈和小姨，就坐在一边休息。好不容易轮到我了，我和服务员说了我们需要的食物，买完单就回到座位上等待，这时，我注意到有好多小朋友在这里用餐，他们正襟危坐，有的还戴着一次性的手套抓着鸡腿或鸡块，吃得津津有味，没有喧闹的样子，我不禁感叹他们吃得真文明。我看着看着，不禁想起以前一件令我脸红的事情。

那是一个周末，也是和家人逛街后，来到华莱士吃汉堡，当时我也许太兴奋了，和妹妹在座位上边吃边闹，闹得忘形了，结果我不小心把桌上一杯滚烫的牛奶撞翻了，洒到了妹妹的身上，疼得她哇哇直叫，这时，用餐的人们都朝我这边看过来，还投来责备的目光，“这么大了，还不懂事，还让不让我们吃呢，真是不讲文明的孩子。”我听得羞愧极了，恨不得挖个地缝钻进去。心想：以后在餐桌上再也不闹了，当个讲文明的好孩子。

正当我陷入沉思时，小姨的一声：“小煜，你想什么呢？那服务员阿姨在叫我们呢，你去拿吧。”我才回过神来，来到柜台接过服务员阿姨手中的汉堡，回到座位上，把汉堡先递给小姨和妈妈，然后我才拿起汉堡斯斯文文地吃起来，妈妈和小姨见了，直夸我比以前懂事多了，懂得在餐桌上讲文明，真是个好孩子，夸得我都不好意思了。

是呀，我是一名六年级的小学生了，更要懂得勤俭节约，讲究餐桌文明，让这文明之花处处盛开，做个讲文明懂礼貌的好孩子。

**文明餐桌日记350字范文 第十四篇**

古话说，“民以食为天”，我们中华民族素来十分重视饮食，而我们中国也被世界视为是礼仪之邦，丰富的饮食文化与浓厚的礼仪氛围，形成了餐桌上的文明。

我家就是这样一个重视礼仪文化的家庭。开饭了，总是要等到长辈坐下，才可以动筷子;吃饭时不可以对着别人大声说话;同样我的一些坏毛病也无处可藏。瞧，开饭了，让我带领大家去我家领略一下餐桌上的礼仪风光吧!“宝贝，脚怎么放别人椅子上了，给我放下来!”开饭没一会儿，老妈的河东嘶吼便在客厅上空盘旋开来了。原来是我一不留神\_病又犯了，脚又不自觉地架在了旁边的椅子上。我嘟了嘟嘴不情愿地把脚放下来，埋头继续大吃特吃。一抬头，一盘鸭肉，哦!我的最爱!我左翻翻右翻翻，“哎，这块肉不错，这块肉......”“薛瑞，你给我停下你的筷子，你这样翻了，别人还吃不吃了啊?”爸爸的话声打断了我的行动。“你这样翻了就不卫生了，别人可就没法吃了!”爸爸厉声教导着。我想想，有道理，便点了点头......

这就是我家，一个格外重视礼仪的家庭，但又不失活力。我爱我家，我爱我的爸爸妈妈，是他们教会了我如何正确地做人处事，使我在如此美好的环境里健康成长。

**文明餐桌日记350字范文 第十五篇**

民以食为天。中国是文明古国，有着悠久的饮食文化，吃饭是社会生活的重要部分，餐桌文明是社会文明的重要体现。舌尖上的浪费是当下较为普遍的现象，大家在外吃饭点菜时只“爱面子”不“重实情，只“讲排场”不“求健康”。

记得有一次，我期末考试考得很理想，爸爸妈妈为了为了奖励我，带我去饭店吃饭庆贺一下。到了饭店，我们找了个位置坐了下来。这是一家主题餐厅，装修风格独特，不知饭菜口味如何呢？这时服务员阿姨拿来菜单，让我们点菜。爸爸说了今天我是主角，就由我来点菜。“哇，菜单上有好多新鲜的菜式，我今天可要好好犒劳犒劳自己。”我暗暗念叨着。“面包的诱惑、情人眼里出鱿鱼丝、最熟悉的墨鱼仔、咕噜肉望都市。”这些我都要。不一会儿，菜齐了，可把我乐坏了，长长的西餐桌上堆得满满的。我拿起筷子，狼吞虎咽，我们吃得可香了。肚子可算得到满足了，我打了个饱嗝，摸摸我那鼓起的小肚子。刚准备起身回家，爸爸开口了，“女儿，你看。咱们今天浪费了多少粮食。这么多剩菜，够平常吃两天的了。”我打了个寒颤，忽然意识到爸爸的用意。爸爸的话烙在我的心上。

我只想着今天是我的庆功宴，可以尽情大吃大喝，光盘行动早被抛之脑后了。爸爸的话如晴天霹雳，让我的好心情瞬间消失。学校那个光盘行动的优秀少年队员哪去了？“爸爸，我们把剩下的菜打包吧。”我说。爸爸妈妈答应了，也没有再批评我，因为他们已经知道我已经意识到了错误。

“一粥一饭，当思来之不易。半丝半缕，恒念物力维艰”。节约是一种美德，是一种涵养。文明其实很简单，就一件小事，城市会因我们的点滴而变得美丽。从一个小小的行为中，从一次简单的就餐中，点滴之行便能共筑社会文明之路。每个人的生活都离不开一日三餐。因此，文明就餐非常重要。节约每一粒粮食，反对舌尖上的浪费，从我做起！

文明就像一滴水，它不够汇聚一片海洋，但可以滋润一朵花；文明就像一盏灯，它不够照亮全世界，但可以成为燎原之火。让我们从小事做起，行动起来！

**文明餐桌日记350字范文 第十六篇**

吃饭是每个人每天都要做的事情，可是有很多同学及大人却不明白“文明进餐”的具体含义。经常看到饭店里有很多人边吃、边说、边扔、边吐，很是不文明。

作为一名小学生，要从进餐开始注重生活中的点滴行为，争取做一个讲文明、讲礼貌的社会小公民。我们应该如何做呢?首先，应该懂得节约。大家都知道“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”的道理。我们平时吃饭应做到吃多少盛多少，不挑食，不剩饭，节约每一粒粮食。其次，在饭桌上知道尊老爱幼。遇到好吃的应该像“孔融让梨”一样，先把好吃的给长辈，不能只顾自己。有的同学表现很不好，遇到好吃的，就把好吃的拉到自己身边，独自享用，显得霸道无理。吃饭时注意礼仪，不能大声讲话，边说边吃，不能随地将不吃的食物扔在地上。吃东西时要小口吞咽和咀嚼，别人给你夹菜要说“谢谢”。先吃完饭要说“大家慢慢吃。”在学校进餐要排队进餐，碗筷轻拿轻放。在餐桌上不能大声讲话，嘴巴上有饭粒要及时用手纸擦一擦，不能当众咳嗽、打喷嚏等。

以前的我有时会挑食，遇到自己爱吃的就多吃，不爱吃的就吃得很少。殊不知，每种蔬菜、水果中都含有丰富的维生素及营养物质，若经常挑食，会对身体健康造成影响。我决定从自身做起，做到不挑食，节约每一粒粮食。

同学们，大家一起来响应文明餐桌的活动吧!这样既增强了体质，也传承了中国“礼仪之邦”的美德。

**文明餐桌日记350字范文 第十七篇**

同学们，你们看到这个题目一定会联想到：吃饭前洗手、让长辈先吃等等这些好习惯吧！

如今，很多同学都是家里的“小公主”、“小王爷”，过着“衣来伸手，饭来张口”的生活。很多同学的爸爸妈妈都会把饭菜、碗筷准备得好好的，摆在桌子上，然后再喊孩子们过去吃。同学们，现在我们已经长大了，我们不应该再让父母帮我们盛饭吃了，反而应该帮爸爸妈妈先打好饭，然后自己再去吃。每天都这样做，久而久之，就会养成一个良好的习惯了！再比如还有一些同学吃饭的时候，桌上会落满一粒粒的米饭，这也是不文明的餐桌习惯哦！我们应该养成小口进食，一粒米饭都不掉的良好习惯。

浪费粮食的行为是可耻的！农民伯伯春天播种，秋天收获，这些食物都是他们用辛勤的汗水换来的啊，如果春天不播种，秋天能收获吗？如果不辛勤劳动，那我们的食物从哪儿来呢？大家一定都学过《锄禾》这首古诗吧？“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘总餐？粒粒皆辛苦”，这首诗告诉我们一定要做一名爱惜粮食的好公民。

除了要爱惜粮食之外，餐桌文明还应讲究卫生。请同学们也想一想饭前不洗手有多可怕，任何东西都会有细菌，如果不洗手，细菌就会一直停在手上，如果吃进肚子里就会引起发烧、肚子痛等，严重点还会食物中毒。所以大家要吃东西之前一定要洗手哦！

同学们，现在就行动起来吧，让我们用自己的努力争做一名“文明餐桌”小使者吧！

**文明餐桌日记350字范文 第十八篇**

每次到单位的职工餐厅就餐，当端着美味可口，垂涎欲滴的美食时，一种依靠企业的幸福感油然而生。然而，在好不容易找到座位后，却发现餐桌上汤汁、菜渣、米粒等等，有一种难以名状的闹心，这一喜一悲，一晴一阴真让人像打翻五味瓶一样，酸甜苦辣咸一应俱来。于是乎，掏出餐巾纸先将餐桌上的垃圾收拾干净，然后才坐下来慢慢品尝大师傅们的辛勤杰作。

这让我想起了一篇关于描写桌布的故事，据说德国人有一种本事，吃过饭的桌布整洁如初，没有水印，没有残渣，也没有油渍。而且德国人很喜欢用白餐布，祖传的、手绣的、麻的、棉的，不一而足。当然，大多数人会说，西餐和中餐不一样，都是些土豆、牛排什么的。说这话的大抵对西餐还不甚了解。真真的西餐，也是汤汤水水，稀稠不等，尤其是按祖传食谱烹调出的佳肴更是讲究。其实，关键是餐具的使用和多道程序，避免了汤汁的滴溅，更重要的是他们长期以来养成的就餐习惯，更加保证了餐布的干净。

看了这个故事后，让人感到德国人的规矩和精细，其实他们能做到的中国人也能做到，他们能做好的中国人也一定能够做好。然而，为什么我们的确没有做到，也没有做好呢？问题的根源不在硬件，也不在客观，而是人的主观世界没有把看似的简单的事情认真坚持去做。记得海尔集团董事长张明敏说过：“不简单的事情做好就是不简单”，也是这个道理。国人喜欢凑热闹，十几个人围着一个大餐桌就餐，有些不注意小节的人，嘴里还在咀嚼着食物，便开始觥筹交错，谈笑风生，大有一种谈笑间，酒瓶一扫而空的豪爽和大气。试想，如果是这种就餐方式，让餐布保持干净整洁就勉为其难了。

荀子劝学篇中讲到：“不积跬步，无以至千里；不积小流，无以成江海。”的千古遗训历久弥新。如果说细节决定成败，那么餐桌上的就餐习惯也能影响一个人，一个家庭甚至一个民族的精神。也许有人会说这是小题大做，虚张声势，餐桌上撒点汤汁，留点菜渣也未尝不可，上升到民族的高度大可不必。当然，以小见大，以点见面的道理人人皆知，关键在于有没有落实，有没有执行到位。其实，不注意小节会沉积为大节，不关心细节会积累为大难。就如北宋欧阳修伶官传序中写道：“夫祸患常积于忽微?而智勇多困于所溺”的道理一样。

**文明餐桌日记350字范文 第十九篇**

为了传承中华民族的优良传统，最近，我们班开展了“节约粮食、文明就餐，从我做起”的班队主题活动。活动方式丰富多彩，从资料的搜集到展示，从小组的讨论到汇报，我们知道了大米从种植到销售的整个过程：从播种时的选种、插秧、到锄草防虫，喷洒农药，再到收割后的脱粒、翻晒、扬尘……“一粥一饭当思来之不易，半丝半缕，恒念物力维艰”，看着农民伯伯们在田间挥洒的汗水，我蓦然想起午餐时倒掉的都是滴滴血汗。

屏幕上一张张图片也告诉我们，非洲人民的生活与我们形成了鲜明的对比。那里的人饿得只剩皮包骨头，还有人被活生生饿死了，大家的心灵都受到了极大的震撼。若是我们全国14亿人个个每天省下1粒米，坚持一年，以平均每人每天吃300克米计算，便可以吃上108333年，人平均活75岁，就相当于1444辈人都不会饿肚子了……

除了吃饭时的铺张浪费，原来在我们的生活中还存在着许多不文明的就餐习惯：吃饭时大声喧哗、将饭菜扔在地上、吃完后将餐盘随手乱放……这些不文明行为也常常出现在同学们身上，老师在活动中也对我们进行了教育与提醒。活动的最后，我们中队发起了呼吁：节约粮食、文明就餐，赶快行动起来吧！

**文明餐桌日记350字范文 第二十篇**

俗话说：勤能补拙，省能补贫；精打细算，油盐不断。在日常生活中，随处可以见到浪费粮食的现象。然而，当我们随手扔掉一块馒头的时候，我们是否想到世界上还有许多人正在为一餐饭而辛苦奔波？还有许多人正因饥饿而在死亡的边缘上挣扎？以前我总是没有意识到自己在浪费，认为浪费这一点点算不了什么。所以吃东西常常挑三拣四，吃不完就随手扔掉。可是自从我在电视里看到了很多非洲难民因饥饿瘦骨嶙峋、饥不择食，最终饿死在街头那惨不忍睹的情景时，我才突然觉得我们的生活是多么地幸福：有爸爸妈妈的疼爱，有大房子住，上学放学都有汽车接送……正因为生活条件太好了，所以我才养成了不节约粮食的坏毛病。每次吃饭都会掉很多的饭粒，吃不完也觉得无所谓，爸爸妈妈批评我，我还找很多的理由来狡辩。想到这里，我感到非常惭愧，我真是太不应该了！从现在开始，我一定要改掉这个缺点，节约每一粒粮食，再也不浪费了！

日省一把米，月节一斤粮。凡事贵在坚持，节约从点滴做起。

小伙伴们，让我们积极行动起来，尽自己的一分力量，从小养成节约的好习惯。吃饭时吃多少盛多少，不乱扔剩饭菜；在餐馆用餐时点菜要适量，不浪费、不摆阔，若有剩余的要打包带回家。

联合国把每年的10月16日定为世界粮食日，就是要我们把节约变为自觉、成为习惯。

节约是美德，节约是责任。同学们让我们一起携起手来，节约身边的每一滴油、每一粒粮，这样我们的生活才会变得更加富有，我们的祖国才会变得更加繁荣昌盛！

**文明餐桌日记350字范文 第二十一篇**

这个寒假是儿子初中以来的第一个寒假，寒假作业有一项是办手抄报《文明餐桌 从我做起》。原以为初中不会再有写绘作业，不过在小学打下的坚实的写绘基础为儿子助力不少，上学期的手抄报《反对\_》获得了学校一等奖，这次的手抄报更是不再话下。

纵观儿子的手抄报，一如既往，版面设计合理，色彩亮丽。我喜欢儿子用的色彩，就像他的心态那般阳光灿烂。最可喜的是他选择内容非常地丰富，一看就是精心挑选的。第一板块，怎样文明用餐？第二板块，浪费食物的破坏性。第三板块，文明餐桌，从节俭开始。另外他还选择了一些标语，如珍惜粮食就是热爱生命；粒米虽小君莫仍，勤俭节约留美名；倒下的是剩饭，流走的是血汗等。这次的手抄报，字数是最多的一次，儿子说他用了七个多小时才全部完成，这是对他耐心完成一件作品的挑战。

其实，这份手抄报老师要求几个孩子共同完成，因为放假联系同学不方便，儿子决定独立完成。他心里也不是很情愿，可是他是个认真完成作业的好孩子。当他满面春风地给我展示他的作品时，我给予了大力赞赏，我说：“儿子，你还记得咱们读的《你在为谁读书》吗？其中的一句话我印象深刻：平庸者做喜欢做的事情，卓越者做应该做的事情。你现在就是在做应该做的事，而且那么认真地做，高质量的完成，你真是太棒了！”儿子也很是感慨：“妈妈，你知道我费了多大的功夫吗？刚开始我是真不想做啊！哈哈！现在看看我的作品，一点都不觉得累了，一会儿老爸回来让他也欣赏一下。”看来，儿子也很满意。

在陪伴孩子成长的过程中，有很多时候都会碰到孩子不愿意做的事情。当孩子克服阻碍完成时，及时地鼓励和赞赏是非常重要的，这就是正面强化，正面强化的多了，孩子就会越来越自信，越来越愿意挑战和超越自我。马上就要开学了，儿子正在写一篇回顾与展望的作文，他会有怎样的收获和对新学期的展望呢？充满期待。

**文明餐桌日记350字范文 第二十二篇**

这句话没人能质疑：穿着舒适衣衫，乘坐方便的交通工具穿梭于摩天大厦之中，发明了电灯、电脑、飞机、轮船等一切的我们，有着复杂庞大社会结构的我们，看着那些浑身毛发的动物和依赖阳光土壤的脆弱植物当然可以毫不犹豫地挺起胸膛说：“我们是文明人！”我们已经离开了野蛮和无知，我们有发达的科技，我们甚至可以摆布其他的生物，掌控它们的生死。当然，我们不再是自然界中充满野性的动物，我们是文明人！然而，我们是真正的文明人吗？

每当我们饥肠辘辘地走进饭堂，希望是闻到可口饭菜的香味，是映入眼帘井然有序的队伍和干净的桌椅台凳，是入心的是一份温馨和舒适。而现在的同学们真的已经做到了不会大声喧哗，随意走动；在饭堂里，谁也不会随意说话这文明的景象！

而这是怎么做到的呢？原来是我们班开启了“文明饭堂”。而在此之前又是另一番的景象：饭堂里吵吵闹闹，使人安不下心来吃饭；取饭时你拥我挤，队伍歪歪扭扭，像一条蛇，同学们你说你的，我说我的，原本寂静的教室变得“热闹”起来；吃完饭后，不收拾桌面食物残渣的同学比比皆是，这可苦了我们自己桌椅的主人苦苦擦拭桌面。自从苏老师为我们的教室开启“文明饭堂”，这些不良现象一去不返，取而代之的是舒适、安静的环境。

古人说得好：“食不言，寝不语”，吃饭不说话，既卫生，又不影响身体对食物营养的吸收，还能营造一个舒适的气氛，何乐而不为？“厨中有剩饭，路上有饥人”，不要浪费粮食，为什么不想想有多少贫困山区的孩子在为一日三餐而苦苦挣扎着？

饭堂，是我们体现文明的一地方之一，它既体现了一个人的优雅品质，还体现了一个人的修养：去到中国的饭店里，人粗粗鲁鲁，说话大大咧咧，哪还有心情吃饭？相比之下，去到高级的西餐厅，里面的人斯斯文文，举止优雅，跟人聊天也都是轻声说，绝对不会像中国餐厅一样嘈杂。

所有细微之处，都能看出一个人的内含，排队是小事，但是以小见大……文明就餐，从我做起，从小事做起，注意就餐的点点滴滴。一个会心的笑容，一个让座的举动，一句真诚的道歉，都能让我们感受到你小小动作给他人带来无限的关怀和温暖，感到生活中处处充满着文明。希望我们全校师生携手，让我们整个学校的所有饭堂，都变成一个文明、舒适的饭堂！

**文明餐桌日记350字范文 第二十三篇**

盘中之餐，粒粒辛苦。节俭，是中华民族的传统美德。但是我们也看到，在物质丰富的今天，浪费粮食的奢靡之风在一些人身上潜滋暗长。

近日，学校就开展了“文明餐桌”的活动，班主任和班委们在黑板报上粘贴了农民伯伯种粮食的过程，有播种、浇水、施肥、捉虫、收成。同学们不约而同地围过来，大家纷纷指着图片，有人喊：“快看，那农民好黑啊!”“是啊，他看起来好辛苦!”渐渐地，大家不喊了，沉默了……我看到农民伯伯头顶着烈日，面朝着黄土，背都弯了，皮肤晒得黑黑的，尤其是最后那幅农民伯伯微笑着，端着一碗饭的场景，那喜悦又艰辛的形象深深震撼着我。

班主任又播放了人们浪费粮食的几个视频，有在自助餐厅胡吃海喝、吃一口就叫服务员拿走的;有在餐厅吃饭点菜过量的;有在家吃饭，趁父母不注意偷偷倒掉的。我看了这几个视频，我的脸越来越热，不禁暗暗地低下了头，“天哪!这不是平常的我吗?”我偷偷看了同桌，发现他的脸也红了……

老师严肃地对我们说：“小小餐桌，承载文明。当你把没吃完的米饭无情倒入垃圾桶时，当你剩下满桌的菜肴却起身离去时，你是否想起《悯农》中的诗句——谁知盘中餐，粒粒皆辛苦?”听了老师的一番话，同学们纷纷举手说出了自己的感受……

通过今天的活动，我感受到了文明餐桌的重要性，以后我要做个不浪费粮食的好公民。

**文明餐桌日记350字范文 第二十四篇**

我们知道，每个人的生活都离不开一日三餐。提倡文明就餐，是当代学生文明修身的一项重要内容。我们要保持食堂良好的就餐秩序，节约用水，节约粮食，文明就餐，从小事做起，做自身做起，力争以自己为榜样，并以自己的良好形象感召身边的人都注意文明就餐，使文明就餐成为我们的自觉行动。

纵观我们学校的饮食情况，有的同学在排队买饭时随意插队，勾肩搭背，在吃饭时随意讲话，随意走动，造成了餐厅秩序的混乱，有的同学非常挑食，常常许多菜连碰都不碰就直接倒掉。面对种种不文明现象，我想给同学们几点建议：

在学校中，我们应该做到：

早晨准时起床，在规定时间内用早餐，尽量错开高峰，不要耽误早自习；进入餐厅，保持秩序，保持安静；买饭时，尊重食堂工作人员，以礼相待，同学间相互礼让，有序排队，不勾肩搭背，懒懒散散；用餐时，不大声喧哗，安静用餐，不随意走动，不打打闹闹、拖拖拉拉，时刻记得做个文明好学生；吃多少买多少，不偏食，不暴饮暴食，不浪费粮食，做到荤素搭配，合理饮食；将餐盘内的食物吃干净，不留剩菜剩饭；将就餐餐桌清理干净，不将吃剩的残留物弃于餐桌；回收餐盘时小心翼翼，不把饭菜倒在桶外，造成其他同学的不便及环境破坏；注重食品卫生安全，杜绝外卖。

在外面用餐，我们应该做到：

吃多少点多少，根据自己的饮食情况合理用餐，节俭惜福，避免浪费；注重自己的行为，不大声喧哗、打打闹闹，始终记得自己代表的还有学校的形象；在意他人的用餐感受，自觉遵守公共道德规范；不使用一次性筷子、一次性餐布；不带宠物进餐厅，以免造成用餐环境的污染和破坏；身为未成年人，不在用餐时饮酒。

同学们，一粥一饭，当思来之不易；我们应从食物中吃出营养，吃出健康，吃出安全，吃出文明。

细微之处可以看出一个人的内涵，学校食堂的良好秩序需要大家与后勤的共同努力。一个舒心的笑容，一个让座的动作，一句真诚的道歉，都能让我们感受您的举手之劳给他人带来的无限帮助，感受到生活中充满着阳光。

小餐桌大文明，希望广大师生纷纷行动起来，从我做起，从小事做起，与文明握手，向陋习告别，共同营造讲文明树新风的良好氛围，为共建和谐校园、文明城市而努力！

**文明餐桌日记350字范文 第二十五篇**

古人云：“一粥一饭当思来之不易，半丝半缕恒念物力维艰。”随着经济的发展、生活水平的提高，我国的粮食资源十分丰富。但现在的我们真正做到节粮惜食了吗？

国庆假期的一个中午，爸爸把热腾腾的包子端上了桌，它们一个个白胖胖的，散发着诱人香气，好像在向我招手。我迫不及待的拿起一个就吃，可是一看是南瓜馅的，顿时就没有了兴趣，把没吃完的包子扔在了一边。这时，爸爸和我进行了一次语重心长的谈话。“你为什么扔掉它呢？”“因为南瓜馅的包子我不爱吃，我不想吃。”爸爸说：“你忘了你学过的《悯农》了吗？一餐一食来之不易，你不爱吃就可以扔掉吗？”接着爸爸给我讲他们小时候，过年吃的是垣曲有名的“三馅馒头”，甚至还有个民谣“垣曲过年的馒头真奇怪，白面包黄面，黄面包豆馅”，意思是外面是白面皮，里面是玉米面，玉米面包的是豆馅，这些馒头在大年初一才可以吃，一人发一个，大家吃起来却是津津有味。听着爸爸的话我愧疚不已，我怎能忘了爷爷一个手拿着馒头，一个手还要放在馒头的下面，生怕一点馒头屑掉在地上的样子呢？怎能忘了奶奶吃鸡蛋时像宝贝一样捧着，吃上一口，仿佛都拥有了全世界的满足神情呢？

爸爸还讲到他上中学的时候，在学校吃的馒头都是用“黑面”做的，尽管都有些发酸，但因为饿还是不得不吞下肚，中午的菜是一些水煮萝卜或者一些水煮南瓜，大老远都能闻到，同学们打趣说今天是“萝卜开会”或者“南瓜集会”！这样的饭虽然不好吃，但是大家吃饭时都是狼吞虎咽，舍不得浪费一点汤汁。即便是这样的饭食，他们也吃不饱，特别是晚上睡觉时，肚子咕咕得叫，不断发出警告，既没有小卖部也没有充饥的食物，只能强忍着饥饿睡觉。每到放假，他奔跑回家的第一件事就是钻到厨房找吃的。

听着爸爸的讲述，我低下了头，我真的明白了。现在的生活条件好了，我在家想吃什么做什么，在学校里吃得饱，吃得好，一周饭菜不重样，定的是营养菜谱，即使如此，我剩下倒掉的有多少啊！我们难道不是更应该珍惜现在的生活，节约粮食，杜绝浪费吗？

节约是中华民族的美德，是我们民族世代相传的财富，更是我们这个民族百折不挠，生生不息的力量源泉。《悯农》不止是诗，知辛苦，更要行动！“聚沙可成塔，积水可成渊。”让我们从小事做起，从日常生活中做起。养节粮风气，做惜食少年！

**文明餐桌日记350字范文 第二十六篇**

现在，我们的生活水平有了很大的提高，同学们的节约意识相对来说要差一些。尽管“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”等大标语、警示牌挂在了醒目的位置，但粮食被浪费的现象还是屡见不鲜。例如，在吃饭时，许多人把吃剩的饭菜倒掉，虽然不是很多，但是积攒起来也是个不小的数目。1公斤大米大约有4万个米粒。我国约有13亿人口，若每人每天节约一粒米，可节约32500公斤大米，每年一共可节约1200万公斤大米，这可以养活35000人。如果每人按每月吃25斤计算，可供105万人吃一个月。假定一个人每月吃20斤，那么这么多粮食足够一个人吃上1亿年。在这里，我提一个节约粮食的方案。

1、吃饭的时候，吃多少盛多少，不浪费饭菜，剩饭剩菜不倒掉。

2、在餐厅吃饭时点菜要适量，不要乱点一气，吃不完的饭菜打包带回家。

3、吃饭尽量吃完，不浪费。

4、在学校吃早餐，剩下的面包、点心不要扔掉，可以拿回家吃。

同学们，让我们一起自觉地节约粮食吧，让节约粮食成为我们的习惯，并且能保持这样良好的习惯。

**文明餐桌日记350字范文 第二十七篇**

“民以食为天”，粮食是每个人都需要的。可是，餐桌上的文明又有多少人能懂呢？

“锄禾是当午，汗滴禾下土”。农民的幸苦是无法想象的。每天毒蛇般的烈日侵袭在田里时，他们就必须开始耕作。累了，腿软了，能休息吗？不，还得继续耕作。汗水浸透他们眼睛，顺着脸滴落在农田上，就是艰辛的象征啊！粮食就是农民用汗水灌溉起来的啊！可是有多少人不尊重他们的劳动成果呢？

朋友，你曾经可否在餐馆中把剩下不知有多少的菜放在那儿选择不打包；你可否在食堂中把还有一半的饭菜全倒入垃圾桶中；你可否买来许多饼干面包，却放着让它们过期。你可知这么做都是浪费粮食，是违背餐桌文明。让我们把镜头对准食堂。呀！一个男同学端着盘子要去倒剩下的饭菜了。可是，一个碗里装着满满的饭，看着就知道没吃几口。“你怎么不吃了，”旁边一个同学问他。“哎呀，这饭难吃死了，我去买个汉堡算了”。这个男同学既浪费了粮食还拿着父母幸苦赚来的钱随意挥霍。他对得起那些幸苦劳作的农民吗？浪费现象可不仅他一个，几乎每个人都有浪费现象。大桶也是一桶倒完再倒一桶。可是，中国有多少贫困山区的孩子没粮食吃啊！据联合国统计，平均五秒就有一个孩子因饥饿而死。如果减少浪费，不就可以让饥饿的孩子吃上饭了吗？在以前，我也喜欢浪费的。可是，当我看见农民们的艰辛，我悔恨了。从此，我们出去下馆子，都会把吃不完的打包带回家。这样就避免了浪费，做到了餐桌文明。

可是渐渐地，我发现，餐桌上的文明不仅仅是不浪费粮食那么简单了。

有时，我出去吃饭。满桌子全是美食。你瞧，牛肉看起来是多么的鲜嫩；还有那一只只虾，晶莹剔透的；再看看青菜绿得发亮……热气沸腾，煞是美味啊！可是，旁边大汉的大吼，小孩的吵闹，还有骰子的跳动，酒瓶的碰撞……噪声吵得我心神不宁。那些美食在这种环境下彻底丧失了口感，美味都被喧闹声赶跑了。

但是，在去夏令营时，饭菜虽然不是那么美味。可在教官强烈要求下，食堂中安静的氛围却令人心旷神怡。在这种环境下，饭菜变得是那么的香甜。由此可见，在餐桌上保持一定的安静，也可以营造一个文明餐桌。

当然，文明餐桌并不是嘴上的功夫。我们要以实际行动来创造文明餐桌。让我们从现在开始，在食堂里，能吃多少打多少，尽量不浪费。在外边吃，吃不完的要打包；在吃饭时要保持优雅，尽力做到静。

我们的世界在进步，可是文明似乎跟不上经济的脚步。想要让文明发扬，就必须让文明餐桌发扬。同学们，让我们做一个珍惜粮食，文明用餐的好少年吧！

**文明餐桌日记350字范文 第二十八篇**

你么好！午餐离不开食堂，食堂是我们学习生活的重要组成部分，营造清洁舒适的就餐环境，不仅关系着每位同学的生活质量，而且直接体现了我们学校的整体形象。文明就餐一直是我们每一位同学共同的追求。可是现在，你大概会为餐桌上的残渣而食欲全无，为杂乱无序的餐盘而苦不堪言。

你想拥有一个舒适典雅的就餐环境吗？你想为学校文明建设贡献自己的力量吗？那就用文明演绎自己的生活，用实际行动践行如下倡议：

1.请爱惜粮食，杜绝浪费。节约粮食是尊重他人劳动的表现，也是一个人高尚品格的具体体现。

2.请保持良好的就餐秩序，排队就餐，让整齐有序的队伍成为学校食堂一道靓丽的风景线。

3.请不要随地吐痰，不要乱扔餐巾纸和饭菜残羹，注意自己的仪容仪表，给自己留下美好的回忆，为他人营造一个干净整洁舒适的环境。

4.请自觉回收餐具。吃完饭后主动把餐具和剩菜剩饭带到指定位置，这既是减轻食堂工作人员的任务，也是方便后来就餐的同学。

食堂良好的就餐秩序需要广大师生与后勤部门人员的共同努力，请大家文明就餐，从我做起，从现在做起。“播种的是习惯，收获的是品格”，让我们以养成良好的社会公德，树立一中学生良好的形象为目标，共同营造一个文明、有序、温馨的就餐环境。

**文明餐桌日记350字范文 第二十九篇**

开学到现在已经有两个月了，每天中午食堂里，都会看见同学们浪费粮食的现象！看见白白的米饭和满满的菜被倒掉，真是让人心疼呀！

有的同学家庭条件好，很是挑食，吃了几口饭就倒掉了，说这饭菜是自己不喜欢吃的！有的同学着急去玩，盛饭和汤的时候，走路慌张就把饭汤洒在地上！有的同学一边吃一边打闹，互相丢饭菜……这些都是在浪费粮食！也许你并不觉得自己在浪费，也许你认为浪费这一点点算不了什么，可是，如果你浪费这一点，他浪费这一点，大家都浪费这一点，那就是一个惊人的损失了！同时，有的同学饭前不洗手，还把吃的东西拿出食堂，边走边吃，吃完就随便丢在路上，这和挑食、浪费粮食一样都是不文明的就餐习惯！这种不文明会非常影响我们的身体健康和文明学生的良好形象！同学们，你想做个文明的小学生吗？那就从文明就餐、节约粮食开始吧！

其实节约粮食，做起来很简单：吃饭时，吃多少盛多少，不要剩饭菜；不在吃饭的时候，丢饭菜玩！不挑食，无论爸爸妈妈给我们吃的，还是学校里的饭菜，都是有利于我们身体成长的，为了自己的健康，我们都要通通吃掉它！

同学们，让我们从今天开始，做一名珍惜粮食，文明用餐的好学生吧！

**文明餐桌日记350字范文 第三十篇**

锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”每当看到这首唐诗，我就认识到节约粮食的重要性。

20xx年中央提出“厉行勤俭节约，反对铺张浪费，”从餐饮住宿行业做起，从现在做起，以实际行动杜绝浪费。

据数据报道，中国人均出门用餐都要浪费百分之二十的食物，可供二亿人一年的用餐。大有圣者，出门用餐时，经常有许多小朋友扔饭、剩饭，甚至拿饭当玩具!而现在倡导文明用餐，可是还有许多人外甥打灯笼—照舅，经常浪费粮食：有些人饭前不洗手;有些人把吃的东西拿出餐厅，边走边吃;还有些人吃不完，就随手扔在路上。这一切的一切都是挑食、铺张浪费的不文明用餐习惯。这种不文明会非常影响我们的身体健康和文明学生的良好形象

同学们，拿出实际行动来，把爱惜粮食，节约粮食的行动扎扎实实地开展起来。就要不扔剩饭剩菜;看到浪费现象，勇敢制止;向家人宣传浪费粮食的可怕后果;积极监督身边的亲朋好友，及时制止浪费粮食的现象。相信只要我们每个人都能做到这些，我们就能节约出更多的粮食来帮助那些饥饿的人。。

同学们，你想做个文明的小学生吗?那就从文明就餐、节约粮食开始吧!

**文明餐桌日记350字范文 第三十一篇**

“铃铃铃”下课铃声响了，我们开开心心地排着队去领饭。我们走进饭堂，一个跟着一个排队，安安静静地拿饭。我们拿完饭，一起向自己的座位走去。等人都到齐了，大家就坐下来进行感恩。我们双手合起来，闭上眼睛，用心感谢为我们做饭的叔叔和阿姨，感谢他们辛苦地为我们做饭。我们还感谢农民伯伯们，感谢他们辛苦地种田，让我们可以吃到好吃的米饭。

我拿起刚领来的这碗白白的米饭，看着桌面上青青的菜，闻着香香的肉味，心中感到无比的幸福。我想：我一定要把这些饭菜都吃完，我不能浪费一粒米、一根菜、一片肉，因为这些东西都是工人叔叔、农民伯伯的劳动成果。我曾经学过一句古诗：“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”使我们懂得了要爱惜粮食，要珍惜别人的劳动成果的道理，所以，文明就餐我一定能行。

**文明餐桌日记350字范文 第三十二篇**

文明餐桌是我市六城联创的重要内容，它倡导节约、文明就餐，使人人养成节约粮食、浪费可耻的社会新风气。

这不，半个月前，我们一家四口去一家中餐厅里就餐。我们品着美味的佳肴，聊着有趣的故事……不经意间，耳边突然传来一个小孩子稚嫩的童声：

“姐姐，你不能浪费食物的!你瞧，牌子上写着“不剩菜、不剩饭，吃不完兜着走”，既然现在我们吃不完了，就应该打包带回家。”

我有点诧异地回头一看，原来是与我们隔桌的一个小妹妹正对她的姐姐进行一番“教育”。那一头乌黑的头发、白皙可爱的脸庞上扑闪着纯真的大眼睛，嘟着小嘴有点愤怒的神情让人看着心里分外爱怜。虽然她说的不是我，但我回头看着自己桌上的很多剩菜，觉得脸上火辣辣的疼。此刻桌上那文明餐桌宣传紫红牌子在我的面前显得格外刺眼。那样一个乖巧的小妹妹都懂得节约粮食，而我………哎，我还真有点无地自容。

至今，这件事虽然过去了半个多月了，但那位小妹妹稚嫩的童声却一直回响在我的耳边，时时刻刻提醒着我。“不剩菜不剩饭，吃不完兜着走”，它改变了我很多的“娇气”，同时也通过自己的劝导帮助父母树立了新观念：“节约无关面子，但浪费却关乎形象!”

我相信，只要我们共同努力，从身边的小事做起，人人争做文明小使者，我们一定能为文明城市的建设贡献巨大的力量。

**文明餐桌日记350字范文 第三十三篇**

近年来，随着社会经济的快速发展，人们的鼓起来了，但一些人却渐渐抛弃了节俭的传统美德。餐桌浪费是当下较为普遍的现象，有的人只爱面子不节约，要起菜来只求多；有的人认为在吃饭上节约是丢面子，让人看笑话；有的人要起菜来“”，所以导致菜吃一半、倒一半的现象时有发生。曾经有个很火的是这样说的：“等我有钱了，豆浆买两碗，喝一碗倒一碗。”如今，已有不少人过上了这种“有钱”的生活。据有关部门统计，我国消费者仅在中等规模以上的餐饮消费中，每年倒掉的饮食最少能养活两亿人。著名主持人曾发问：咱们真富到了那个地步了吗？

古人云：，礼为先。它强调的是中华民族饮食文明的精髓——礼仪。“文明消费，节俭惜福”，这的两句话，内含丰富且颇具亲切感，既体现出、低炭生活的时代潮流，也凸显了中华民族的优良传统。中华民族拥有深厚的，历来以礼示人，更应从细节中彰显文明形象。每位社会公民更应自觉传承“”的美德，共同参与到文明餐桌行动中来。节约光荣，浪费可耻。粒米虽莫扔，留。作为的的，我们应该爱惜粮食，杜绝浪费。是尊重他人劳动的表现，也是高尚人格的体现。文明餐桌不仅反映了一个部门的文明程度，也体现了一个人城市的文明水平，而且也是发展的重要组成部分；文明餐桌传承着中华民族尊重劳动的美德，希望通过文明餐桌行动有更多的人开始用品尝文明。才能有效净化我们的社会风气，培育健康向上的文明风尚。

让“进餐桌，节约风气人人心”的主题更加深入人心吧。行动起来，让文明就餐从我做起，从现在做起，让节俭成为我们每个人自觉的行动。

**文明餐桌日记350字范文 第三十四篇**

“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”。这首《锄禾》大家一定都很熟悉。古人用诗句来警醒我们要珍惜粮食。

粮食是人民生活的保障，是国家发展的基础。我国虽然是农业大国，但因土地资源有限，特别是耕地面积在逐渐减少，而人口却在不断上升，外加上天灾人祸，所以我国的粮食资源其实非常有限。我们应该珍惜粮食！

粮食是一种资源，节约粮食可以让更多的人吃饱饭。学校的食堂每天为我们提供丰富的饭菜，可是有很多同学只吃了一两口就将饭菜倒入垃圾桶里，实在是很浪费！也许有人会觉得我只是倒掉一碗饭嘛！但你在不经意将浪费了珍贵的粮食，如果大家都像你这样想，那对整个中国来说，浪费了多少粮食资源啊！

“一粥一饭当思来之不易”每一粒粮食都应该被我们所珍惜，要养成节约粮食的传统美德。节约粮食，做起来并不困难。吃饭时，吃多少，盛多少，不剩饭菜做到光盘。吃饭时也要集中注意力，认真吃饭，不挑食，均衡饮食，保持健康。

让我们珍惜每一粒粮食，传承节约粮食好传统，共奔美好生活！

**文明餐桌日记350字范文 第三十五篇**

“节约”，是近年来很流行的一个词，几乎随处可见：节约用水、节约用电？节约用纸等等。节约，是一种美德。例如，节约粮食。

因为我的爷爷奶奶是农民，我知道粮食的来之不易，所以，我要提倡“节约粮食从我做起”

其实，在我刚看到“节约粮食，从我做起”这8个字的时候，我的脑海中曾经闪过一丝疑惑，节约二字说的容易，可是做起来会不会很难呢？节约粮食对农民伯伯来说是否有好处呢？不过，很快我就想明白了，节约其实做起来并不难，相反可以说还很简单，只要从生活中的一点一滴做起来就可以了，比如说在出去玩的时候赶紧吃

完碗里剩下的那几粒米，几根面，几口馒头就可以了，这样，即便是对农民伯伯没有任何的好处，对我们来说渐渐的也会养成一种好的习惯，而且还不会让农民伯伯那一滴滴的汗白流，那一口口气白喘，那一声声的“好累”白说，那一份份的力气白使，那一次次望着庄稼成熟的笑容白笑。

粮食，是农民伯伯的汗水浇灌而成，是农民伯伯一次次辛勤施肥而成，是农民伯伯，总之，这一切的一切都告诉了我们一个道理，那就是粮食的来之不易，希望大家从自己做起，从而影响身边的人，让大家都懂得节约粮食。

锄禾日中午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。这是在很早的时候，古人写一首诗叫《悯农》，如果先不看内容，光看诗名，悯农就是怜悯农民的意思，这里的怜悯并不是可怜的意思，而是要理解农民的辛苦，他们每年辛勤播种，灌溉，施肥，除草，杀虫，可是即使这么的辛苦，有时候遇上天灾，收的粮食也就只能够一年的生活，这也就是为什么我们说农民虽然是生活在社会最低层的人，但是他们却是最伟大的人。

所有的种。种就是希望我们不要浪费一点一滴的粮食，因为节约光荣，浪费可耻。

**文明餐桌日记350字范文 第三十六篇**

从进校园的第一天，老师就教我们一首古诗：“锄禾日当午，汗滴禾下土，谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”。那时候对古诗背得滚瓜烂熟，经历了那件事之后，我才懂得了这首诗的真正含义。

记得有一次，吃饭时，由于饭菜不好吃，所以我就没吃多少。爸爸见我碗里将近满碗的饭，皱了皱眉头语重心长地说：“农民伯伯种出这些粮食是很辛苦的，粮食来之不易，可要好好珍惜啊！”没过几天，爸爸带我来到农田。

站在田地边，放眼望去，只见田野一片绿色，就像是一块块绿色的大毯子铺在那里，在这绿色的毯子上，有许多人忙碌的干着农活的人们。看！一位老婆婆正在除草，只见她弓着腰，用那双骨瘦如柴的手把地里的一棵棵杂草清除干净。火似的太阳照射在她的后背上，汗珠湿透了她的衣服，当她辛苦了一天从田里走出来时，都是一身污泥一身汗！但是回头看看旺盛的庄稼，她却露出了欣慰的笑容。

还有一位六十多岁的老爷爷，也在地里干着活，只见他弯下腰大概只有五六分钟的时间又站起来伸了伸腰，并不断地用手捶打着自己的腰。太阳火辣辣的烤着，满头的汗珠都来不及擦，正一滴一滴地落在田里。看着做这一切，我的脸像火烧一样。此时

此刻，我才真正体会到了“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”的意境，我下定决心以后要好好珍惜粮食、不浪费一粒粮食！

同学们，粮食是辛勤的农民伯伯们用汗血换来的，他们的劳动成果来之不易，所以我们要珍惜粮食、节约粮食。

**文明餐桌日记350字范文 第三十七篇**

现在，到处讲究文明，当然，也包括文明就餐！森林也不例外，但还是有些不听话小动物，喏！让我们去森林学校瞧一瞧吧！

活泼好动的小猴子聪聪哪能受得了在吃饭时不说话呀，吃饭时几乎就是他的“天地”了，几乎整个饭堂都被他带动起来，一会儿表演杂技，一会儿爬上树给大家表演一手绝活，一会儿又说说相声来逗大家笑……反正还多的是呢，简直数不胜数，可突如其来的“死刑”让他犹如晴天霹雳，让他掉入无底洞！但倔强的他，岂会如此容易罢休。他开始和老师唱反调。老师叫他好好排队拿饭，他偏偏插队；老师叫他吃饭时手扶餐盘，他不听，反而变本加厉还翘起了二郎腿来；老师叫他别说话，他却更大声的吵起来……因为小猴子的舅舅是森林之王，大家也就睁一只眼闭一只眼了！

但森林学校可是森林里的名牌重点小学之一啊，规章制度哪能就因学生的舅舅是森林之王就容忍，那岂不整个天下都乱了，老师们每天议论纷纷，不谈什么别的话题，就说怎么治治这小猴子聪聪！

有一天，学校来了一名教师，她叫王老师，十分温柔，也很年轻！她跟全校老师下定决心：一定会治好这聪聪的坏毛病的！学校的老师都只是笑笑，打、骂、温柔劝说，等等，全都用过了，一个年纪轻轻的教师能做什么？

王老师接手聪聪班的语文，也是班主任！又到了午饭时间了，聪聪依然我行我素，大声喧哗，全体师生都不满的望着他。王老师见这状况，依然面不改色，只是很温柔地走到聪聪身边，轻轻地说：“聪聪，请你跟我来一下，好吗？”

聪聪十分惊讶，从来没有一个人跟他用过这么柔的声音，也从来没有一个人，跟他说过“请”字，他乖乖的点了点头，跟了出去！全体师生的目光也马上转移到他们身上，不过，这一次，是讶异的目光！王老师对聪聪说：“孩子，我知道你只是有个性，而且，不喜欢被人命令，是吗？可是，学校组织{文明就餐}这个活动也是想让我们做一个有素质的人啊，你想想，这里不是大排档，整天吵吵闹闹，成样子吗？而且，整天在杂音中生活，你会开心吗？如果有一天，你到了五星级的那种酒店去吃饭你大声喧哗，别人会用一种什么目光看你？你好好想想，相信你是一个知错就改的孩子，是不是？”

聪聪羞愧的低下了头，用蚊子说话般的声音说：“知道了，对不起，老师，我一定会改正的！”

或许聪聪最大的优点就是会说到做到吧，他真的做到了！并且，还成为了倡导建造文明餐厅的宣传人！现在，大森林随处都能听见一个声音“文明就餐从我做起”。

同学们，连小动物都能做到，而我们又何尝不能呢？文明就餐从我做起！

**文明餐桌日记350字范文 第三十八篇**

“ 餐桌文明,人人有责”.我们要做一个有礼貌、懂文明的好学生

有一次,我期末考试考得很理想,爸爸妈妈为了奖励我,带我去饭店吃饭.到了饭店庆贺一下,我们找了个位子坐了下来.这时,服务员阿姨拿来菜单,让我们点菜,

爸爸拿过菜单,点了几个菜,然后把菜单递给我,让我们来点几个菜,我正准备多点几个菜,就想到了“适量点菜”这句话,心想：“爸爸已经点了好几种菜了,如果我再点那么多菜,会很浪费的,不如少点几种菜吧!”忽然,我看见爸爸点的菜中有几种带有野生动物的菜,于是,我对爸爸说：“我们要保护环境,不能食用野生动物,经常食用野生动物的话,对身体是不健康的,而且野生动物的多样性也会减少;如果不食用野生动物的话,不但身体健康,还尽到了保护环境的责任.”爸爸听了,说：“你真是个懂事的孩子”.这时,服务员阿姨送来一次性筷子,我说：“谢谢,我们不用一次性餐具,我们自己有餐具.”这时,服务员阿姨为我们送上了可口的蔬菜,香喷喷的米饭.我们吃得可香了.不一会儿,我们就吃得饱饱的.虽然我点得菜并不算多,但还是剩余了一些菜.

我犹豫了.想着如何处理这些剩菜呢?忽然,我想到了“剩菜打包”这个方法,心想：“如果这些菜就这么放在这儿的话,就会被服务员阿姨倒掉的,还不如打包带回去呢!”我把这个想法告诉了妈妈,妈妈夸我是个懂得节俭的好孩子.于是我们叫服务员阿姨帮我们把这些剩菜打包,一起高高兴兴地回家去了.

今天我很高兴,忽然之间我觉得自己长大了许多.

**文明餐桌日记350字范文 第三十九篇**

“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”这首诗让我深刻地明白了，每一个粮食都是由农民伯伯辛勤劳动换来的，所以，我们要节俭粮食。

在山区，每一位同学从小学到初中的每一顿饭都是吃的黄豆蒸饭，并且仅有早、晚两顿，中午没有饭吃，他们的生活这么艰苦，如果换作是你，你是肯定吃不下去的，我们此刻过着幸福的生活，你应当去珍惜呀！在我们学校中就有一些浪费粮食的现象。在中午，同学们都纷纷来到桶旁，准备倒饭，但有些同学想趁机而入，悄悄的把剩下的饭菜倒进桶里，结果被教师发现了，立刻阻止了他们的不良行为。同学们，每一个粮食都是农民伯伯的辛勤劳动换来的，如果你把它浪费掉了，农民伯伯该多么的悲痛呀！如果我们没有粮食了，那你忍受得了吗？你当然忍受不了饥饿！如果你不再浪费粮食，那就说明你是一个关心农民伯伯的好孩子，这样，灿烂的笑容就能够挂在农民伯伯的脸上了，这样，农民伯伯看到同学们这么珍惜自我的劳动成果，也必须会感到欣慰的！

同学们，我们应当节俭粮食，也劝告起身边的人不要浪费粮食！

**文明餐桌日记350字范文 第四十篇**

小餐桌，大文明，餐桌文明是社会文明的重要体现，传承着中华民族的优秀文化和尊重劳 动、珍惜粮食、勤俭节约的传统美德。有些人却认为做一个有文明的人很难，其实，做一个有文明的人并不难，一个动作、一句话……都能让你做一个有文明的人。而有些人却不知道文明在哪，其实，哪里都有文明，学校、公交车、餐桌……餐桌上的文明是最容易被忽视的。

古人云：“一粥一饭，当思来处不易；半丝半缕，恒念物力维艰。”这句话告诫人们要勤俭节约，不要铺张浪费。可现在很多人往往不知道珍惜，随意浪费食物。每当在饭店吃饭时，听到 “服务员，买单”，再看看餐桌上那大量饭菜，总觉得有一种压抑在心里的愤怒像火一样地喷发了出来。大家都顾及面子而不愿意打包，最终导致浪费。

你可知道，农民伯伯们冒着严寒酷暑，在田间地头辛勤地劳作；你可知道，诗人李坤写下的“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”的感人诗句……或许你会说：“我当然知道。”可是而今，很多人都没有做到。粮食却成为了人们想放就放，想丢就丢的普通之物。20\_年1月23日，有关报纸报道：“有统计数据显示，中国人每年在餐桌上浪费的粮食价值高达20\_亿元，被倒掉的食物相当于2亿多人一年的口粮。”多么惊人的一个数字。人们常说“民以食为天”，我们的生命是食物支撑着的，没有了食物，生命的桥梁岂不是就塌了吗？

前几天，我和家人去饭店吃饭。上菜了，看着满桌美味可口的菜肴，真是诱人。经过了我们的共同努力，满桌的菜已经被我们消灭了很多，我们准备起身回家。

“剩下的菜打包吧，一定要节约粮食，不能浪费！”我对家人说。家人都夸我。我向服务员阿姨要了几个袋子，把剩下的饭菜都打包带走了，连阿姨都连连夸赞我是一个节约用餐的孩子。

小餐桌，大文明，勤俭节约是中华民族的传统美德，在物质条件日益丰富的今天，希望大家行动起来，从自身做起：不挑食，不偏食，多吃蔬菜，做到荤素搭配，合理饮食；在饭店吃饭时，一定要根据自己的饮食情况合理用餐，吃多少点多少，如果饭菜吃不完了，要打包带走，避免浪费。

文明用餐，从我做起，你做到了吗？

**文明餐桌日记350字范文 第四十一篇**

现在倡导文明餐桌，不论是灯光闪耀的大酒楼，还是热闹非凡的小街小巷，他们的餐桌上无一不挂着一个牌子“文明餐桌，从光盘做起！”

在以前，学校食堂里。无论墙上挂着多大的字“吃多少，拿多少，少拿多放！”可同学们装作没看见，从容大把的打着菜：炸猪排、烧煎蛋，抹了酱油香喷喷的，可美味了。所以同学们打的特别多。开吃了，大家七嘴八舌的议论今天上了什么有趣的课，有什么好笑的事，统统都出来和别班的人分享。吃饱了，话也说完了。可菜还剩很多，倒掉倒掉！同学们蜂拥到倒桶旁，一个接一个的把剩下的菜倒入桶中，没有一个人出来阻止这种行为。餐盘落桶的声音极大，震耳欲聋。

这类事过了不久，就有一些老师和“好学生”出来制止，可老师不在，同学们有原型毕露，开始玩弄餐后水果。咦！今天吃橘子。同学们拿着橘子走出食堂。又有个别男生把橘子往上一抛，橘子在天空上划过一条完美的弧线，落了下来。男孩子伸手接，接不住的橘子则掉下来摔坏了，不能再吃了。

随着文明餐桌进入社会，同学们也安分了许多。可能是因为出去吃饭时望见别人自觉地遵守，久而久之自己也慢慢地习惯起来。食堂里出现的情况也好转了，大伙儿只拿了自己的，无论有多么好吃的菜式，大家不是那么争先恐后，挨个挨个的排队取菜。每个人限食几块肉、几只虾、几片蛋……我取到菜之后坐下，刚想找个人聊天，发现同学们的嘴都在吃饭，根本没有要说话的意思，我也马上闭了嘴，埋头往嘴里扒饭。

我正想去倒菜，便看见一位女同学喊：“吃不下了，倒掉倒掉！”她刚走到桶边，张老师就走过来说：“光盘，行动起来！”我立马坐回位置，准备干掉那条“可恶的鱼”。

昨天晚上，我家请了客人。爸爸烧了很多好吃的菜。我刚想倡导一下光盘行动，只见父母和客人很自觉地把食物“塞”进肚子里。我很不服气：你们怎么也知道光盘行动？爸爸笑了：“光盘行动……”

我和弟弟抢接“从我做起！”

**文明餐桌日记350字范文 第四十二篇**

俗话说：“民以食为天”，意思就是说民众以食粮为根本。但是随着经济发展的快速，人们越来越富裕，对传统美德“节约”两个字却渐渐地忘却、淡化了。

以前，如果你走进酒店、餐厅，首先映入眼帘的就是满桌的残羹剩饭，有的菜甚至都没有吃就被淘汰了。有的人只爱面子不节约，觉得“不差钱”，要起菜来只求多；有的人认为在吃饭上节约是丢面子，让人看笑话；有的人要起菜来“贪得无厌”，所以导致菜吃一半，倒一半的现象时有发生。“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”当你大吃大喝，留下许多剩饭时，你是否会想起这首诗？当你狼吞虎咽后，看着一桌的“光辉历史”你是否会感到惋惜？难道你们体会不到“锄禾日当午，汗滴禾下土”的辛苦吗？

知文明，可贵，略文明，可耻，做文明，可歌，斥文明，可泣。文明渺小，但它做起来却很难。文明伟大，但它只需要轻轻弯下腰或抬一下手。那餐桌上的问题是不是也是这样的呢？

据统计，每年全国大约要浪费八百万吨的剩饭，简直够两亿人吃一年！这是多么惊人的数据，这是多么令人膛目结舌的结果。他们难道不知道，当他们铺张浪费时，农民伯伯正在田地里，顶着烈日，汗流浃背地劳作。

不过，现在不一样了，现在提倡的是“光盘”行动，当你再次走进酒店、餐厅时，看到的是每次吃饭，大家点菜的数量没有那么多了，都会自觉地把所要的饭菜吃得干干净净，即使吃不完的饭菜也会打包带走。快餐店再也不会出现“出了钱，猛添菜，浪费粮食”的情况了。酒店里山珍海味价钱低了，有些酒店都没太多大鱼大肉，换成了清淡菜、农家菜，物美价廉。我仿佛看到了农民伯伯笑得像朵花一样说：“好啊！好啊！现在的风气真是好呀！”因为现在人们花钱不那么大手大脚了，吃的也不浪费了，看来“光盘”行动是有效果的。

节约光荣，浪费可耻。粒米虽小君莫扔，勤俭节约留美名。作为礼仪之邦的华夏民族，节约粮食就是尊重他人劳动的表现，也是高尚人格的体现，还是餐饮文化发展的重要组成部分；文明餐桌继承着中华民族尊重劳动、珍惜粮食、勤俭节约的美德，希望通过文明餐桌行动有更多的人开始用舌尖品尝文明。文明用餐从我做起，从现在做起，让节俭成为我们每个人自觉的行动！

**文明餐桌日记350字范文 第四十三篇**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！我今天演讲的题目是：《文明就餐，节约粮食》。

开学到现在已经有两个月了，每天中午食堂里，都会看见剩饭桶那装满了满满的白饭和青菜。有的同学家庭条件好，很是挑食，吃了几口饭就倒掉了，说这饭菜是自己不喜欢吃的！有的女同学胃口小，吃不下这么多便把饭吃几口就倒掉，有的同学一边吃一边打闹，互相丢饭菜……这些都是在浪费粮食！也许你并不觉得自己在浪费，也许你认为浪费这一点点算不了什么，可是，如果你浪费这一点，他浪费这一点，大家都浪费这一点，那就是一个惊人的损失了！同时，有的同学饭前不洗手，还把吃的东西拿出食堂，边走边吃，吃完就随便丢在路上，这和挑食、浪费粮食一样都是不文明的就餐习惯！

1986年的第五次世界粮食调查的结果是： 1979-1981年有亿人口处于营养不良状态。联合国人口 活动基金组织80年代初宣称，当时世界谷物产量可以养活60亿人口。但就在同一时期，全世界人口只有45亿左右，可是却有亿人挨饿。1995年，世界人口增长到57亿，挨饿人口数字增加到10亿。1972年，由于连续两年气候异常造成的世界性粮食歉收，联合国粮食及农业组织于1973年和1974年，相继召开了第一次和第二次粮食会议，以唤起世界、是第三世界注意粮食及农业生产问题。但是，问题并没有得到解决，世界粮食形势反而更趋严重。

同学们，你们知道，“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”这首诗的意思是：中午的时候农民在在田地里除草，一滴滴的汗掉在了土地里。又有谁能知道这饭菜的来历，每一粒都是那么的辛苦。 假如你是一个农民，当你看到有人浪费食物的时候，你有什么感受，你的感受可能是：心痛极了、很愤怒、……让我们行动起来，节约粮食，从我做起，养成良好的社会公德》

**文明餐桌日记350字范文 第四十四篇**

文明，是一位尽责的老师，教育着无数人民;文明，是一双手，帮助你推开心里烦锁的窗……

有些人却认为做一个有文明的人很难，其实，做一个有文明的人并不难，一个动作、一句话……都能让你做一个有文明的人。而有些人却不知道文明在哪，其实，哪里都有文明，学校、公交车、餐桌……餐桌上的文明是最容易被忽视的。

记得有一次，我、爸爸、妈妈和妹妹一家一起去喝喜酒，那里菜点得很多，也都很好吃，可是，没吃到一半，我就已经不想再吃了。我看到其它跟我同龄的人，他们都在拿餐厅的气球玩，看着他们玩得那么高兴，我心里也有点想玩了。可看着那么多的菜，我又不想浪费，面对着这道难题，我做不出选择，这时，我的心里像有一个小天使和一个小恶魔，小天使说s“难道你要浪费这么多的菜?就为了玩吗?”小恶魔说s“你应该为自[作文]己着想，快去玩吧!”“不去”“去”“不去”“去”这时，我忽然想到了些什么，想起来了，原来是在餐桌上的知识，上面有一条是这样写的s在餐桌上要做到“适量点菜”和“剩菜打包”。一想到这里，我忽然觉得浪费是那么得可耻，我马上打消了去玩的念头，虽然吃不下了，但是我隔了一会儿，就又能再吃一些了。

**文明餐桌日记350字范文 第四十五篇**

在我们身边，有很多人值得我们学习。但在我心中，我最崇拜的文明就餐小标兵，就是我的好朋友—张泽楠。

张泽楠白白胖胖的，走路的样子非常可爱。他有双大大的眼睛和可爱的西瓜太郎式的蘑菇头。他的普通话讲得非常好，被我们班的同学誉为“故事大王”。陌生人看见他都会称他为“美男子”，回头率特别的高，百分之百。

张泽楠用餐时有三个好习惯：一是讲卫生；二是懂礼让；三是味口好，不挑食而且吃得干净。

每天用餐之前，他总是先洗手、再吃饭，用餐之后，他也会把桌子收拾干净，然后擦嘴洗手，不管什么时候，他那双胖胖的小手，伸出来总是干干净净的，特别招同学们喜欢。关于修养的.名人名言：

说到他懂礼让，就让我想到一件印象很深刻的事情，那是班上有位同学过生日，请我们参加生日Party。当许多同学面对满桌子的山珍海味时，立刻“扑”了上去，一点也不顾他人的感受和自己的形象，只有我和张泽楠站在旁边没有动。张泽楠让我先坐下，然后又挟了一个我最喜欢的菜给我，最后自己才动手吃，当时我很感动，嘿，不愧是我的好朋友！这也让我想起了孔融让梨的故事。

张泽楠吃饭的时候，胃口特别好，能够带动大家的食欲，他从不挑食，也不浪费，总是把自己碗里的饭吃得干干净净。这些都是我们要好好学习的地方。

这个文明、可爱又帅气的小男孩，就是我的好朋友—张泽楠，你们喜欢他吗？

**文明餐桌日记350字范文 第四十六篇**

亲爱的市民朋友们：

餐桌文明是社会文明的重要体现，小餐桌，大文明，承载的不仅是人类的生生不息，更传承了中华民族的优秀文化和尊重劳动、珍惜粮食、勤俭节约的传统美德。沂源历史悠久，文化底蕴深厚，民风淳朴。作为全国文明县城的.市民，更应从点点滴滴中彰显文明形象。今天，特向广大市民朋友们倡议如下：

一、传承传统美德。树立节俭用餐理念，积极投入到文明餐桌行动中来，遵守《文明餐桌公约》，养成文明用餐习惯，打造温馨、文明的就餐环境，享受“文明用餐、节俭惜福”的快乐。

二、注重科学饮食。讲究营养，搭配合理，追求健康，不酗酒，不暴食，摒弃饮食陋习。

三、倡导文明用餐。自觉遵守公共道德规范，爱护用餐环境，不肆意喧哗，不在禁烟场所吸烟，注意他人的用餐感受；讲究用餐卫生，使用“公筷公勺”，杜绝使用一次性筷子；开车不饮酒，酒后不驾车。

四、做到合理消费。珍惜粮食，杜绝浪费，不求奢华，按需点菜，厉行节约，做到不剩饭不剩菜，吃不完就打包。

文明餐桌是我们共同的心愿，让我们行动起来，从我做起，从小事做起，与文明握手，向陋习告别，为建设和谐宜居的新沂源做出更大贡献！

**文明餐桌日记350字范文 第四十七篇**

文明是一朵花;文明是一种习惯;文明是一种力量R22;R22;其中餐桌文明是社会文明的重要体现。民以食为天，吃饭是社会生活的重要部分。小餐桌，大文明，承载的不仅是人类的生生不息，更传承了中华民族的传统美德。我觉得餐桌上我们应该做到以下几点。

一、传承传统美德。中国是文明古国，有着悠久的饮食文化。我们每位市民都要自觉做到传承“礼仪之邦”的美德，号召亲朋好友踊跃参加文明餐桌行动中来，享受“文明用餐，节俭惜福”的快乐。

二、做到合理消费。绿色消费，理性消费，按需点菜，厉行节约，反对浪费，做到不剩饭不剩菜，“光盘行动”且需要吃不完打包。

三、倡导文明用餐。自觉遵守公共道德规范，不肆意喧哗，不在禁烟场所吸烟，时刻注意他人的用餐感受;讲究用餐卫生，不带宠物进餐厅，不随意造成用餐环境污染;低碳环保，杜绝使用一次性筷子;开车不喝酒，喝酒不开车。

四、讲究合理饮食。合理的饮食就是要选择多样化的食物，使所含营养素齐全，比例适当，以满足人体需要，让我们健壮成长。

古人说得好：“食不言，寝不语”，吃饭不说话，既卫生，又不影响身体对食物营养的吸收，还能营造一个舒适的气氛，何乐而不为?“厨中有剩饭，路上有饥人”，不要浪费粮食，为什么不想想有多少贫困山区的孩子在为一日三餐而苦苦挣扎着?就因为这样，难道我们还不该珍惜粮食吗?

祝愿我们整个学校的所有同学，都变成就餐文明、珍惜粮食的好学生!

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找