

项目一工作三任务一婴幼儿导师联动指导

一、家庭导师：居家喂养与日常管理

★ 核心职责

引导家长依据婴幼儿的个体差异，制订专属营养素补充计划，监督并调整喂养效果。

★ 注意点与提醒

1. 食谱执行

（1）根据食谱采购新鲜食材，优先选择本地当季食材以确保营养与安全。

（2）制作食谱菜品时，严格按照食材处理要求操作，如制作鱼类辅食时，务必挑净鱼刺。

2. 饮食习惯培养

（1）固定进餐时间与地点，营造安静、温馨的用餐环境，每次进餐时间控制在 20~30 分钟，避免婴幼儿边吃边玩。

（2）家长以身作则，不挑食、不偏食，为婴幼儿树立良好榜样。

3. 健康监测

（1）每周测量婴幼儿的体重、身高并记录，对照世界卫生组织儿童生长标准曲线，评估生长发育情况。

（2）关注婴幼儿的大便情况，若出现便秘、腹泻等异常，可能与食谱中膳食纤维摄入不均衡有关，需及时调整食谱。

二、机构导师：托育机构集体照护

★ 核心职责

保证托育机构内的一周营养素补充食谱精准执行，满足不同婴幼儿的特殊营

养需求，同时注重食育教育。

★ 注意点与提醒

1. 食谱实施

（1）提前与厨房沟通食谱细节，确保食材采购齐全且新鲜，按照食谱分量精准准备每一餐。

（2）对于新入园易挑食婴幼儿，可采用分餐制，从少量食物开始，逐步引导其尝试。

2. 特殊需求应对

（1）对牛奶蛋白过敏的婴幼儿，可将食谱中的奶类替换为深度水解蛋白奶粉或氨基酸奶粉，并确保每日蛋白质摄入量达标。

（2）对于存在食物不耐受的婴幼儿（如乳糖不耐受者），应调整其食谱中的相关食物成分，如采用无乳糖奶制品来替代常规奶制品。

3. 食育活动

（1）每周开展一次食育课程，通过图片、视频、实物展示等方式，向婴幼儿介绍食谱中的食材来源、营养价值。

（2）组织简单的食物制作活动，如制作水果沙拉（由工作人员提前处理好食材，婴幼儿参与搅拌等简单步骤），提高婴幼儿对食物的兴趣。

三、社区导师：区域营养支持与资源协调

★ 核心职责

整合社区资源，为家庭和托育机构提供营养支持，提升社区整体婴幼儿营养水平。

★ 注意点与提醒

1. 资源整合

（1）联系社区内超市、农贸市场，协商为婴幼儿家庭提供优质食材的优惠活动，如每周推出特价的婴幼儿专用食材。

（2）组织社区志愿者，为行动不便的家庭送菜上门，确保家庭能够顺利执

行食谱。

2.营养知识普及

（1）在社区内举办“婴幼儿营养周”活动，邀请专家举办讲座，讲解一周营养素补充食谱的科学依据及喂养技巧。

（2）在社区公众号、微信群等平台发布食谱解读文章，方便家长随时查阅。

3.协作与反馈

（1）定期收集家庭和托育机构对食谱的反馈意见，组织社区内营养师、医生等专业人员进行评估，根据实际情况调整食谱。

（2）协调社区卫生服务中心，为婴幼儿提供免费的微量元素检测，根据检测结果为家庭提供个性化的营养建议。