

# 2023年生物和生物圈教学反思(汇总5篇)

总结是对前段社会实践活动进行全面回顾、检查的文种，这决定了总结有很强的客观性特征。那关于总结格式是怎样的呢？而个人总结又该怎么写呢？下面是小编整理的个人今后的总结范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所帮助。

## 厨房个人工作总结篇一

今年一年就像是一阵刚刚燃起的火，到了最旺盛的时候时，它就告诉我已经结束了。现在我的感觉就是，我们行业逐渐复苏过来了，但是今年一年的确已经到了尽头了。对于这一年的经历，我真的很有感触，也很感谢这一次经历，让我在厨师这个岗位上逐渐找到了自己的定位和方向。在此，我为自己过去一年的工作进行了一次总结和整理，对未来也做了一次计划。

今年，我们餐饮行业面临了一个巨大的难关，很多餐饮店没有扛过去倒闭了，这让我们每一位厨师也感到非常的着急，紧张。但是好在我们餐厅凭借着强硬的基础扛了过来。所以在这里我也要非常感谢餐厅这个好的平台，让我能够稳固好自己的事业，凭借着好的条件可以继续工作下去。

带着这一份感恩，我今年工作上尤为努力，因为我知道，如果我自己不去想着突破和进步，下一个淘汰的就是我自己。现在局势很紧张，我不能再这样犹豫不定了。因此这一年，我在菜品方面不断创新，并且得到了很好的反馈，餐厅的口碑也逐渐做上去了，并且在网络上也赢得了不错的反响，这是我认为今年最为成功的一部分，感谢这次机遇，让我遇到了更好的自己。

今年自己虽然取得了很多的成功，但是在这份成功里，依旧是有一些不足的地方的。比如说我在创新上虽然有了成绩，

但是我在一些细节的处理方面还是比较平庸的。这一份成功是很多人一起努力的结果，所以我明白了自己不足的地方之后，我就尽快的去改正了，不管是在研究菜品还是在制作的过程当中都变得更加严谨和细致了。其次我也克服了自己懒惰的缺点，这一年变得更加的勤快，也变得更加的积极向上。我会继续保持自己的这一份激情，继续攀岩，继续努力。

下一年，一定是一个更大的挑战。现在已经处于万物复苏的阶段了，下一年就看谁长得更快，看谁有更多的闪光点了。我会继续做好这个准备，为自己打造一副好的武装。希望在来年能够通过自己的勤奋和努力创造一份更好的成绩。感谢这一年各位领导对我们厨房的支持，也感谢大家积极配合我们每一位厨师。新的一年，我会带领好这个团队做出更好的成绩的！

## 厨房个人工作总结篇二

时间过得真快，忙忙碌碌中，一学年又即将过去。回顾过去的每一天，我作为一名分管养老院食堂工作者，深深感到责任的重大，工作压力之沉重。因为我所从事的工作，管理的质量，很有可能会影响到大家的身心健康。所以，为了扬长避短，以后能把工作做得更好，在此，我将对本学年的食堂工作作如下总结。

因为这是关系到每一位老人身体健康的大事。首先，要求每位食堂工作人员，每年都要进行上岗前的体检。其次，不定期对工作人员进行思想教育，贯彻落实《食品卫生法》规定的各项要求。通过学习，提高工作人员在工作中的服务质量和意识。切实做好我校食堂的食品卫生各项工作、餐具的“一洗、二冲、三消毒”工作，工作台做到随用随清，砧板荤、素、生、熟要分开，每天对厨房间都要进行大清扫。如发现工作中有不到位之处立即指出，勒令改正及时到位。全体工作人员能够认真做好本职工作，明确职责、各司其职、服从分配、随叫随到，保证了食堂工作的正常运转。

每学期都要和食堂工作人员一起学习《中华人民共和国食品卫生法》，提高每位工作人员的思想认识。还制定了各项规章制度并上墙，完善了食物中毒防治预案，从制度上保障养老院食堂的安全和规范。定时定期对食堂工作人员进行法律法规、工作规范的培训，做到以法律法规为准绳。还非常重视食堂内部管理，在科学化、规范化、制度化和严格管理上下功夫。力求把基础管理工作做扎实，做全面，做到时时规范，事事有规范。食品卫生工作中，紧紧围绕以“三防”为重点(防中毒、防投毒、防病毒)。

采购工作中严把“五关”即：严格进货渠道关，物品进库验收关，操作程序规范关，饮食卫生安全关，食品存放储存关。在验收中对不合格的食品进行坚决的抵制和退货，不收不进质量不合格的物品。同时让全体工作人员参与，全员监督，责任到人，检查到位，记载详实。确保进货质量，把一切不安全因素都堵在校园外。

在对食堂人员加强检查督促、培养她们良好卫生意识和习惯和烧菜质量的同时，经常听取大众的意见，每月召开一次食堂工作会议，修改并确定好每月(4周)的菜单，每周菜谱力求达到丰富多样，不断改善饭菜质量。经常督促食堂人员烧好菜，提高炊事人员的技术与技能。使每天的饭菜力求达到“色、香、味”俱全，让大家吃得营养，吃得安心。

本年度，我校食堂在市卫生监督所多次检查与多次随机抽测中，卫生合格率都达;在创建省级平安养老院中，我校食堂获得了专家的好评;在市级食堂评比中获a级食堂称号。在市卫生监督所对全市餐饮业食品安全与卫生评比中，获优秀荣誉称号。食堂管理工作任重而道远，但我坚信，在养老院领导的关心和监督下，在全体教师的配合下，在食堂工作人员的努力下，我校食堂一定会越办越好。

## 厨房个人工作总结篇三

时间过得真快，忙忙碌碌中已接近年末，我又在幼儿园食堂工作了一年。俗话说，“民以食为天”。食堂工作最重要的一点就是食品卫生质量的好坏，作为幼儿园的食堂，其直接关系到每一位小朋友的生命安全和健康，努力提高小朋友们的身体素质是我们食堂工作的基本任务。在过去的一学年里，我们做出了一些工作成绩，但是离领导的要求还有一定的距离，在此，我对过去的半年的工作进行了总结，以便以后更好的工作。

首先，幼儿园的食堂关系到幼儿园的稳定和发展，关系到师生员工的切身利益。

最后，在食堂工作中，我们坚持“服务育人，管理育人”的宗旨。

厨房工作看起来是一项简单的工作，好像就是洗洗切切的事情，但我们不这样想，因为厨房的一切事情，不管是主厨还是打杂都关系到全园幼儿的安全和健康，虽然事小但关系重大，因此每天上班我们都十分的投入。不管刚开学时天气多么炎热，学期结束时天气多么寒冷，我们总是能自觉克服困难，严格按照幼儿园厨房工作条例，认认真真地做好自己份内的工作，从不轻视这些洗洗切切的事情。我们觉得，既然幼儿园领导相信我，把这份工作的机会给了我，我就要对得起幼儿园，对得起家长们和孩子们，做一个诚实守信的人，做一个老老实实的人，认认真真干好自己的工作，让家长们满意，让领导放心！

大家都知道，厨房的工作不像当老师，需要很高的文化，需要口才和专业技术，厨房工作主要是细致和认真，我们认为还要舍得花力气，要有乐于奉献的精神。因此在工作中，我们四个人从不挑三拣四，不但服从领导的安排，还主动为领导排忧解难，平时与我们在一起时也总是将重活留给自己干，

把方便尽量留给他人。我们认为：人的勤恳不像别的东西用了就没有了，因此在幼儿园不管遇到谁有需要帮忙的地方，只要我们能做到我们就不会拒绝，幼儿园的事情就是我们的事情，不管谁做都是为了集体。

确保学生能够健康快乐的成长，为此，我们特别制定了适合小朋友饮食的套餐，不断补充小朋友所需营养素。

在幼儿园工作期间，使我更加明白责任的重要性，做到真正解决师生及家长的后顾之忧，工作人员用心，小朋友吃的欢心，教师工作安心，家长上班放心。

## 厨房个人工作总结篇四

20xx年就要过去了，自从从事厨房地方菜打荷一职以来，辛勤工作，认真对待对一件事，多次被评为集团先进个人，我知道这份荣誉实在是来之不易，心情无比激动，首先感谢各位家人对我的信任与支持。

打荷员的责任非常重大，工作中起着承上启下的作用，与码菜部要协调好，与配菜员要配合好，打荷可以说是饭菜质量的关键，工作容不下一点点马虎大意，我每天必须提前早到搬餐具、加工半成品，从没有过一句怨言，工作中加班加点努力要求自己，不求最好，只求更好，从我手中过的每一道菜肴都要做到餐具净、热、口味正、色泽好，就是这样要求着重重复的把着菜肴的一道质量关，从不感到厌倦。

能回收的就回收，能利用的再利用、大料大用、小料小用，边角料可以做职工菜，这是我一直工作以来都遵循的原则，为了能更好的控制好我部的成本，三令五申相互监督、举报、下班我带头检查垃圾桶，地方菜是以本地小炒菜为主。原材料多的大班组，我管好自己，也监督好别人，回收了许多可以重新利用的物品、减少了许多不必要的浪费。

一道成功的菜品离不开全员共同配合，什么样的菜肴适合什么样的餐具、这都做出了规定。虽然不是专业学校毕业的，但是要想学的准、学的精，就得比别人多下几倍的工夫，我不服输，一点都不气馁，下班到书店买书学习，加班时练习，努力提高自己的业务水平，增强自身素质，争取自己不会被淘汰，不断学习、不断进步。

我一直兢兢业业、扎扎实实的工作在酒店的基层，同时也不断的提升自己的工作技能、技术，先后在粤菜鲍鱼房、粤菜打荷、粤菜蒸锅。就过职。现任地方菜打荷一职，同时我不断在实践中寻找技巧、在技巧中总结经验、在积累的经验中不断的完善自己。在打荷技术已日渐成熟的基础上，我逐渐地尝试掌握其他工作的技能，因为要成为一个部门的骨干只掌握一门工夫还远远不够。

总而方之，不害怕不会干，但怕不去干，不害怕干不好，就怕去捣乱，有付出就有回报，今年有幸又被评为集团先进个人，我感到无比荣幸与自豪，再次感谢各位家人对我的支持、信任。

无需太多的承诺，说的好不如做的好，在新的一年里，我

一定坚定信心，紧紧团结在杨经理为首的领导班子周围，努力、努力再努力，请领导放心，我一定不会让你们失望！

最后愿xx的明天更辉煌，更灿烂！

祝各位领导身体健康！万事如意！兔年吉祥！

## 厨房个人工作总结篇五

一. 安全是厨房工作管理的重中之重 1. 培养员工的安全意识，常教育常督促，对安全隐患做到及时发现，及时处理。水.电.气要及时关闭。2. 食品安全，做到厨房内外环境卫生

的常清理，常保持。原料保证无变质无过期。加工食品方法要规范到位。

二. 出品管理，做到人员常学习，菜品常更新。对不适合本宾馆工

作的人员做到及时调整。

三. 节约就是纯利润，所以我们要做到能利用的坚决利用，原料从

加工到出品的流程，操作要规范。出品要定量统一。

了解预定情况，及时沟通，做到最小库存，做到原料不积压不变质。经常到市场了解原料的质量和价格，进货要高质量低价格，质量不好的坚决退货，以保证不浪费和菜品质量。

各位领导：

现今，我们的酒店正处于一个竞争十分激烈的市场，这些竞争来自于其它餐饮企业和本地酒店。故创造性和特色性在2014年的餐饮经营中仍然极其重要，酒店餐饮部要形成自己的经营主题和特色，树立自己良好的企业形象和行业品牌。2014是面向市场、不断进取、建立和打造品牌的时候。在这新的年度开始之际，我们的经营务必要立足于开拓进取、勇于创新，不断总结经验，向着创造优质产品、满足顾客需求、创造餐饮名品精品企业方向去努力。

目标计划分解：

1、出品创新：针对中央的八项规定，对餐饮业的直接影响，尤其是像我们这样的中高端酒店损失惨重，同时，这次规定也预示着餐饮业可能要重新定位自己，谋求变革以求发展。首先要有一个虚心好学的良好心态，多走出去学习，多问多

学，及时了解本地市场动态，融会贯通，吸收各家之长。这样有利于吸引更多顾客或特定顾客，有利于进行新的市场扩张，有利于降低产品成本、提高利润率，有利于超越竞争对手，有利于增加产品的文化内涵，提升产品竞争力。

3、：每天上午10:30前厅后厨负责人及骨干定时进行沽清单、预订及重要接待进行细节完善，对每天的急推、特别介绍环节沟通到位，对每天餐标安排、套餐的沟通加强。及时地加强对客人反馈信息的正确对待、重视，并以高效的工作效率，良好的心态，虚心的态度不断提升菜品质量，针对上菜快慢、顺序严格把关。

4、能源节约：对每天的水、电、气使用严格合理使用，温缸满水后及时关闭水龙头，菜品走完后立即关闭天然气阀门，人走后及时断电，定时定人准时检查并开关各种开关设备。

5、成本控制：对原材料合理使用，做到物尽其用，量化出品，标准走单，把好验货关，严格杜绝变质变味的食品流入餐厅，协调各菜系对原材料相互配合使用。做好原材料的粗加工，提高出货率，降低成本。专人负责，做好原材料的储存保管工作，这是控制成本的重中之重。

6、设施、设备的安全使用：加强和工程部沟通，定期对设施设备的保养、保修，正确安全使用操作使用设施、设备，下班前全面检查一遍，做到万无一失。

7、厨房五常化管理：运用“五常法”管理对厨房的安全、卫生、品质、效率、形象等进行科学有效地提升，生产高品质产品、提供高品质服务、杜绝或减少浪费、提高企业效率、树立企业形象。

8、厨房消防安全：电器、天然气、水等设备，做到责任到人，要坚决克服麻痹思想和侥幸心理，始终保持着如履薄冰的危机感和紧迫感，警钟常鸣，切实做好安全生产工作。



9、婚宴旺季：在五一，十一两个婚宴旺季期间，我们要有针对性的菜品营销计划，切实做好婚宴包桌质量，做到经济实惠，传统与创新相结合，让宾客感受到我们酒店高档大气的同时，享受到别具特色的美味佳肴。同时，充分利用包桌来宾人数众多的特征，在菜品上赢得宾客的好评，也是对我们酒店品牌最有力的一次宣传机会。

十、忠诚企业：学会发现美好，学会珍惜现在，学会感恩。

会珍惜，学会感恩，美好的生活就在身边。生活中并不缺少美，缺少的是发现美的眼睛和心灵。

工作中也是如此，也许我们会抱怨工作的繁重，也许我们会抱怨薪水的多少，也许我们会抱怨工作环境，也许我们会抱怨同事关系的冷漠，停止抱怨吧！至少我们还有一份工作！比起那些失业下岗的人们，工作着的我们就是最幸运的！

让我们学会感恩吧，感恩给我们大家创造就业机会的老板，感恩对我们要求苛刻但期望我们成长更快的上司，感恩与我们朝夕相处的每一位同事，感恩在身后默默支持我们工作的亲人们，珍惜我们现在所拥有的一切，学会感恩，你就是最幸福的！

十一、工作态度：对自己负责，对团队负责

我们选择了左岸，就意味着选择了她的全部，包括她的企业文化，她的人际关系，她的优点和缺点，我们不可以只去埋怨她的不足，而不去考虑她的优点。否则，工作对于你来说只能是种折磨，相反如果你对酒店充满了爱时，你会发现有那么多别的酒店不具备的优点，你就会尽自己最大的努力去克服酒店的缺点。那时，酒店的管理越来越完善，效益越来越好，我们自身也会得到成长和收获！

有一句话叫“凡事归因于己”，我们对人对事只要能保持一

颗平常心，遇到问题先检讨自身不足，再诚恳向他人建议，我想这个团队就不会有冲突、争端、抱怨和指责。团队呈现的将是真诚、和谐、愉快、高效的工作氛围，我们每个人心中的愿望不都是“开心工作，快乐生活”吗？让我们每个人对自己负责，对团队负责，对企业忠诚！

一：菜品质量的管理： 1：内在的质量：对于从中央厨房输送到湖东店的每种调料及肉类要细心检查肉类质量和调料的日期，定要先进先用，有问题需及时和中央厨房沟通。2：外在的质量：严把每道菜品的质量，对于每一道上到客人面前的菜做到尽善，尽美，对菜品的搭配，份量，温度以及盘边卫生严守把关，尽量避免菜品内出现异物，杂物！肉类的摆法及花纹搭配使用，严禁肉上带冰带水与变死色的肉品！菜品出现问题，应正确对待和重视，以及及时找出原因，需对制作人员提高对于菜品质量的意识，不断提升菜品的质量。

二：制作产品的出菜顺序 1：对于出菜的顺序应按照单子上时间的先后去制作餐品，对于个别特殊的单子，应及时出品，保证客人的需求. 2：因我店主打经营烤肉类，必须要让每一位客人吃到好吃特色的烤肉，而不窜味，肉部应必须按照前厅烤肉顺序出菜，保证肉的口感和质量。3：中午营业时间段类，主食类较多，汤部对于出菜的速度应在提升，特殊情况高峰期阶段由我来进入厨房制作产品，及时的让客人在相对的时间内用餐。

三：成本控制 1：从食材的保存上入手，合理计算每天的用量和预估第二天进货采购的数量，通过一菜一表来规范的控制使用食材的多少，让每个厨师养成一个成本意识，不浪费是最大的控制和节约成本，对原材料和边角料的合理使用，做到物尽其用！需注意象茼蒿，生菜和豆腐之类保鲜期不是很长的食材定要做到先进先用！ 2：严格监督肉部师傅剔肉的技术及培训。有效的提高每一样肉的成品率 四：厨房卫生以及个人卫生管理 1：定期清扫各部门区域卫生，及死角，墙角，保证无异味。无油迹 2：工作结束后工具用具，工作台

面，地面清理干净。3：每日例会需检查每位厨房人员的个人卫生，如头发，胡子，指甲，工装，进入厨房必须做到工装鞋帽子整洁！

冰箱，排风，葱丝机必须一周一次彻底清洗！2：刀具是每个厨师必不可少的伙伴，合理的保养刀具，可以有效的提高厨师的工作效率和速度，延长刀的寿命 经常磨刀：锋利的刀比钝刀更安全，锋利的刀切东西时，用的力气小，不容易打滑，手也不容易累！

## 左岸香颂·2014年度厨房工作计划

行政总厨——苏强 报：酒店领导

现今，我们的酒店正处于一个竞争十分激烈的市场，这些竞争来自于其它餐饮企业和本地酒店。故创造性和特色性在2014年的餐饮经营中仍然极其重要，酒店餐饮部要形成自己的经营主题和特色，树立自己良好的企业形象和行业品牌。2014是面向市场、不断进取、建立和打造品牌的时候。在这新的年度开始之际，我们的经营务必要立足于开拓进取、勇于创新，不断总结经验，向着创造优质产品、满足顾客需求、创造餐饮名品精品企业方向去努力。

目标计划分解：

1、出品创新：针对中央的八项规定，对餐饮业的直接影响，尤其是像我们这样的中高端酒店损失惨重，同时，这次规定也预示着餐饮业可能要重新定位自己，谋求变革以求发展。首先要有一个虚心好学的良好心态，多走出去学习，多问多学，及时了解本地市场动态，融会贯通，吸收各家之长。这样有利于吸引更多顾客或特定顾客，有利于进行新的市场扩张，有利于降低产品成本、提高利润率，有利于超越竞争对手，有利于增加产品的文化内涵，提升产品竞争力。

3、：每天上午10:30前厅后厨负责人及骨干定时进行沽清单、预订及重要接待进行细节完善，对每天的急推、特别介绍环节沟通到位，对每天餐标安排、套餐的沟通加强。及时地加强对客人反馈信息的正确对待、重视，并以高效的工作效率，良好的心态，虚心的态度不断提升菜品质量，针对上菜快慢、顺序严格把关。

4、能源节约：对每天的水、电、气使用严格合理使用，温缸满水后及时关闭水龙头，菜品走完后立即关闭天然气阀门，人走后及时断电，定时定人准时检查并开关各种开关设备。

5、成本控制：对原材料合理使用，做到物尽其用，量化出品，标准走单，把好验货关，严格杜绝变质变味的食品流入餐厅，协调各菜系对原材料相互配合使用。做好原材料的粗加工，提高出货率，降低成本。专人负责，做好原材料的储存保管工作，这是控制成本的重中之重。

6、设施、设备的安全使用：加强和工程部沟通，定期对设施设备的保养、保修，正确安全使用操作使用设施、设备，下班前全面检查一遍，做到万无一失。

7、厨房五常化管理：运用“五常法”管理对厨房的安全、卫生、品质、效率、形象等进行科学有效地提升，生产高品质产品、提供高品质服务、杜绝或减少浪费、提高企业效率、树立企业形象。

8、厨房消防安全：电器、天然气、水等设备，做到责任到人，要坚决克服麻痹思想和侥幸心理，始终保持着如履薄冰的危机感和紧迫感，警钟常鸣，切实做好安全生产工作。

9、婚宴旺季：在五一，十一两个婚宴旺季期间，我们要有针对性的菜品营销计划，切实做好婚宴包桌质量，做到经济实惠，传统与创新相结合，让宾客感受到我们酒店高档大气的同时，享受到别具特色的美味佳肴。同时，充分利用包桌来

宾人数众多的特征，在菜品上赢得宾客的好评，也是对我们酒店品牌最有力的一次宣传机会。

十、忠诚企业：学会发现美好，学会珍惜现在，学会感恩。

会珍惜，学会感恩，美好的生活就在身边。生活中并不缺少美，缺少的是发现美的眼睛和心灵。

工作中也是如此，也许我们会抱怨工作的繁重，也许我们会抱怨薪水的多少，也许我们会抱怨工作环境，也许我们会抱怨同事关系的冷漠，停止抱怨吧！至少我们还有一份工作！比起那些失业下岗的人们，工作着的我们就是最幸运的！

让我们学会感恩吧，感恩给我们大家创造就业机会的老板，感恩对我们要求苛刻但期望我们成长更快的上司，感恩与我们朝夕相处的每一位同事，感恩在身后默默支持我们工作的亲人们，珍惜我们现在所拥有的一切，学会感恩，你就是最幸福的！

十一、工作态度：对自己负责，对团队负责

我们选择了左岸，就意味着选择了她的全部，包括她的企业文化，她的人际关系，她的优点和缺点，我们不可以只去埋怨她的不足，而不去考虑她的优点。否则，工作对于你来说只能是种折磨，相反如果你对酒店充满了爱时，你会发现有那么多别的酒店不具备的优点，你就会尽自己最大的努力去克服酒店的缺点。那时，酒店的管理越来越完善，效益越来越好，我们自身也会得到成长和收获！有一句话叫“凡事归因于己”，我们对人对事只要能保持一颗平常心，遇到问题先检讨自身不足，再诚恳向他人建议，我想这个团队就不会有冲突、争端、抱怨和指责。

## 厨房个人工作总结篇六

学院(系):

班级:

学号:

姓名: 20\_\_年7月10号, 我开始了我的暑期社会实践。实践内容和我所学的注册会计师专业关系不不太相符, 但是毕竟都是服务类的, 我认为不管是在哪方面实践, 关键是要达到锻炼的目的。

在餐厅里, 别人一眼就能认出我是一名正在读书的学生, 我问他们为什么,

他们总说从我的脸上就能看出来, 呵呵, 也许没有经历过社会的人都有我这种不知名遭遇吧! 我并没有因为我在他们面前没有经验而退后, 我相信我也能做的像他们一样好。我的工作是在那做服务员, 每天9点钟-下午2点再从下午的6点-晚上10:30分上班, 虽然时间长了点, 但热情而年轻的我并没有丝毫的感到过累, 我觉得这是一种激励, 明白了人生, 感悟了生活, 接触了社会, 了解了未来。在餐厅里虽然我是以点菜上菜为主, 但我不时还要做一些工作以外的事情, 有时要做一些清洁的工作, 在学校里也许有老师分配说今天做些什么, 明天做些什么, 但在这里, 不一定有人会告诉你这些, 你必须自觉的去做, 而且要尽自己的努力做到最好, 一件工作的效率就会得到别人不同的评价。

首先, 我深深地体会到”态度决定一切”这句话的含义。因为曾经第一次做服

务员时, 没能适应当时的工作环境, 不讲究说话技巧, 最终得到较糟糕的结果。而看到周围的“老江湖”们将自家产

品夸大优点，回避缺点，忽悠顾客，这种唯利是图，尔虞我诈，顿时对现实社会失望和气愤。然而再次干服务员，我似乎成熟了许多，能客观理性地看这个问题。第一，产品质量问题在于厨师配菜师而非服务环节，作为服务员，应该提高服务水平，掌握交谈技巧，从饭店利益角度出发做好服务工作。第二，服务员人员应该相信饭店，真诚对待顾客，尽全力为顾客做好服务工作。有了积极的态度，我的工作就变得充实而快乐而不是以前那样偏激。总之，我在服务员的过程中尽量让顾客满意，把快乐传递给他们。

什么都不懂，看着周围没什么文化的同事都精明能干，我很自卑，甚至怀疑多年来为教育付出的时间，经历，金钱是否值得。然而朋友的一席话让我茅塞顿开。我分析了失败的原因有以下三点：首先，服务员不是我的强项，我也未经过专业培训，更没太多实际经验，而且社会阅历少，和各类人交流过程中把握不好对方心理。其次，我和那些在社会上打拼的人的差距也许就在于此：他们早经历了我今天才遇到的挫折和困难，相比之下，我还是不成熟。而且社会角色不同，生活压力不同，对自己的要求也不同。这份工作对于他们来说也许是一家人生活的保障，也许是还贷的需求，也许是子女教育的来源，而对我来说却是对社会的初探，当然我没有那样大的动力。再次，我对业务不熟悉等这些客观因素。分析了原因之后，我便下定决心尽自己最大努力去弥补差距。我便虚心向同事请教，取长补短。而且时刻进行积极心理暗示，及时调整心态不急不躁。在短短两天里，我觉得自己像变了个人似的，自信多了，干起活来也如鱼得水一般。我这时意识到，要永远坚定地相信自己，因为我还是有很多优点的，比如态度端正，做事认真负责。

我在这份服务员工作中积累了很多服务员实战场上的服务技巧，这都是自己

在无数的消费者的问题面前一点点摸索出来的。

起初在饭店当服务员时，我对饭菜的认识还停留在食用上，为了作好服务员

工作，我逼着自己了解和喜欢服务生活，明白了一些菜系的著作原理，现在已经能回答出顾客提出的各种问题了。在服务员方面经验方面，饭店服务员，比的就是耐心与合理的讲解，说其所用，也就是投其所好，需要在服务员语言方面下功夫。

实践，就是把我们在学校所学的理论知识，运用到客观实际中去，使自己所

高，我们不只要学好学校里所学到的知识，还要不断从生活中，实践中学其他知识，不断地从各方面武装自己，才能在竞争中突出自己，表现自己。

在学校，只有学习的氛围，毕竟学校是学习的场所，每一个学生都在为取得

情，做一个对社会有用的人。我在这份工作中得到了许多体会与心得，或许每一个人会把在每一份工作中的酸甜苦辣自动转换成对这份工作的抱怨连连，但是我真心的面对了这个工作。我相信这是我人生中的机会与经验，是一本永远都要努力学透的课本。

在实习期间最重要的是，通过工作我体会到了父母的艰辛，他们为了我们付出的远远不是我们能想象得到的！仔细想一想，父母为了我们付出了多少。短短一个月的暑期实践让我从中学到了好多的东西，这些都是从书本中学不到的。在实践中我才体会到，原来自己知道的，懂得的东西真是太少太少了，正所谓是：书到用时方恨少啊！觉得自己其实就像是一张白纸。通过这次社会实践，我不但认识到自身的不足，也学到了一些东西，待人接物，为人处事等等。并且丰富了自己的知识面，拓宽了自己的视野，锻炼了自我，强化了自



我。所以我们 要想在这个社会立足，要想适应这个社会，我们必须不断的壮大自己，不断的努力，这样才不至于被这个竞争激烈的社会淘汰。

## 厨房个人工作总结篇七

一年的时间马上随着地球的转动画上了完美的句号，在这一年里，接受了国家四级公共营养师的培训，前赴全国各地的厨艺的交流，和中国的科学家面对面的学习，取得了实质性的成果。在厨房间，和师傅们学习烹饪的工作流程和餐饮的基本知识，和同事们探讨工作的上不足。

在20xx年这一年里，个人的交际上迈出了主动与人沟通，也愿意和别人交流自己的内心感受和对某个问题想法。实际操作上，熟悉了各个工作流程，工作细节。在工作速度上比前一年有了明显的提高。取得成绩的同时，也带来了一些工作上的不足，比如：人际关系上面临共同语言的缺乏，没有一个闪光点去吸引别人，工作上细节上还要需注意，反应能力还要进一步的加强。实践操作上更要拿出胆识和魄力来去突破还停留在原来的工作层面上。展望20xx年，对于个人而言，做出以下的办法来解决今年工作上的不足。

食品安全问题是当下中国老百姓所关心的’话题，做好食品安全卫生工作是做一名厨师义不容辞的责任[]20xx年，食品卫生，餐具卫生，食品储存会按照一定的工作要求落到实处，至于厨房的卫生包干区，我会采取具体的办法保持整洁干净。

个人卫生方面，将会养成良好的生活习惯，培养自身的身体素质，做到“四勤”：勤洗头，勤理发，勤洗澡，勤剪指甲。在此基础上，要勤洗手，勤洗衣物。个人卫生和食品卫生实行良性的互动，有助于降低食品安全问题的发生风险率。有助于提升部门的形象和素质。有助于推动中国的食品安全向着一个科学，健康的道路去发展。

菜肴的出品工作，是实践操作工作的重中之重，保证菜肴的分量，数量，质量根据工作要求来确定，保证出菜顺利不乱套，按照正确的出菜顺序把菜肴出品出去。保证调料不多领，不少领，以满足师傅们烧菜的需要。领料时间控制在一定的范围内，一次性领完。大单期间，领料比平时要多领，淡季时间，库存要保持平时状态。保证小料满足烧菜师傅之需的同时，小料的新鲜度要给予保持。

菜肴的制作工作，明年我会深入基层学习一些基本的烹饪技法，融合自己平时学习的理念和知识，和大家一起交流和分享。

在今年学习营养学的同时，忽略了良好的人际关系的建立，是我今年工作中最大的遗憾，而这个遗憾会在20xx年一年里得到解决。

在分配菜肴的过程中，不然避免与师傅们出现意见分歧的情况。那我们要把握处理问题的一个基本大原则：“先解决问题，后追究责任，不计较，不抱怨，及时发现问题，及时处理问题”。在工作以外的人际交流方面，在原有的基础上做出突破，积极建立良好的人际关系沟通平台。

成果分享：

愿意和大家交流一些共同的话题，分享好的一些食材。在身体保健方面做出积极交流和探讨。

兴趣爱好：

会和大家培养共同的兴趣爱好，比如：唱歌，旅游，逛街购物，穿着打扮，体育活动。

户外活动：

会和大家交流聚餐，邀请老同事去自己的家乡游玩。

20xx年是一个取得成绩同时又留下遗憾的一年，我实现了理想成功的第一步：得到了老师们的培养，得到了领导的帮助。我会以实际行动来感谢他们，用学习的知识来解决自身存在的问题——人际关系问题，是我今年留下的最大问题。