

食品周记心得 食品销售员周记(模板8篇)

培训心得是我们在培训中的一份总结报告，可以让我们更好地反思自己的学习效果。欢迎大家阅读以下实习心得范文，希望能够给予你们一些启发和帮助。

食品周记心得篇一

平时在家里晃晃荡荡没事干，觉得日子过得好慢好无聊。而在公司里，就完全不一样了，每天紧张的工作状态，完全没有时间考虑其它事情。于是不知不觉的，就发现原来我短暂的一个星期又过去了。这一个星期的经历却是实实在在的，就感觉自己每天都在进步，每天都能够接触新的事物，一点一点的吸收进去。初踏社会便有了很深的感受，正应了那句话：社会是一所最好的大学。果然没错。

食品周记心得篇二

第一周进公司，调整好心态，积极面对新的一切。需要对公司有一个全面的了解，各个部门的分工。我需要干什么，我的工作内容是什么，要虚心接受老员工的传授。多跟部门同事交流，多向师傅学习。刚开始要多认识人，多跟人搭交道，更好的熟悉公司。同时要避免迟到早退。

通过第一周的实习，了解了公司的发展状况，基本熟悉公司员工，厂长也说我不需要在一个地方呆太久，需要多跑多看多听。了解到旺季抓生产，淡季也需跑市场。还需对市场，和其他竞争对手做进一步的了解。更好的服务公司。

不足：做事情需要再细心一点。

第二周

了解面包，糕点生产线的流程，和质检的大体步奏，多去生产线转转。因为烘焙和油炸不属于同一工艺，稍有不同。需要更进一步的区分和了解。需要多跟师傅沟通。很多东西有些许差异与区别，需要用心学习。

烘焙于油炸的两个车间里，不同的产品有不同的工艺与生产流程，这一周学习学到了很多，也慢慢适应了生产线的工作。也对生产工艺有了一定的了解和认识。开始能够融入这个集体当中，感觉很好。

第三周

能更好的监督生产线的流程，产品的质量，要学习添加剂的使用方法与它的国家规定指标。充分学习质检室的工作步奏与详细参数。这周还需要把厂长给的资料看完，以便更好的了解产品。

第四周

这一周需要出去跑销售，××市内是××××糖酒市场，还有临夏，定西等其他地县城市走流通和超市。要学会销售的一些心得与常识。销售的根本就是坚持你所代理的销售产品是全中国的好的。本着这个理念去和顾客协商谈单。

这一周不太容易，跑了很多地方，有许多地方还不需完善，我需要进一步加强口才。同时也认识到销售是企业最重要的组成部分，它是创造企业利润点的关键所在。

第五周

这一周还是有成就感的，跑成功两单，有了一些心得，做销售要以厂家为根本，要更好的了解这个产品的生产成本与质量和生产工艺，在与其他厂商的产品做比较，能有助于工作，心里有底也能更好的去做销售。同时要有一定的配套语言，

把有的点要能说出来。

第六周

这一周是最后一周，厂长让我在厂里呆着，让我能有更多自己的时间多体验下厂里的生活。基本没什么任务了。希望通过这几周的观察，能给厂里提出些更好的建议，让厂子的生产更好，生意更好。

在生产线上一定要认真，公正，全心全意的工作，不能牵扯人际关系，要为企业负责，要为消费者负责。一定要有一定的底线，你就会做的很好。要更好的关心厂里的工人生活，细心观察。只有调整好工人的心态与积极性，质量才能上去。最后觉得能有这一次的经验感觉真好。

食品周记心得篇三

作为食品营养与检测专业的大学生，我很荣幸能够进入食品营养与检测专业相关的岗位实习。相信每个人都有第一天上班的经历，也会对第一天上班有着深刻的感受及体会。尤其是从未有过工作经历的职场大学们。

头几天实习，心情自然是激动而又紧张的，激动是觉得自己终于有机会进入职场工作，紧张是因为要面对一个完全陌生的职场环境。刚开始，岗位实习不用做太多的工作，基本都是在熟悉新工作的环境，单位内部文化，以及工作中日常所需要知道的一些事物等。对于这个职位的一切还很陌生，但是学会快速适应陌生的环境，是一种锻炼自我的过程，是我第一件要学的技能。这次实习为以后步入职场打下基础。第一周领导让我和办公室的其他职员相互认识了一下，并给我分配了一个师父，我以后在这里的实习遇到的问题和困难都可以找他帮忙。

一周的时间很快就过去了，原以为实习的日子会比较枯燥的，

不过老实说第一周的实习还是比较轻松愉快的，嘿嘿，俗话说万事开头难，我已经迈出了第一步了，在接下去的日子里我会继续努力的。生活并不简单，我们要勇往直前！再苦再累，我也要坚持下去，只要坚持着，总会有微笑的一天。虽然第一周的实习没什么事情，比较轻松，但我并不放松，依然会本着积极乐观的态度，努力进取，以最大的热情融入实习生活中。

虽然第一周的实习没什么事情，比较轻松，但我并不放松，依然会本着积极乐观的态度，努力进取，以最大的热情融入实习生活中。

想不到的收获，只有自己想不到没有做不到。

第二周实习快结束了，来这里有一段时间了，虽然同事们都很好，工作也轻松，对工作的环境有一定的了解，但真正在这里生活了，还是会觉得有些不适应。与当初想象中的职场状态似乎有些差距，我相信我会适应职场生活。

不知不觉进入了实习的第三周，生活还在慢慢的适应，每天按部就班的工作。除了学习岗位相关的业务知识，我还加强大学食品营养与检测专业相关知识与自己岗位相结合，努力让食品营养与检测专业相关知识应用到实际工作中。实习不想在学校，很多工作遇到的'很多问题都只能自己钻研，不过好在有很多资料可以查，大学里学习的食品营养与检测专业相关知识能够帮上忙，也不枉大学的学习。不懂时就查查资料，也培养了自学能力，同时了解许多相关的知识，一举多得。

经过2个多星期的正式实习工作，我已经慢慢适应这样的作息和工作方式了。以前在学校的时候，有时候偷懒或者身体不适，就会请假或者逃课，老师也会很理解很包容我们这群他眼里的“没长大的孩子”。但是现在开始上班，同事中没有人再会把我们当成孩子，也不会像老师那样宠溺和包容我们。

不管是谁，迟到都是会受到领导的批评。所以每天早上都不敢偷懒，准时起床去上班，有时候为了不迟到，不吃早饭都是常态。为了给大家留下好的印象，我都要提早去办公室，把办公室清扫一下，再给大家打上热水。虽然都是一些微不足道的小事情，但是也算是给这个办公室做出的一些贡献。

第三周实习快结束了，我相信下个星期我能做得更好，每天进步一点点。

这周头一天星期一，我终于接到实习以来的第一个真正的工作任务。虽然在这儿实习了快一个月了，但是工作的内容无非是协助同事，帮帮忙，打打杂。大部分的时间都是闲着的，我的师父今天终于分配给我第一个工作任务，我充分利用了大学里面学习的食品营养与检测专业相关知识，把第一个任务圆满完成。师父说，通过他的观察，说我态度积极，并且耐得住性子，已经初步通过了他的考验，所以分配给我一个工作任务，对我进行进一步的考验。

这个看似简单的工作任务就是耐心和细心，一个小小错误就会导致所有的错误。我想说，师父，我准备好了，我会认真完美的完成这个任务的，一定不会让您失望。

接下来几天，开始正式接手相关工作，因为是新人，所以在实际执行过程中有很多的缺陷与不足，还好有师傅的指导，我顺利地完成了工作任务。几天的实习加学习使我深刻感觉到，以前自己对课本的知识掌握的不够透彻，也不能很好的将理论与实际相结合。感觉有很多东西要学习，所以总是感觉时间不够用。因此，我给自己制定了一些计划和目标，首先了解现行的一些规范、看食品营养与检测专业相关书籍、学会熟练使用办公软件，掌握工作方面的细节问题，努力提高自己的工作修养。

转眼之间，实习已经过去了一个多月。经过几天的忙碌，终于完成了实习以来的比较大工作任务，而且是比规定的时间

提前了一天。为了确保这个工作任务完成的更加完美，我对任务的各个环节进行了不下十遍的检查，确保不出现一个错误。

星期三的早上，因为紧张又因为兴奋，很早的就跑去上班，将做好之后的数据放在师父的桌子上，等待师父的检查。在等待师父到来的这段时间里，时间好像变得特别慢，每一分钟都好像在跟我作对，就是过不去的感觉。后来师父终于来到了办公室，我假装镇定的跟师父说，任务已经做好了，放在你桌子上了。师父只是微微的点了点头，说，知道了。这多少有点让我失望和担心，师父完全没有说什么时候会去检查，也没有布置给我下一个工作任务。之后我又再次陷入了无所事事的工作状态。

在空闲时间，结合食品营养与检测专业，我努力学习与岗位相关的知识，为以后的工作打下牢固的基础。要多想多思考多问、多问why对知识要学精学透，不能广而不精。最重要的是建立起自信，相信自己。给自己准确定位，并朝着这个方向不懈努力。记得一定要言出必行，说到做到！

这一周，我开始深入学习与自己岗位相关业务知识，得到同事的帮助下，我先从规范下手，就是熟悉下当前食品营养与检测专业行业方面的规范，再就是记各种工作相关的必备知识。经过两天的苦研，我终于能基本看懂结构施工图了。经过前期实习后，我大概了解了整个工作程序。今天我开始正式参与部分核心工作了，师傅给我布置了一个任务。大学里面学习的食品营养与检测专业的知识能真正得到实际应用，我很高兴，这是他对我的一次考验，同时也给了我一次机会。因此，我要尽力做好它。

工作过程我得出了一些体会：我工作过程要相信自己，如果做不到这一点，你就无法成为一个好的职员或者好的领导。一个相信自己的人，才会在走路时神采飞扬，让老板看上去你有无穷的精力；一个相信自己的人，才会在待人接物时落

落大方，这一切能帮助老板培养对你的信心，必要时才会委你以重任。你怎么对待别人，别人就会怎么对待你。在工作中，要待人如待己。在你困难的时候，你的善行会衍生出另一个善行。在别人遇到困境时，热情地伸出援手。在职场上，尽可能地做一个与人为善的好人，这样，当你在工作上不小心出现纰漏，或当你面临加薪或升职的关键时刻，可尽可能减少别人放冷箭的危险。

今天指导师父说十分钟后让我和陪他一起去其他单位参观学习，让我带上笔和笔记本，他还跟我说了一句，“上次的那个任务完成的很漂亮，圆满达到了我的要求，我很满意。”他还表扬我食品营养与检测专业相关基础知识非常扎实，是他见过食品营养与检测专业学生中动手能力比较强的学生。当时我差一点儿兴奋得尖叫出来。几天的努力总算我的努力没有白费，没有什么能比得上得到师父的认可更加让我激动了。

通过这段时间的了解，原来师父并不是看上去那样一个不起眼的人，听同事说了很多他厉害的事迹，如果能从他身上学到东西，对我这次实习所得和以后的职业发展之路一定有很大的帮助。在外面的路上，师父说，这几天我的任务就是在上次的基础进行扩展。

本周我总结出：在职场上取胜的黄金定律之一便是要有责任心，凡事尽力而为，并且要任劳任怨。在工作上，永远不要试图去敷衍自己的老板。有人曾经访问过许多在事业上功成名就的人，他们一个共同的特点便是，在工作上投入的时间及精力，远远要比工作本身所要求的多。我相信我能做的更好。

食品周记心得篇四

第一周

第二周

上星期终于把糖度的事告以段落，这星期的主要任务便自然而然的落在了卷封这一块了，从此“死猪不怕开水烫，难道我还不如头死猪？”这句话便成了我的口头禅。我的学习任务主要分为三块，第一，得把中心温度为85至93未封口的奶液从每分钟500罐的输送带上取出，（一瓶每小时）这需要一定的平衡感与不怕烫的精神，刚开始练习时，心脏一直处于一种激烈的震荡当中，手伸出了又回回了又伸，始终处于犹豫阶段，也许这就是所谓的本能吧！不知道是不是本人天生平衡感强呢还是…反正经历了上刑场般的心里磨练之后竟然一次性成功，以后每拿每中，连边上的师-父也夸我悟性高。第二块是在牛奶经卷封后，按其对应的轧头拿出六罐，其卷数还是每分钟500罐，也许这世界总会有点什么是与你相克的，也不知道是为什么，反正不管用什么方法我还是不敢拿，唉，真是冤家路窄啊！也只得把希望继托在以后了！第三块是对于拿出的这六罐编号检测，测量工具要用到螺旋测微器、游标卡尺和锤子。测量的项目主要有卷边宽度、卷边厚度、罐体高度、盖勾、身勾等，测罐中最难的便是拆罐了，拆罐时首先在底部敲道口子，然后沿着裂口撕一到两圈直至剩底盖与罐身相搭的部分。经过了一次又一次血的教训之后总算是学得差不多了！一星期的.劳动成果，不多也不少，但还是得在以后的工作当中不断的磨合才是…再接再厉吧！

第三周

第四周

我想我终究是幸运的，因为我来到了旺旺，它好比一颗酒药，而我便是那盘大米，我不求能成为茅台，只愿我能为世人送来香醇…如今，它倾其所能的酿造了我，而我却即将离开，请不要怪我的无情，这只是一个学子的无奈之举，就好比我爱父母但终将得离开他们而奔向社会…站在大门的尽头，只想看一眼，再看一眼那熟悉的道路，那每天来回的身影，以

后便只剩记忆的脚步了！

食品周记心得篇五

今年是我人生中不寻常的一年。因为今年我即将离开学校拥有新的开始和新的目标。**有限公司给了我一个把理论运用到实际的实践机会。在我工作的这段时间同事对我关怀备至，时常给我鼓励和帮助。下面我这几个月实习期的实习报告。

一、工作收获

在这几个月，我作为食品质量检验员，认真学习公司质量管理控制流程，根据岗位职责的要求主要有以下几点收获：

1、原材料的安全检查

我严格按照公司管理要求，做到不漏检，不少取。

2、成品检验

检验工作是一项精细的检验过程。“细节决定成败”，在试验的过程中我本着严谨的工作态度做每一项试验。目前我已掌握了所有原材料的检验方法及步骤。这要感谢我的师傅及我的同事们，是你们教会我了这些。

3、数据处理

在记录数据时我本着“务实 求真”的原则对每一个实验数据进行记录、总结以及上报。做到无误报、谎报。

二、实习感想

1、态度决定一切

工作时一定要一丝不苟，仔细认真。不能老是出错，有必要时检测一下自己的工作结果，以确定自己的工作万无一失。工作之余还要经常总结工作教训，不断提高工作效率，并从中总结工作经验。虽然工作中我会犯一些错误，受到领导的批评，但是我并不认为这是一件可耻的事，因为我认为这些错误和批评可以让我在以后的工作中避免类似错误，而且可以让我在工作中更快的成长起来。在和大家工作的这段时间里，他们严谨、认真的工作作风给我留下了深刻的印象，我也从他们身上学到了很多自己缺少的东西。

2、善于思考

岗位的日常工作的比较繁琐，而且几天下来比较枯燥，这就需要我们一定要勤于思考，改进工作方法，提高工作效率，减少工作时间。

3、不断学习

要不断的丰富自己的专业知识和专业技能，这会使我的工作更加得心应手。

一个人要在自己的职位上有所作为，就必须要对职位的专业知识熟知，并在不断的学习中拓宽自己的知识面。我就像一张白纸，刚进公司纸上一个字没有，到现在，纸上工整的写满了字迹。离开学校，单位是我的第二课堂。学无止境，工作是另一种学习方式。经过几个月在化验室的'学习，现在我已达到了正式员工的工作水平。

食品药品安全问题是人民日常比较关心的问题之一，世界各国和中国都把食品药品安全作为工作的重点，也在这个领域做了很多指导和监督工作。利用暑假期间我加入了xxx区农产品安全检测中心的队伍，通过近一个月的学习工作，基本了解农产品质量安全检测中心的工作，熟悉了实验室的管理和仪器的维护、保养，以及农产品质量安全检测技术的要点。

中心主要工作

作为农业局附属单位农林技术推广中心的一个部门，检测中心工作的开展是在上级的领导下，按照上级有关部门的要求完成既定任务。由于该中心是非营利性政府机构，所有费用都是由政府支付，所以在实验过程中要用到的材料都必须要先写报告申请经费获批准后再开展检测任务。作为区级的检测中心，所有任务的开展都要与镇级农办联系以确保工作的顺利进行。当然中心也要担当技术推广的重任，为下一级提供技术学习的平台，达到工作双赢的目的。

实验室管理和维护

检测中心作为一个精确度要求较高的实验室，它的管理是比较严格的。非实验人员不允许进出实验室，实验员进出实验室要锁门。进实验室前要换拖鞋并穿上实验服，实验员进行检测时必须带上防护口罩和手套以确保人身安全，必要时开抽风机保持室内空气清洁，所排出废气是通过除毒处理。实验仪器和实验试剂由实验员定期检查，确保实验仪器的正常运作和试剂质量符合实验要求。实验室内部的清洁卫生必须由实验员负责以保证实验器材完好，实验废品统一严格处理，实验室外部的清洁卫生由专人负责。作为实验员对实验结果要保密，实验结果上送有关单位并保存实验样品以备复检的需要。

一个完整的检测程序包括：样本的采集，样品预处理，样本的存储，提取样品中的被检物质，被检物质的测定，结果分析等步骤。

样本来源主要有两种方式：一是有关单位、市场、基地或者个人向检测中心送样本；另外一种就是中心派人到一般市场、超市、批发市场、基地等采集样本。样本的采集依据分地区随机原则，尽量使样本检测结果更加符合实际情况。检测样品对样品负责是检测的原则，所以所有样品都要贴上标签，

记录采集的地点、时间、样本名称等池塘水样还要记录联系人。采集样本要经过一段时间才可能送回实验室，所以要要在样本箱里加几个冰袋保持样本新鲜。

根据不同检测对象，样本的预处理各不相同。农药残留的处理是比较简单的，剪2克菜叶就可以了，当然剪出来的菜也要讲究的，不能太粗也不能太细，而带有很重气味的菜如葱、蒜、韭菜、芹菜等就不能剪细取整棵检验。兽药残留的预处理，鱼取脊背肉，猪通常取猪肝，而鸡就取鸡肝，所有样品都要及时处理，搅碎后分别装进对应的样本瓶并放进冰箱冷藏保存。

样本的处理，根据实验原理农残的测定用有机提取液提取有机磷等农药，然后用胆碱酶与提取物反应，最后加上显色液和底物液这样就完成样本处理，可以进行检测。鱼、鸡、猪样品提取步骤比较复杂，总的来说是利用兽药溶于有机溶液的原理，通过振荡、冷冻离心、吸取上清、吹干、再溶解、振荡、离心、取上清等步骤，然后利用酶联吸的原理检测。

检测和实验结果的分析通过实验仪器和电脑系统即可获得，所检测到的结果要保存好，对于检测阳性的样本必要时要复检一次。

踏出校园走进社会参加实习，不是用三言两语就可以概括实习收获，社会的大课堂是纷繁复杂要学习的知识是在太多了。工作时遵守工作纪律，与同事融洽相处是基本的要求。作为实习生还要积极肯干，同时要放下所谓的面子，不懂的地方要问个究竟踏踏实实地学习，接受新事物时要有很强的求知欲，力争更多的动手机会。

不能不提的就是实习期间我真正懂得了要珍惜在学校学习的时光，一方面不要认为学习没用，因为以后要用到什么知识还是未知之数，离校工作的人都会有书到用时方恨少的感慨；另一方面，走出社会你的同事绝大多数都不是你的同龄人，

你要学习怎样去融合他们做到妥善处理人际关系。

得益于实习期间的采样，走了很多地方，较为深入地了解了南海区的发展现状，尤其是农业方面的发展情况和南海区农产品质量安全的情况，对于以后的就业前景也有一定的认知。

食品周记心得篇六

第一天什么也没做，办理了入职手续，熟悉工厂，对陌生环境有些不安。

慢慢地开始习惯了一个人上下班的感觉，少了一份以往的嘻嘻哈哈，更多的是对于责任的思考，多么奇妙的感觉，也许这正是成熟的预兆吧！因为对于实际操作还不是很熟练，主管暂时也没给我安排什么任务，还是继续把我留在前段学习，而我则把自己学习的重点放在了糖度的测定与充填卷封这两块上。说句心里话，刚来时我觉得测糖度简直就是小儿科，毕竟在学校时早已滥熟于手了，真是不测不知道一测吓一跳，开始还以为是这糖度计质量不行呢，测定时画面模模糊糊的，怎么也找不到界线点，后来经主管的说明才知道原来是因为牛奶中所含物质成份过多，所以检测时干扰性很大。而在学校时我们一般都是检测的果汁或糖浆，其物质成份相比就少得多了，所以看起来特别清晰！对于糖度，我们的主要任务是测定出调配时奶液的糖度，使其固定在一定范围内，当奶液到达充填区时糖度为一标准值。若糖度过高便按相关比例加水，过低的话便按比加料！一旦检测失误，其对品质的影响将是无法估量的，从此我的身影便往反于调配于充填之间，现在熟能生巧这个成语我是相信了，经过这几天的努力总算测定起来心中有数！心里开始升起一股莫名的自豪，同时也暗暗地告诫着自己一定要再接再厉…还是那句话“吃得苦中苦，方为人上人”。

上星期终于把糖度的事告以段落，这星期的主要任务便自然

而然的落在了卷封这一块了，从此“死猪不怕开水烫，难道我还不如头死猪？”这句话便成了我的口头禅。我的学习任务主要分为三块，第一，得把中心温度为85至93未封口的奶液从每分钟500罐的输送带上取出，（一瓶每小时）这需要一定的平衡感与不怕烫的精神，刚开始练习时，心脏一直处于一种激烈的震荡当中，手伸出了又回回了又伸，始终处于犹豫阶段，也许这就是所谓的本能吧！不知道是不是本人天生平衡感强呢还是…反正经历了上刑场般的心里磨练之后竟然一次性成功，以后每拿每中，连边上的师父也夸我悟性高。第二块是在牛奶经卷封后，按其对应的轧头拿出六罐，其卷数还是每分钟500罐，也许这世界总会有点什么是与你相克的，也不知道是因为什么，反正不管用什么方法我还是不敢拿，唉，真是冤家路窄啊！也只得把希望继托在以后了！第三块是对于拿出的这六罐编号检测，测量工具要用到螺旋测微器、游标卡尺和锤子。测量的项目主要有卷边宽度、卷边厚度、罐体高度、盖勾、身勾等，测罐中最难的便是拆罐了，拆罐时首先在底部敲道口子，然后沿着裂口撕一到两圈直至剩底盖与罐身相搭的部分。经过了一次又一次血的教训之后总算是学得差不多了！

食品周记心得篇七

实习应该是每个大学生迈向社会的第一步。从理论向实践相结合的阶梯。这次实习是我第一次正式的实习，第一份正式的工作，所以第一天(5月14日)我非常早滴就向康师傅控股的顶园食品有限公司出发了。带着憧憬，坐上了轻轨，一开始以为公司在牛角沱，我们到牛角沱，发现没有找到，此时，庞老师正好打电话过来，告诉我们在大溪沟。最终到达了实习单位：康师傅顶园食品有限公司。

刚进公司办公室时，感觉人也不多，并不是像电视上面的一样那么多，那么整齐。公司布局分成了3个部分，每部分大概有十几个人。带着一丝的胆怯和兴奋和李所长介绍了一下我们。李所长叫来了直营的主管陈姐，让我跟着她学习。然后

我就跟着她来到了3个部分中的一部分(直营部)，向陈姐说了一下我是重庆理工大学的实习生，她拿着公司的订货单让我坐到她身边，当时我就没那么紧张了。按类别陈姐给我介绍了公司的主要产品种类及产品的规格，产品主要分为3+2、酥松、蛋卷、夹心球、妙芙蛋糕等系列。每个系列又有好多规格的产品，又分为不同的重量、不同的口味，形成差异化，满足不同的消费者。大致熟悉了一下公司的主要工作流程。主要是理货员上货、理货、统计缺货。然后公司订货，我们在办公室就是统计一下，各个超市的订货，统计规格、数量。大致熟悉了流程之后，陈姐也没给我安排更多的工作，我就看了一下大家都在干吗，基本上都在处理各种单据。有企划部门，专门搞策划，搞促销。另一个部门是经销部，对象是经销商，各个其他的中小型超市，比如我们学校的擷智超市就是他的直接对象。

今天的所见所闻使我对销售的理解更深了。公司直接面对终端客户，比如直接为超市提供上货、理货、整货。替代率超市的员工的一些智能，为超市和顾客提供了更好的服务。方便了超市和顾客，大超市先发货然后付款。企划部门帮助超市做活动，促进超市内产品的销售。增加销售额，给超市带来更多的利润。从终端促进销售，而不是仅仅把货物从公司向超市的库存转移，促进消费者消费。使我跟好的理解了快消品的销售理念，和销售方法，更了解了什么叫真正的销售。

第二天6点多就起床了，到那儿的时候办公室的门都没开。今天蔡姐让开始让我尝试着处理订货单，统计沃尔玛订货的规格和数量，然后把数据填在公司的订货单上面，以便发货。下午就是把这也订货单统计在一个一表通的程序上面，自动生成各个超市订货的规格、数量、单据、总金额等数据。

今天我学到了跟多。经销那边和我们这边稍微不同的是，经销商先付款后发货，而我们直营这边先发货，后付款，所以我们这边要后面追款。在处理单子的过程中，我发现各个部门都是相互联系的，并不是单独的。比如说我们这边订货的

多少，和企划部门的活动有紧密的联系。企划部门做活动效果明显的时候，我们直营这边的订货量就越大，成正相关。而企划部做活动也离不开直营部门，直营部门的理货员负责实施促销，理货员的执行力度直接影响活动的效果。而且活动的执行及策划都离不开财务部门的支持。每个部门内部的团队，各有各的职责和分工，相互合作，相互协调，把部门内的工作做完。各个部门积极的沟通和合作，有条不紊的进行，增加销售额，增加公司利润。

第三天和前两天一样，所在开了个早会，所有人员站起来喊公司经营理念，团队精神。报告今天的考勤、工作安排。然后各个部门开始紧张而又有条不紊的工作。所长今天让我准备下有关office的知识，让我和他们讲解一下大致的批量处理数据的方法，提高他们工作的效率。当时我就好开心觉得终于有用武之地，有发挥的地方了。下午主要是看着蔡姐坐拿个6月份的销售预估，练习了下一表通。还有5月份(上中下旬)的预估及达成情况。

今天我发现书本上学习的知识和现实中的差距并不是很大。一个团队的要善于发挥，引导、控制等功能。必须有专业技能、知识技能、沟通能力，用人之所长。善于发现员工的优势，知人之长。通过引导、安排来发挥他的长处，这样才能提高工作效率。通过培训来挺高员工的综合素质，有敏锐的眼光善于抓住机会，利用机会，发挥团队的优势，合作的力量。使团队的各个员工和谐、合作。形成壹加壹大于贰的力量。给员工明确的任務，明确奖罰制度。做好配額工作，根据员工的能力公平的进行配額。而且要留有余地，尽量有一个可以回旋的余地。我觉得做事情要提前进行计划，留有回旋的余地，这是今天学到的最重要的一点。

在办公室里就这样做了10天左右的单据处理，基本上把这些都能独立完成了。到5月24号的时候，陈姐安排我跟着钟姐去超市学习陈列。在车上钟姐和我聊了会家常及公司里的一些不满。钟姐比较内向，不善于表达，但是主管陈姐比较外向，

声音高，嗓门大，说话比较直。钟姐说平时工作挺累的，但还是尽心尽力的完成了，有时候甚至做到晚上才回来。但是还是达不到陈姐的要求，经常被骂。平时还要帮业务代理处理完订货单，排好货之后才能去超市理货。而办公室里的业务代理平时早早简单的处理了单子就下班了。而且工资待遇不一样，自己才1000多点。而业务代理竟然3000多元，平时还要受莫名其妙的气。从心里上不能接受，所以决定辞职。但是当天钟姐还是认真负责的把我带到超市，给我讲一些陈列的基本知识，比如说陈列的原则。公司规定，产品的正面要正对走廊，而且有赠送等标识也必须放在靠近走廊的地方。货物要按系列放在同一列，或者行，以便顾客购买。货物摆放要按先进先出的策略，先进指前面没有卖完的老产品，这次放的产品放在上次没有卖完的产品的后面，顾客购买的时候一般都是先拿前面的，防止老产品的堆压，产生临期品或者过期产品。

这天可以说学到了很多做人做事的道理。理论和实践慢慢的结合了起来。首先现在是信息社会，沟通起着至关重要的作用。做人要有认真的态度，己所不欲勿施于人。认认真真的做好自己的本职工作，出现问题时，从自身找原因，找缺点。与相关的人员主动沟通，请教别人指出自己的缺点。虚心学习，接纳别人的意见。作为一个必须学会如何管理和引导员工，使员工积极主动的做好本职的工作。还必须具备较强的沟通能力，及时发现员工存在的问题，并帮助其解决。要会用奖励和惩罚制度结合来激励员工。做到公平对待每个员工，工作上积极带头，起到模范的作用，通过满足员工的需求来提高员工的工作积极性和工作效率。在工作之中不只是同技术、同设备打交道，更重要的是同人的交往。所以一定要掌握好同事之间的交往原则和社交礼仪。这也是我们平时要注意的。我在这方面得益于在学校学生会的长期的锻炼，使我有一个比较和谐的人际关系，为顺利工作创造了良好的人际氛围。做事方面一定要肯做认真做，不能眼高手低，现在就是感觉自己高估自己，觉得自己什么都能做，什么都会做，理论上都懂，但是真正动手操作的时候，才发现很困难，甚

至做不了。有时候有些事情可能单调无聊，机械而重复，但是又必须去做。这就是为什么同样的工作，不同的人做结果却不同。总的来说态度要端正。

就这样单调而重复的做了一个周左右，到6月11日，我们直营组在企划部们的帮助下开始进行买赠活动。由于去年给大超市催货，送了很多货，而且由于比同类产品价格高了很多，导致各个超市里有很多11年7、8月份的产品。实际也就是库存的转移，导致产生很多临期品(马上到期)。所以公司决定买3+2饼干实行买3送1，妙芙蛋糕买2送一盒伊利纯牛奶。每天都提着4件饼干或者纯牛奶去超市做赠品活动，到了超市还要通过超市收货部。先把超市的临期品数量种类统计出来，然后在收货部贴赠品贴，把产品条码贴住，以免一些超市做小动作。就这样重复的一直做到实习结束，快结束的时候在超市还见到了因为产品的规格放错位置，导致和标价不一致，从而导致顾客与售货员直接的争执。

近2个周的赠品活动，出入各个超市，见到了各个超市的各种特色，有的空间大，比如沃尔玛、王府井、人人乐；有的空间窄，比如重客隆、永辉。有的货架高，比如沃尔玛、人人乐。有的货架低，如卜蜂莲花。等各有各的特色。对超市和百货的区别，货物的陈列等有更深切的理解。无规矩不成方圆，各个公司有各自的规定，必须建立明确的奖惩制度。同竞争者直接的斗智斗勇，在价格、质量、种类上寻求自己的优势，进行价格战等竞争战略。快销品的促销活动一定要快准狠，一步到位，降价就一次性降。尽快把临期品促销完成。感觉公司送奶获得与我们学的理论知识有很多联系。与顾客的需求相联系，寻求顾客的不同需求，寻找满足这些需求的公司，形成战略联盟。

食品周记心得篇八

带着新奇，带着憧憬，迈入了旺旺的大门。初涉社会的我如一只出笼的百灵鸟，任何的一切对于我来说都充满了诱惑初

次登门便碰了颗钉子，什么叫门禁森严我算是体会到了，好在主管出来接我们了！但这也正体现了旺旺在管理方面的到位，心中不禁肃然起敬。在签完劳动合同并上交了一系列证件后人事部经理带我们去见了湖南旺旺的总经理徐孟镇先生，经过一翻的谈话心里暖暖的，感触很深，正规公司处理事情的方式就是不一样啊！在主管的帮助下我们顺利的办好了住宿证，宿舍在一条繁华的街道旁，这条街真像我们学校的那条哦，也算是对自己的一点安慰吧！毕竟在这个陌生的地方心还是会有点怀念曾经的。宿舍里很方便，最让我欢喜的便是它的热水供应非常充足，以后冬天洗澡就不用怕冷了。第二天上班时，主管给我们新进的三人开了个简单的会议大体安排了下以后的学习计划，因为没有套靴的缘故不能进前段了，我们便留在了后段的包装车间先熟悉下机械设备及其工作原理。车间的人非常友好也很热情，总是不厌其烦的给我们讲解着，这一天虽然我们的脚站得都起泡了但我们的内心却是快乐的接下来的几天我们一直在前段学习，其重点主要放在人际交往方面，毕竟在以后的工作上这是一个不可却少的环节。

这个星期差不多有一半的时间都留在了生产课学习。主要是学习卷封的构造、常出现的问题及其原因分析与改善措施，了解饮料厂常出现的一些问题点及防护措施，并看了些客诉样品等等。办公室位于饮料厂的二楼，挨着人力资源部，生产课位于饮料厂的二楼，在人力资源部与采购部的中间，是厂长、课长、主管等办公的地方。里面布置得非常幽雅，办公氛围浓烈，看着就有一股令人肃然起敬的冲动，挺喜欢窗台边那几棵小金桔的，朝气十足，不过还是有点想提议他们多摆几盆仙人掌，工作虽然很重要，身体更重要哦，小心电脑辐射啊！电脑平台上的资料很全面，，如今一个月已经过去，又到换班时间了，我们新进的三人被分开了，我仍留在白班，他们两个跟着晚班走，心一下子变得有点孤单起来了，相处了那么久，每天一起学习一起讨论，突然的分开，真的有点不适应，看来以后得独自一人孤军奋战略，在心里默默地加油吧！（）我们通常是上午在车间下午去生产课，这样一来，工作变得丰富多了，在这的圈子也在无形中扩大了不少，这几

天我们过得很快乐，前面的少许压抑也已消失得无影无踪了，真的很感谢主管给我们提供了一个这样好的学习机会，在心里默默地庆幸着，同时也告诫自己一定要努力努力再努力，千万不能辜负了主管的良苦用心，同时也是对自己的负责吧！

这个星期差不多有一半的时间都留在了生产课学习。主要是学习卷封的构造、常出现的问题及其原因分析与改善措施，了解饮料厂常出现的一些问题点及防护措施，并看了些客诉样品等等。办公室位于饮料厂的二楼，挨着人力资源部，生产课位于饮料厂的二楼，在人力资源部与采购部的中间，是厂长、课长、主管等办公的地方。里面布置得非常幽雅，办公氛围浓烈，看着就有一股令人肃然起敬的冲动，挺喜欢窗台边那几棵小金桔的，朝气十足，不过还是有点想提议他们多摆几盆仙人掌，工作虽然很重要，身体更重要哦，小心电脑辐射啊！电脑平台上的资料很全面，，如今一个月已经过去，又到换班时间了，我们新进的三人被分开了，我仍留在白班，他们两个跟着晚班走，心一下子变得有点孤单起来了，相处了那么久，每天一起学习一起讨论，突然的分开，真的有点不适应，看来以后得独自一人孤军奋战略，在心里默默地加油吧！（）我们通常是上午在车间下午去生产课，这样一来，工作变得丰富多了，在这的圈子也在无形中扩大了不少，这几天我们过得很快乐，前面的少许压抑也已消失得无影无踪了，真的很感谢主管给我们提供了一个这样好的学习机会，在心里默默地庆幸着，同时也告诫自己一定要努力努力再努力，千万不能辜负了主管的良苦用心，同时也是对自己的负责吧！

一个多月已经过去，慢慢地开始习惯了一个人上下班的感觉，少了一份以往的嘻嘻哈哈，更多的是对于责任的思考，多么奇妙的感觉，也许这正是成熟的预兆吧！因为对于实际操作还不是很熟练，主管暂时也没给我安排什么任务，还是继续把我留在前段学习，而我则把自己学习的重点放在了糖度的测定与充填卷封这两块上。说句心里话，刚来时我觉得测糖度简直就是小儿科，毕竟在学校时早已滥熟于手了，真是不测不知道一测吓一跳，开始还以为这是糖度计质量不行呢，测

定时画面模模糊糊的，怎么也找不到界线点，后来经主管的说明才知道原来是因为牛奶中所含物质成份过多，所以检测时干扰性很大。而在学校时我们一般都是检测的果汁或糖浆，其物质成份相比就少得多了，所以看起来特别清晰！对于糖度，我们的主要任务是测定出调配时奶液的糖度，使其固定在一定范围内，当奶液到达充填区时糖度为一标准值。若糖度过高便按相关比例加水，过低的话便按比加料！一旦检测失误，其对品质的影响将是无法估量的，从此我的身影便往反于调配于充填之间，现在熟能生巧这个成语我是百分之百相信了，经过这几天的努力总算测定起来心中有数！心里开始升起一股莫名的自豪，同时也暗暗地告诫着自己一定要再接再厉还是那句话吃得苦中苦，方为人上人。

上星期终于把糖度的事告以段落，这星期的主要任务便自然而然的落在了卷封这一块了，从此死猪不怕开水烫，难道我还不如头死猪？这句话便成了我的口头禅。我的学习任务主要分为三块，第一，得把中心温度为85至93未封口的奶液从每分钟500罐的输送带上取出，（一瓶每小时）这需要一定的平衡感与不怕烫的精神，刚开始练习时，心脏一直处于一种激烈的震荡当中，手伸出了又回回了又伸，始终处于犹豫阶段，也许这就是所谓的本能吧！不知道是不是本人天生平衡感强呢还是反正经历了上刑场般的心里磨练之后竟然一次性成功，以后每拿每中，连边上的师父也夸我悟性高。第二块是在牛奶经卷封后，按其对应的轧头拿出六罐，其卷数还是每分钟500罐，也许这世界总会有点什么是与你相克的，也不知道是为什么，反正不管用什么方法我还是不敢拿，唉，真是冤家路窄啊！也只得把希望继托在以后了！第三块是对于拿出的这六罐编号检测，测量工具要用到螺旋测微器、游标卡尺和锤子。测量的项目主要有卷边宽度、卷边厚度、罐体高度、盖勾、身勾等，测罐中最难的便是拆罐了，拆罐时首先在底部敲道口子，然后沿着裂口撕一到两圈直至剩底盖与罐身相搭的部分。经过了一次又一次血的教训之后总算是学得差不多了！一星期的劳动成果，不多也不少，但还是得在以后的工作当中不断的磨合才是再接再厉吧！

因为同事得回家结婚，我便有点赶鸭子上架似的提前上岗了，说句心里话，真的好紧张，毕竟是第一次开始实际掌控，协调感还不是很强，好在主管一直在边上引导，还不时地给予帮助，但还是把我给忙坏了，新手上任，真的什么都马虎不得，同一个检测有时候我得重复上两三遍，不是对自己没信心，只是觉得质量的最佳保证便是我神圣的职责。那一天，我正式上岗的第一天，很累很累但我的心是快乐的，许多被压抑了很久的东西，似乎都在无形中给释放了出来！接下来的几天对于工作的热情依然没有丝毫的减弱，并且做得也顺手多了，心情每天都很舒畅，空余之际还会向同事请教一些工作经验，或探讨一下对于管控的新想法等等，日子过得到也非常充实。因为每隔两小时就得去中段巡检一次，必须对二次杀菌的出、入笼温度、杀菌温度、大、小冷水温、余氯含量、杀菌时间、排气时间等做一些相关的核定。并且得查看真空打检与液位打检量是否在标准之内。罐底喷印与纸箱喷码的尺寸、日期等是否正确，同时抽取成品回前段做相关测定。如此繁琐的程序，在一人一线的情况下要做得全面这似乎还真有点不切实际，真的有点想向领导提议二人一线啊！

这周我、小娟和娟姐三人上晚班，他们三个男生上白班，也不知道为什么，只是想着就感觉好笑，看来幻想症又在做怪了哦，这样会不会有点阴阳不调呢，他们三个大男生能和平相处？后来也确实证实了这一点——他们三产生矛盾了。看来我这第六感是丝毫没有减退啊！总之呢，对于上晚班我还是很兴奋很憧憬的，真是只有没吃过苦瓜的人才觉得苦瓜甜因为我跟小娟都是新手，所以两人跑二线，娟姐一人跑一线，娟姐很漂亮也挺时髦，记得刚来时我们还以为她是刚毕业的学生呢，后来听别人说她孩子都有六七岁了，真是人不可貌相啊，看来以后得多向她请教下保养方面的秘籍了！第一天，总晚眼睛都没有眨一下，白天也睡不着，真搞不懂精神怎么那么好，真是花无百日红，天天这么失眠，人早晚都得焉没几天，黑眼圈、痘痘就全出来凑热闹了，哎哟我那个悔啊，真不知道从何说起。在这给所有即将上晚班的父老乡亲们说一句能休息就休息，上晚班时还有一点是我所不能忍受的，去食堂的

路上也没个路灯，乌漆抹黑的，虽说我也是恐怖片的终极粉丝了，但这种实景也着实令我冷汗涟涟啊！还好，主管改变了这种方案，我们下周回白班，具体原因还不知道，额不管了，能回来就好！白班白班我爱你！

到旺旺也有一段时间了，在这里，有哭过、笑过、也有感动过，仿若一场秋天的童话，过后我便成熟了！没有一丝的言语也没有一丝的泪痕，我想当有一天我要离开它时注定将如《再别，康桥》一般轻轻的我走了，正如我轻轻地来，我挥一挥衣袖，不带走一片云彩想想第一次进车间时的脸红你能想象若大一个车间里全是男生时的窘迫？想想第一次发现这里人那么爱嚼舌头时的愤怒，到后来才发现那只是出于关心想想第一次领到福利品时的兴奋，原来不要钱的东西也会如此美味啊想想第一次朋友离厂时哭傻了的模样，那时可曾想过自己离厂时别人的模样？想想我不敢再想，害怕想多了就舍不得走了，而离开却又是迟早的事情。虽然它很好，但它终究不是我的归属地。时间在一分一秒的流逝，难道这就是所谓的似水年华，永远都不可能有回头路。我想我终究是幸运的，因为我来到了旺旺，它好比一颗酒药，而我便是那盘大米，我不求能成为茅台，只愿我能为世人送来香醇如今，它倾其所能的酿造了我，而我却即将离开，请不要怪我的无情，这只是一个学子的无奈之举，就好比我爱父母但终将得离开他们而奔向社会站在大门的尽头，只想看一眼，再看一眼那熟悉的道路，那每天来回的身影，以后便只剩记忆的脚步了！