# 基本餐桌礼仪常识

来源：网友投稿 作者：小六 更新时间：2025-04-10

*基本餐桌礼仪常识（精选3篇）基本餐桌礼仪常识 篇1　　1、饭前先洗手，和细菌说不　　从宝宝刚会自己抓饭开始，就要让他养成饭前洗手、上卫生间的习惯。小手干干净净，就不怕细菌“偷袭”宝宝咯~　　2、长辈为先，做礼貌的小北鼻　　敬老是中华民族的传*

基本餐桌礼仪常识（精选3篇）

**基本餐桌礼仪常识 篇1**

　　1、饭前先洗手，和细菌说不

　　从宝宝刚会自己抓饭开始，就要让他养成饭前洗手、上卫生间的习惯。小手干干净净，就不怕细菌“偷袭”宝宝咯~

　　2、长辈为先，做礼貌的小北鼻

　　敬老是中华民族的传统美德，吃饭的礼貌也要从小培养哦~吃饭时先请家中长辈入座，并先给长辈盛饭；在长辈还未动筷之前，宝宝不应自己先吃；长辈给晚辈夹菜时，晚辈要双手举起碗来接，并道谢；宝宝在吃饭后和长辈打声招呼说“我吃完了，你们慢慢吃。”

　　3、让宝宝参与摆放、收拾餐具

　　宝宝对各式各样的餐具很感兴趣，让宝宝帮爸爸妈妈一起布置餐桌、摆放餐具，会使宝宝体验到参与感，不会觉得吃饭是与自己无关的事情。作为家庭成员之一，要让宝宝尝试力所能及的家务，承担作为家庭成员的义务。

　　4、自己动手，丰衣足食，鼓励宝宝自己进餐

　　自己进食，标志着“独立”。让宝宝学会尊重自己的选择和口味，也懂得自己的事情需要自己来做。同时，用餐过程中，要保持良好的坐姿，上身保持端正，并随时保持桌面的整洁。

　　5、食不言寝不语

　　教会宝宝安静用餐。嘴里有食物时说话既危险，又不礼貌，所以鼓励宝宝细嚼慢咽，咀嚼时要合上嘴唇。好的“吃相”会让你的宝宝成为优雅的“小绅士”或“小淑女”哦。

　　6、避免在盘中翻来翻去

　　一些宝宝有挑食的习惯，为了吃到自己想要的部分，会用筷子在盘子里面翻来翻去，这是一种很失礼的行为，并且显得比较自私。因此当宝宝出现这种行为的时候，家长应该立刻制止，并指导他们合适的夹菜方式。

　　7、不要让宝宝边吃边玩

　　吃饭时不要让宝宝拿着玩具上餐桌，一旦吃饱了，允许宝宝先离开饭桌，但不能拿着食物。这样他才会明白，吃和玩是两回事。

　　教育宝宝用餐时不可以敲打餐具、不可以挥动餐具指人，因为这些都是很不尊重别人的行为。

　　8、教导宝宝“吃多少盛多少”

　　在《爸爸去哪儿3》中，为了教育孩子们节约粮食，吃饭时师傅交待“吃多少拿多少”。尽管师傅和爸爸们千叮咛万嘱咐，但诺一和大峻还是拿得太多了。无奈，两个孩子只能硬着头皮把食物吃完，真是“自己打的饭，含着泪也要吃完啊！”因此，父母平时也要教导宝宝吃饭时要学会珍惜粮食。

　　此外，如果宝宝若平日吃过多，特别是高蛋白、高脂肪的食物，很容易造成积食上火，进而会引发一系列上火症状，如口舌长泡、脾气烦躁等。这时候，应适当服用清热下火的产品。三公仔小儿七星茶，里面含有稻芽、山楂、薏苡仁等多种消食健脾成分，开胃下火，是众多妈妈喜爱的儿童去火产品。

　　9、粑粑麻麻需以身作则，做个好榜样

　　如何做到孩子让知晓规矩而又不被诸多规矩束缚，就要靠爸爸妈妈平时在餐桌上点点滴滴的用心了，用言传身教的方式将这些规矩潜移默化到宝宝自然而然的行为中。

**基本餐桌礼仪常识 篇2**

　　小孩餐桌礼仪：

　　1、吃饭前要洗手，脸也要保持干净。

　　2、人没有坐齐的时候，不能自己就开始吃起来。

　　3、要称赞和感谢给你准备食物的人，不要轻易抱怨饭菜不合自己胃口。

　　4、嘴巴里有食物的时候，不要开口说话。

　　5、咀嚼食物的时候，嘴巴要注意闭着点；喝汤的时候，不要发出声音。

　　6、别人在谈话的时候，不要插入和打断。

　　7、请别人帮什么忙（比如递调料、菜碟……），一定要说“请”，“谢谢”。

　　8、在餐桌前，人要坐直，不要扭动，更不要吵闹。

　　9、就餐当中如果要离开桌位，要跟大家打招呼，说一声“对不起，我要……”

　　10、如果吃完后要先离开餐桌，需要获得家长的同意。

　　大孩子餐桌礼仪：

　　1、吃东西的时候，要注意到要为别人留一些；除非大家明确表示自己不再要了，否则不能自己就清空菜盘里的食物。

　　2、如果桌子很长，你够不着，尽量不要站起身或者把手臂伸得长长的，而是请别人帮你把盘子递过来再取菜。

　　3、参加大人组织的聚餐，坐在餐桌前自顾自是不礼貌的；大孩子要体现一种适度的参与感，比如：好好坐着，认真听别人的谈话，当谈话涉及到自己的时候，耐心回答。一言不发地低着脑袋玩手机，是非常不礼貌的行为。

　　4、吃完饭，要主动帮着收拾和清理。

**基本餐桌礼仪常识 篇3**

　　学会感恩，好好享受每一餐：

　　谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。我们要感恩我们每一餐给我们做饭的父母，朋友，及亲人，我们更要感恩大自然各个季节给我们带来美味的食物，当我们拿起筷子的时候，要回想起这一顿饭的来之不易。我们更要好好珍惜。

　　先让长辈入座，并给他们盛饭：

　　尊老爱幼是中华民族的传统美德。在孩子小的时候，做父母的就要给孩子做好典范。吃饭时先让长辈入座，然后并给长辈们盛饭，在长辈未动筷子时晚辈不应该动起筷子来，长辈给我们拿碗的时候，我们应当双手接住。等等一些美德。

　　吃饭之前不要先离开座位：

　　在我们吃饭之前千万不要先离开座位，这样在座位的长辈们就会觉得你这个人多没有教养，不要因为你个人的原因而影响大家的情绪，因此，在我们吃饭之前，如果有什么事等吃完饭在去解决。

　　坐正坐直，保持挺拔的姿势：

　　在我们家乡有这样一句留言，站有站像，坐有坐像。确实是这样的，如果我们连坐都坐不直，更谈不上如何成就大业了。特别是，如果男孩子这样的话，在我们家乡没人要的。因此，我们要坐正坐直，保持挺拔的姿势。

　　不要在盘中挑来挑去：

　　不要因为自己喜欢吃的菜而用勺子或筷子在盘中翻来翻去，有的人甚至将自己喜欢的菜从盘中全部拿走，，而把不好吃的留给客人，这是一种很失礼的行为，并且显得比较自私。作父母的应当要告诉孩子们这种行为是错误的。

　　不要一边吃饭一边做其他的事情：

　　吃饭是一家人团聚的时间，互相培养感情，互相了解彼此的生活，好不容易在一起吃个饭，不要在这个时候，有些孩子突然打开电视看电视，或者做其他的\'事情，做父母的就应该提前跟孩子们说，让他们明白这样做的危害性。不要影响到其他人吃饭。

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