# 2025年厨房的心得体会(模板18篇)

来源：网络 作者：悠然小筑 更新时间：2025-02-28

*心得体会是我们对自己、他人、人生和世界的思考和感悟。那么你知道心得体会如何写吗？以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。厨房的心得体会篇一厨房课是一门实践性很强的课程，通过学习和实践，我收获了很多。...*

心得体会是我们对自己、他人、人生和世界的思考和感悟。那么你知道心得体会如何写吗？以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**厨房的心得体会篇一**

厨房课是一门实践性很强的课程，通过学习和实践，我收获了很多。这门课程让我了解了厨房的基本知识和技巧，提高了我在厨房中的烹饪能力，不仅增加了我对食物的品尝和欣赏的能力，而且改变了我的生活习惯和健康观念。

在厨房课上，我了解到了食物的基本营养成分和不同食材对人体的影响。老师讲解了蛋白质、碳水化合物、脂肪等营养素的作用，让我们知道如何合理搭配食物，保证自己每天摄取到充足而均衡的营养。同时，老师教会了我们如何选择食材，提醒我们在挑选食材时要注意新鲜程度和保存条件，以避免食物变质引发健康问题。

在实践操作中，我学到了许多烹饪技巧和方法，比如刀工、煮、炒、炖、蒸等。通过实际动手操作，我掌握了不同菜品的制作步骤，学会了如何使用各种厨具和调料。例如，我学会了如何正确用刀切菜，如何在炒菜时控制火候，使菜品保持色香味俱佳；如何使用蒸锅蒸出口感鲜美的蒸菜。这些技巧不仅提升了我在厨房中的烹饪水平，也让我对食物的制作过程有了更深的理解和体会。

在品尝和欣赏食物的过程中，我更加注重了食物的口感和质地。在厨房课上，我们有机会品尝到许多美味的菜品和点心，了解到不同的食材和烹饪方法对菜品口感的影响。通过品尝这些美食，我逐渐培养了对食物的欣赏能力，学会了在品尝菜品时仔细品味每一道菜的鲜美之处。同时，老师也鼓励我们积极尝试和创新，通过改变食材搭配，创造出属于自己的特色菜品。

厨房课还让我对自己的生活习惯和健康观念有了更深入的思考和认识。在课堂上，老师不仅传授烹饪技巧，更注意向我们灌输健康饮食的观念。她强调了食物的新鲜、纯净和合理搭配对身体健康的重要性。在平时的生活中，我开始主动选择新鲜、健康的食材，避免食用过多的油腻和刺激性食物，以保持良好的身体状况。

综上所述，厨房课成为我在校园中的一门重要课程。在这门课上，我不仅学到了烹饪知识和技巧，提高了烹饪水平，也改变了我的生活习惯和健康观念。通过厨房课，我拥有了制作美味佳肴的能力，也更加注重食物的品质和自己的身体健康。希望将来能够继续学习并运用这些知识，为自己和家人带来更多的美味和健康。

**厨房的心得体会篇二**

厨房实习心得体会篇1到宝龙酒店实习的这段时间，最大的感受就是：累。虽然实习之前就已经做好了心理准备，但现实情况比想象的累得多。只有到了酒店厨房，才真正体会到这里才是真正的战场，当然，也只有在厨房里，我们所学的理论知识才能得到应用和发挥，实践技能才能得到进一步的锻炼和提升。

现在在酒店里实习，我主要负责打荷。每天打卡上班、下班，穿着工作服在厨房里忙碌着，遇到有婚宴酒席的时候甚至忙得连坐下来休息的时间都没有。晚上下班回到宿舍，脚酸得都不想动了，只好打盆热水泡泡脚，缓解一下疲劳。虽然累，但这样的实习生活却非常充实，也学到了更多的东西。可能很多人都会认为女生不适合厨房工作，其实也不尽然。有些酒店后厨管理人员在招聘厨师时，也会倾向于女性，这主要缘于女性天生细腻，做事更加细心、认真，比如摆盘之类的活有时候就做得比男性还更出色。我想，当初招聘人员选择我也有这方面的原因吧。

记得当初选择到学校里学习烹饪技能的时候，除了哥哥，家里其他人和朋友们都不是非常地支持，因为他们认为学厨师直接到酒店厨房里去学也是一样的，何必花钱到学校里学呢。但是我却不这么认为。庆幸的是，还好有哥哥的支持，最终能够顺利来学校学习。我很清楚地记得我们烹饪班张老师说过的一句话，大概意思就是说：直接到酒店厨房里当学徒，你接触的圈子可能很小，而如果你从学校里接受系统的学习和培训后再到酒店里去，你的圈子就可能比别人大得多。这句话对我影响很深，也让我坚信当初决定先到学校里学习的选择是对的。

虽然我不知道自己是否会往厨师这行业发展，但目前我会继续坚持下去。

厨房实习心得体会篇2终于等到了实习的时候了，很早以前就从师兄那里打听到了大三的上半学期有实习，那时候可以说是急切地期盼着这一天的到来，因为大家再也无法忍受当前这日以继夜的填鸭式的教学，尽管从师兄们那里了解到实习并非像想象中的那样是一件快乐的事情。

那么这座酒店到底怎么样呢？有什么值得我们借鉴的呢？还有什么需要改进的呢？给我的感受是怎么样的呢？那么且听我慢慢道来。明园新都的餐饮部大致分成如下几个部门：中餐部(包括广东轩、多功能厅和个包厢)、西餐部(包括花园餐厅和自助餐厅)和酒水部(包括大堂吧、乐怡吧、中餐吧、西餐吧和自助吧)。我们人被分成了个组，分别在不同的部门，并且每天换一次部门，这样能让我们比较全面的了解整个餐饮业的服务、销售与管理。酒店的这一做法让我们感到挺满意的，这也正和我们的心意。

我们组的个人首先被分到了中餐厅“这是酒店餐饮部门中最辛苦的部门！”还没有开始工作，就听到旁边有人在私下这么向我们告诫着。看来，我得真的要做好思想准备才是啊！

中餐厅的工作确实如前人所说“辛苦！”酒店没有给服务员们制定自己的岗位职责和工作描述，尽管这是现代企业人力资源管理中最关键的一环，在员工的印象中，自己的工作就是每天听从领班的下达任务，随时准备着听从领导的指挥，没有固定的活干，或者说只要有需要，服务员什么都能干！摆台、折口布、传菜、上菜、撤台这些所谓的必须做的本职工作外还得兼职勤杂工，什么扛桌子椅子、铺地毯等一些脏活、重活、累活都是我们男服务员们的事情。更让人不可理解的是该酒店的上班时间是小时工作制，而且每天还得加班个小时左右(没有加班费)，我不知道这样的作息制度有没有违反《劳动法》，可是作为一名有血有肉的人来说都有自己的一个最低的底线，因为人毕竟不是一台机器，可以用来随心所欲地使用。刚开始工作的那三天确实令人叫苦不迭啊，每天除了干活还是干活，最受委屈得要算是脚了，每天小时的站立使得双脚产生了严重抗议，下班的第一件事就是想找个地方坐下了休息一下。令人向往的人性化管理和残酷的实际之间的差距由此可见一斑。

另一件令我感到尴尬的事是广东轩的服务员制服真是简单得可以，由于酒店没有空余的服装供我这样“高大威猛”的男生穿，所以他们索性让我穿西裤和白衬衫，连马甲和领结也省了，这身打扮使得我这个服务员和客人几乎没有区别，以至于有一次我正准备为一个会议提供服务时，却被对方认为是来参加会议的嘉宾向我致以亲切的问候！

厨房实习心得体会篇3为了提高自己的实践能力、交际能力、思考能力以及为了使自己的寒假过得有意义，也想通过亲身体验社会实践让自己更进一步了解社会，在实践中增长见识，锻炼自己的才干，培养自己的韧性，自己的能力能否被社会所承认。想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。

以前也想过，学我们工科专业的，最起码应该找门当户对的实践，但是专门机构统计的现在的毕业生出来后只有极少的一部分会做与自己专业相符的工作，再加上多一份经历，便有多一份收获。因而，在工作的过程中，我都在不断的提醒自己，不断的对自己要求，把手上的活，当做是自己的本职工作，因此，在征得父母的同意之后，我参加并且通过了肯德基的面试。

相信大家都吃过肯德基，不过在肯德基工作过的人不是很多。刚进肯德基的第一天，我以为这是一项很容易的工作，服务员们点点餐，收收盘子，做做清洁。可是等我接触到这些工作的时候，才真正知道这一切是多么的不容易啊。俗话说：“台上一分钟，台下十年功。”我们只看到收银员流畅的点餐速度，却不知道这一项简单的工作她们要付出多少。在肯德基上班首先要记住很多的东西，比如：产品的价格、产品的包装等等。就算是记住了这些东西还是远远不够的，因为收银不是在学校做考卷，死记硬背不能解决实际问题。

培训完后，第一次上柜台我收银完成的疙瘩、生硬，还总是漏掉步骤，不是没有建议性销售，就是没有重复点餐，一次，我为一位顾客购买餐点时又忘了建议性销售，经理在一旁提醒：“你的建议性销售呢？”一下荒了手脚的我就随口补充性的向那位顾客建议了一份套餐。结果人家自然是不要的。

众所周知，肯德基是快餐食品，强调速度是它的一个重要的特点。作为餐厅的服务员，位顾客提供最快捷的服务是从上班第一天起就被反复强调的。

“千次”是在柜台上时常被提起的一个名词。所谓“千次”就是一种产品在1000个顾客中所被购买的份数。由于各种原因，肯德基公司会在某段时间里对某个产品的销售提出一定的要求，各家餐厅对指标的完成情况就通过“千次”得以体现。例如肯德基总是在不断推出新的品种，以丰富其产品的种类。在投入大量人力、物力、财力研发、宣传之后，公司自然希望在“新产品是否被市场接受？消费者的喜爱程度如何？”这些问题上能有好的答案。千次就成了回答这些问题的重要指标。3、遭遇champs肯德基全球推广的“champs”冠军计划是肯德基取得成功业绩的主要精髓之一。其内容为：c？cleanline？保持美观整洁的餐厅;h？hospitality？提供真诚友善的接待;a？accuracy？确保准确无误的供应？m？maintenance？维持优良的设备;p？productquality？坚持高质稳定的产品;s？speed？注意快速迅捷的服务。

一家餐厅在运营期间，柜台、总配、大厅、厨房多处区域都在同时运作。十几个员工在一起工作，我们就是一个团队，为餐厅的运营共同出力。所以员工间的相互沟通、相互协作十分常重要的。在肯德基的柜台上很少能看到只有一个收银员的情况出现。原因就是我们是一个团队，任何时候队员之间都会相互协作。互相协作的精神，使我们为他人同时也为自己提供了更好的工作环境。

其实，能作为其中的一分子，去窥视一个世界五百强企业的运营模式，你不得不惊叹人家的成功。如何作为一个快餐店存活于这个竞争如此激烈的市场里，这里面确实很多值得我们去学习。他们的那种模式不是简单的复制就能复制出来的！肯德基的产品简单得你只要你是个健全的人你就可以制作出来，每种产品都有规定好规格，重量，体积，温度，不因厨师的水平而发生口感上的变化。

另外，我开始一直觉得自己作为一个兼职，那些全职会欺负我，会什么都让我自己做，所以开始去的时候总是小心翼翼，生怕出错，可是事实并不是那样，她们对我都很好，很主动帮你忙...很多人都很照顾“新手”，尽可能交你所需要的东西。哈哈...谢谢你们！谢谢你们教会我很多很多东西，有技术上的，有社会经验，真得是“三人行，必有我师”啊！以前总认为自己是大学生，就自视清高，可是我现在觉得自己在她们面前是“书呆子”一个，很多很多事情，真的是需要跟她们请教！所以我觉得，这也是我的收获之一！

还有，就是以前花钱时从不觉得累，但挣钱时就不一样了，由于在学校坐习惯了，突然站7.8个小时真得受不了，不过还好，后来都适应了！哎...其实以前听别人也说赚钱不容易，可是总没有自己去亲身的体会，而这次，自己通过切身的体会，真的是...是....三个字：不容易！所以真要珍惜自己学习的机会，珍惜父母的劳动成果，虽然我平时已经比较节俭了，可是还是有时候会头脑发热，乱花钱，以后真得不能再这样了，要理智消费！另外，虽然，觉得累，但也考验了我的意志力，特别是在实在站不住的情况下，我不停的告诉自己：

要坚持一会，这是一个难得的锻炼的机会！有时候，人真得需要发挥主观能动性，每当我这么想的时候，我就会真得坚持下来！真得战胜自己，所以总有一种成就感！

我还想再谈一下当我拿到那仅有的几张票票时的感受，当时，真得是激动万分，因为那毕竟是我自己的劳动成果，手里紧握着那些钱，感觉自己像个大人一样，可以自己赚钱，可以靠自己赚取生活费，我的双手原来可以创造价值。虽然微不足道，但足以让我激动好一会了，这种感觉很美妙！

总之，这次打工的经历真得让我刻骨铭心！我所收获的只有我自己知道！在短短一个月的打工生涯中，我觉得我不仅仅是学到了一些知识，更重要的是练就了自己的韧性，让自己明白了很多道理，很多看似简单的道理，也为我自己踏入社会作好铺垫，人，总是需要去磨练，去拼搏，要不岂不是在人间白走一遭吗？虽然我并不迷信，但我一直相信：既然给你做人的机会，那么就要好好的把握！

还有，我依然觉得，学校的生活和社会的生活是有很大不同的，学校的关系还是比较单纯的，同学们的友谊也是比较真的！另外，学习的机会也是如此的难得，所以，珍惜和把握现在，只有这样，才能对得起所以关心自己的人！

不管怎么说，我觉得这次打工的经历会永远印在我的脑海里，而且我相信以后这样的机会还会有很多，我一定会多争取，多锻炼，不断提高自我！挑战自我！虽然不是我的第一次社会实践，但我认为是一次成功的，有用的，受益非浅的社会实践这将会对我的以后学习起很大的帮助的！我会更珍惜自己现在拥有的一切，是那么来之不易啊！

以上就是我署假的实习报告，可能并不是一份很规范报告，但确确实实我这半个月工作中的感受，也虽然那份工作并不与自己的专业有很大的接口，但我认为，无论任何一种偿试，都是对自己以后很宝贵的充实。

**厨房的心得体会篇三**

对于没有餐厅的户型来说，如果厨房的宽度足够，可以考虑在厨房中设置一个临时就餐区。无需专门的餐桌椅，转角的l型操作台面和若干个吧台椅，就能组成一个就餐区。这样的设计既不耽误操作台的日常使用，还可以利用台面下方来收纳，比真正的餐厅更加便捷和实用。

在不妨碍通道的情况下，可安装一块可折叠伸缩的面板，以备不时之需，避免在烹饪时出现手忙脚乱的问题。

开放型设计的优点在小户型空间里得到了越来越多人的肯定，因此我们首先建议小户型家庭采用开放型的.厨房设计。若是能与周围的客厅、餐厅等邻近功能区相结合，借一点空间放置电器，不仅扩大的厨房面积，更是能提高厨房的可利用空间。

厨房墙面要多加利用，即使是不方便安装吊柜的地方，譬如说水槽上方，也可选择一款墙面搁架安装于此，把零七碎八的厨房杂物全部收纳起来，避免它们占据料理台面空间，而且随手取放也比较便捷。

越来越多的家庭开始打通厨房隔断，将其和起居室融为一体。开放型厨房与起居室的过渡地带，也就成为了设计的重点区域。放置一个边柜吧，既满足了小空间的存储需求，又对大空间进行了适当的区间划分。

小巧的厨柜延伸台面是一家三口的就餐场所，但除了就餐它还可以兼具其他功能。操作台上无处容身的锅碗瓢盆都可以借餐桌临时一用。有了功能强大的延展台面充当临时操作区，接待再多的客人也不怕。放置一顿丰盛的餐点，这里就成为一个充满情趣的餐台。

**厨房的心得体会篇四**

厨房课是一门让人感到兴趣的实践课程，通过学习和动手实践，我们可以掌握不同的烹饪技巧和菜肴的制作方法。经过一学期的学习，我深刻体会到了厨房课的重要性和可贵之处。在这门课程中，我不仅学会了制作美味的菜肴，还培养了耐心、细致和团队合作的能力。下面我将就我的学习体会进行具体的介绍。

首先，厨房课开拓了我的视野，让我对食物的世界有了更深入的了解。在课堂上，我们学习了很多菜肴的制作方法，并了解到了各种原料的特性和搭配方案。通过实践，我终于明白了为什么同样的食材和调料可以做出不同的菜品，而不同的烹饪工艺和技巧也会带来截然不同的味道。通过学习厨房课，我对食物的制作过程和原理有了更深入的认识，这也激发了我对烹饪的兴趣和热爱。

其次，在厨房课中，我学会了如何耐心和细致地进行菜肴制作。在课堂上，我们需要按照步骤和要求进行操作，不能任意马虎和急躁。在学习制作糕点时，我曾经因为心急而失败多次。后来，我认识到只有耐心和细心才能制作出完美的糕点。通过不断地练习和改进，我终于能够制作出外形美观、口感酥软的糕点。这个过程教会了我耐心和细致，也让我明白只有认真对待每一道菜肴的制作过程，才能获得满意的结果。

此外，厨房课还提供了一个良好的团队合作的环境。在课堂上，我们需要参与小组合作，共同制作出一道完整的菜肴。这个过程中，每个人都有自己的任务和责任，需要相互协作和配合。通过团队合作，我们学会了倾听和沟通，并尊重他人的意见和贡献。在协作的过程中，我也收获了友谊和互助，这使我意识到一个人的力量是有限的，只有与他人合作才能获得更好的结果。

最后，厨房课还培养了我的独立思考和解决问题的能力。在菜肴制作中，我们遇到过很多的困难和挑战，需要自行解决。有时候，菜肴的味道不尽如人意，我们需要反思和调整，找到问题所在并加以解决。通过这个过程，我逐渐学会了独立思考和解决问题的能力。在解决问题的过程中，我也发现了自己的潜力和价值，这让我更加自信和勇敢地面对其他的挑战。

总结起来，参加厨房课是一次宝贵的经历。通过学习和实践，我不仅学会了制作美味的菜肴，还培养了耐心、细致和团队合作的能力。这门课程不仅开拓了我的视野，还提供了一个良好的团队合作的环境，让我学会了独立思考和解决问题。我相信这些经历和能力将对我的未来产生积极的影响，并使我在生活中更加自信和乐观。通过厨房课的学习，我深刻体会到了烹饪的乐趣和魅力，也理解了食物的重要性，并意识到了自己的成长和进步。

**厨房的心得体会篇五**

第一段：引入厨房的魅力与重要性（200字）。

厨房是一个家庭的重要组成部分，它不仅是烹饪美食的场所，更是家人交流谈心的地方。然而，大部分人平时在家中的厨房中只负责吃饭而不太关注烹饪的过程，对于厨房内部的运作也知之甚少。为了更好地了解厨房的魅力和技巧，我决定观察和体验一次真实的厨房操作。

第二段：观察厨房的组织和秩序（250字）。

进入厨房后，我发现厨房的组织和秩序对于烹饪的顺利进行起到了重要的作用。从食材的准备到用具的摆放，无处不体现着一种极致的效率。经过观察，我发现每样用具和食材都被妥善地安置在特定的位置上，以便于厨师们的使用。同时，每位厨师在进行操作时，都能通过默契地配合互相协作，使得整个厨房显得有条不紊。

第三段：体验厨师的技巧和专业知识（300字）。

在观察厨房的过程中，我不仅可以欣赏到艺术般的烹饪过程，还能体验到厨师们的高超技巧和丰富的专业知识。他们准确地掌握着每一道菜的烹饪时间和火候，使得菜肴能够达到最佳的口感和味道。此外，厨师们还善于创新，不断尝试新的烹饪方法和调味品，以提升菜肴的品质和创新度。观察中，我深深感受到了厨师行业的独特魅力和卓越的传承精神。

第四段：认识厨师的辛劳和压力（250字）。

观察厨房的过程中，我也不禁开始思考厨师们经受的辛劳和压力。他们需要面对高强度的工作节奏和复杂的菜品制作要求。厨师们每天都需要提前到岗位、准备食材、清洗用具、进行烹饪，并同时保持良好的工作状态和服务态度。这种高强度的工作环境无疑对厨师们的身体和心理都是一种挑战。但正是他们的努力和坚持，才能让我们在餐桌上品尝到美味佳肴。

第五段：感悟和对待厨房的态度（200字）。

通过这次观察，我深刻认识到厨房的重要性和艰苦，在日常生活中更加珍惜和尊重厨师们的工作。厨房不仅是一个制造美食的地方，更是一个需要内外呵护的场所。我们每个人都可以在家中营造一个干净整洁的厨房，体验一下烹饪的乐趣和厨师们的辛劳。同时，我们也可以在用餐时更加珍惜美食，尊重厨师以及厨房的工作，让厨房的浓郁香气永远弥漫在我们的生活中。

总结：通过观察和体验厨房，我不仅对厨房的组织和秩序、厨师的技巧和专业知识有了更深刻的理解，也对厨师们的辛劳和压力心怀感激。我们或许只是享受美食的受益者，但每个人都可以在日常生活中尊重和尊重厨师们的工作，从而给予他们应有的认可和支持。

**厨房的心得体会篇六**

俗话说：“活到老，学到老”，尤其是对于我们初步社会的年轻人来说在各方面严格要求自己，努力地提高自己，使自己能够更快地适应社会发展的形势是何等的重要。

为了提高自己的实践能力、交际能力、思考能力以及为了使自己的寒假过得有意义，也想通过亲身体验社会实践让自己更进一步了解社会，在实践中增长见识，锻炼自己的才干，培养自己的韧性，自己的能力能否被社会所承认。想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。

以前也想过，学我们工科专业的，最起码应该找门当户对的实践，但是专门机构统计的现在的毕业生出来后只有极少的一部分会做与自己专业相符的工作，再加上多一份经历，便有多一份收获。因而，在工作的过程中，我都在不断的提醒自己，不断的对自己要求，把手上的活，当做是自己的本职工作，因此，在征得父母的同意之后，我参加并且通过了肯德基的面试。

相信大家都吃过肯德基，不过在肯德基工作过的人不是很多。刚进肯德基的第一天，我以为这是一项很容易的工作，服务员们点点餐，收收盘子，做做清洁。可是等我接触到这些工作的时候，才真正知道这一切是多么的不容易啊。俗话说：“台上一分钟，台下十年功。”我们只看到收银员流畅的点餐速度，却不知道这一项简单的工作她们要付出多少。在肯德基上班首先要记住很多的东西，比如：产品的价格、产品的包装等等。就算是记住了这些东西还是远远不够的，因为收银不是在学校做考卷,死记硬背不能解决实际问题。

培训完后，第一次上柜台我收银完成的疙瘩、生硬，还总是漏掉步骤，不是没有建议性销售，就是没有重复点餐，一次，我为一位顾客购买餐点时又忘了建议性销售，经理在一旁提醒：“你的建议性销售呢?”一下荒了手脚的我就随口补充性的向那位顾客建议了一份套餐。结果人家自然是不要的。

众所周知，肯德基是快餐食品，强调速度是它的一个重要的特点。作为餐厅的服务员，位顾客提供最快捷的服务是从上班第一天起就被反复强调的。

“千次”是在柜台上时常被提起的一个名词。所谓“千次”就是一种产品在1000个顾客中所被购买的份数。由于各种原因，肯德基公司会在某段时间里对某个产品的销售提出一定的要求，各家餐厅对指标的完成情况就通过“千次”得以体现。例如肯德基总是在不断推出新的品种，以丰富其产品的种类。在投入大量人力、物力、财力研发、宣传之后，公司自然希望在“新产品是否被市场接受?消费者的喜爱程度如何?”这些问题上能有好的答案。千次就成了回答这些问题的重要指标。3、遭遇champs肯德基全球推广的“champs”冠军计划是肯德基取得成功业绩的主要精髓之一。其内容为：

c?cleanline?保持美观整洁的餐厅;h?hospitality?提供真诚友善的接待;a?accuracy?确保准确无误的供应?m?maintenance?维持优良的设备;p?productquality?坚持高质稳定的产品;s?speed?注意快速迅捷的服务。

一家餐厅在运营期间，柜台、总配、大厅、厨房多处区域都在同时运作。十几个员工在一起工作，我们就是一个团队，为餐厅的运营共同出力。所以员工间的相互沟通、相互协作十分常重要的。在肯德基的柜台上很少能看到只有一个收银员的情况出现。原因就是我们是一个团队，任何时候队员之间都会相互协作。互相协作的精神，使我们为他人同时也为自己提供了更好的工作环境。

其实，能作为其中的一分子，去窥视一个世界五百强企业的运营模式，你不得不惊叹人家的成功。如何作为一个快餐店存活于这个竞争如此激烈的市场里，这里面确实很多值得我们去学习。他们的那种模式不是简单的复制就能复制出来的!肯德基的产品简单得你只要你是个健全的人你就可以制作出来，每种产品都有规定好规格，重量，体积，温度，不因厨师的水平而发生口感上的变化。另外，我开始一直觉得自己作为一个兼职，那些全职会欺负我，会什么都让我自己做，所以开始去的时候总是小心翼翼，生怕出错，可是事实并不是那样，她们对我都很好，很主动帮你忙...很多人都很照顾“新手”，尽可能交你所需要的东西。哈哈...谢谢你们!谢谢你们教会我很多很多东西，有技术上的，有社会经验，真得是“三人行，必有我师”啊!以前总认为自己是大学生，就自视清高，可是我现在觉得自己在她们面前是“书呆子”一个，很多很多事情，真的是需要跟她们请教!所以我觉得，这也是我的收获之一!还有，就是以前花钱时从不觉得累，但挣钱时就不一样了，由于在学校坐习惯了，突然站7.8个小时真得受不了，不过还好，后来都适应了!哎...其实以前听别人也说赚钱不容易，可是总没有自己去亲身的体会，而这次，自己通过切身的体会，真的是...是....三个字：不容易!所以真要珍惜自己学习的机会，珍惜父母的劳动成果，虽然我平时已经比较节俭了，可是还是有时候会头脑发热，乱花钱，以后真得不能再这样了，要理智消费!另外，虽然，觉得累，但也考验了我的意志力，特别是在实在站不住的情况下，我不停的告诉自己：要坚持一会，这是一个难得的锻炼的机会!有时候，人真得需要发挥主观能动性，每当我这么想的时候，我就会真得坚持下来!真得战胜自己，所以总有一种成就感!我还想再谈一下当我拿到那仅有的几张票票时的感受，当时，真得是激动万分，因为那毕竟是我自己的劳动成果，手里紧握着那些钱，感觉自己像个大人一样，可以自己赚钱，可以靠自己赚取生活费，我的双手原来可以创造价值。虽然微不足道，但足以让我激动好一会了，这种感觉很美妙！总之，这次打工的经历真得让我刻骨铭心！我所收获的只有我自己知道!在短短一个月的打工生涯中，我觉得我不仅仅是学到了一些知识，更重要的是练就了自己的韧性，让自己明白了很多道理，很多看似简单的道理，也为我自己踏入社会作好铺垫，人，总是需要去磨练，去拼搏，要不岂不是在人间白走一遭吗?虽然我并不迷信，但我一直相信：既然给你做人的机会，那么就要好好的把握!还有，我依然觉得，学校的生活和社会的生活是有很大不同的，学校的关系还是比较单纯的，同学们的友谊也是比较真的!另外，学习的机会也是如此的难得，所以，珍惜和把握现在，只有这样，才能对得起所以关心自己的人!不管怎么说，我觉得这次打工的经历会永远印在我的脑海里，而且我相信以后这样的机会还会有很多，我一定会多争取，多锻炼，不断提高自我!挑战自我！虽然不是我的第一次社会实践，但我认为是一次成功的，有用的，受益非浅的社会实践这将会对我的以后学习起很大的帮助的!我会更珍惜自己现在拥有的一切，是那么来之不易啊!以上就是我署假的实习报告，可能并不是一份很规范报告，但确确实实我这半个月工作中的感受，也虽然那份工作并不与自己的专业有很大的接口，但我认为，无论任何一种偿试，都是对自己以后很宝贵的充实。注定对自己是不平凡的一年，由于自己的家庭出的事情，得到各方的关爱，尤其是酒店领导的关心和帮助，让我真正知道了感恩。我觉得生命是相互依存的，生活在这个世界上，处处享受着来自各方的恩赐，自有生命的那刻起，便沉浸在恩惠的海洋里。我现在能很透彻的领悟一日为师，终身为父，滴水之恩，涌泉相报，心存感恩，知足惜福。能这样，人与人，人与社会才会变得如此的和谐和亲切，自身也会变的愉快又健康。人生需要时时刻刻的改变着心态来适应自己的需要，无论成败，都会得到太多人的帮助，父母的养育，老师的教会，朋友的帮助，亲人的关爱，大自然的恩赐和时代的赋予。我成长的每一步，都有人指点，生活的每一天，都有人帮助，正因为这样，才渡过了一个个难关，一步步迈向美好，创造并享受着生活，所以心存感恩，才会朝气蓬勃，豁达睿智。时刻提醒自己在顺风顺水的时候，想着逆境奋斗的人;在无忧无虑的时候，想着拮据艰窘的人，时刻拥有一颗博爱，仁慈，善良，同情的心。思恩与人工分享送人玫瑰手留香，学会分享和给予，养成互助互爱的习惯，给予越多，人生就越丰富，奉献越多，生命才跟有意义。感恩是一种生命态度，一种处世哲学，更应该是一种优良品质和道德情操，永怀感恩之心，常表感恩之情，原谅那些伤害过自己的人，我一定充实而快乐。

中国人历来讲究;达侧兼济天下，穷侧独善其身，也就是在其政而谋其位。回顾20xx年的工作，有诸多不顺，自己占主要原因。总体上各项接待工作比较圆满的完成，工作没有大的纰漏，但还有很多不足的地方，主要有以下几个方面;1.对新生事物，行业的发展，跟进学习不够，了解不充分，并在菜品创新上滞后，思想意识没跟上。

2.没有跟好的理顺内部关系，致使厨房管理上很混乱，制度执行力不够，自己没带好头，负主要责任。

3.厨房员工思想波动大，没能及时沟通，造成人才的流失和个别位置人员缺岗严重。

4.厨房在开源节流上，抓的不够狠，也不够准，不必要的浪费时有发生，力度不够，毛利率不稳定。

针对20xx的诸多不足，在来年的计划中逐步完善。我想做大事当然需要气吞山河的雄心壮志，但有时候，大事都是从一些小事开始的，所以，在20xx年我将从以下几点做起;一、在菜品定位上，依照酒店整体的战略规划来开发菜品，根据餐厅菜点经营状况和市场客户调查不断地改进和提升产品形象，根据来酒店消费的团体会议，零点散客，宴会接待，三大块消费群体的需求，来不断丰富菜品，使之能逐渐形成一组有针对性的风格化的菜品，使菜品在发展变化中树立自己的品牌。

二、在厨政管理方面，以系统化整合核心竞争力，以规范化提高管理水平，以现代信息手段提高市场竞争力，以效益化为目标指导厨政管理工作。

三、在人员方面，进行专业技能考核，优胜劣汰，采用请进来，走出去和定期培训的方法来提高人员的业务技能和专业素养，再结合实际的前提下，进一步完善厨房内部的各项规章制度。四、在菜肴出品把关上，采用四层把关制，一关否定制。即配菜厨师把关，炉灶厨师把关，传菜员把关，服务员把关，一关发现有问题，都有退回的权力，否侧都得承担相应的责任。

五、在原材料的验收和使用方面，做到严把原材料质量关，提高原材料的使用率，争取把最大的利益让给顾客。

六、在食品卫生安全，消防安全方面严格执行食品安全法，抓好厨房卫生安全工作，严格执行规范操作程序，预防各类事故的发生，做到安全生产，警钟长鸣。

最后，再次感谢给予我帮助，支持，鼓励的每一个人，我爱你们，祝福酒店在龙年龙腾四海，蒸蒸日上，并祝愿我爱的人和爱我的人，好运。

忙忙碌碌的一学期即将过去，我作为一名厨房的工作人员，为了提高自己的工作质量，在此将本期工作作以下。

总结。

一、认认真真做事，老老实实做人。

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，我认为还要舍得花力气，要有乐于奉献的精神。我想，我的文化程度虽然不高，但我的力气还是有的，因此在工作中，我从不挑三拣四，不但服从组长的安排，还主动为组长排忧解难，平时与同事们在一起也总是将重活留给自己干，把方便尽量留给他人。本期我因为生病耽误了一个星期，我生怕给大家添了麻烦，当病情刚有好转我就回到了工作岗位，不顾自己的身体还在恢复中，全身心地投入了工作。我常常觉得：人的力气不像别的东西用了就没有了，只要勤劳力气就会用之不尽，因此在幼儿园不管遇到谁有需要帮忙的地方，只要我能做到我就不会拒绝，我想，幼儿园的事情就是我的事情，不管谁做都是为了集体。

三、找窍门使巧劲。

在幼儿园工作已有几个年头了，虽然我的工作都是力气活，但并不是没有规律可循。我常常在琢磨，怎样使重复的环节少一些，怎样把事情做得又多又快又好，既节省时间提高效率，又保证工作质量。我想，只要肯动脑精，找窍门使巧劲，一定会把工作做得又好又开心。现在，我的事情越做越顺手，我也越来越喜欢这份工作了。一学期结束了，我能顺利地完成任务，多谢领导的关怀同事们的帮助，我会在以后的日子里更加踏实努力的工作，以回报大家对我的关心!

**厨房的心得体会篇七**

生活水平不断提高，买房、装修是人生大事，民以食为天!因此，厨房装修就显得非常重要了。厨房装修得好，使用得顺心，家里的主厨才有好心情做饭。装修过5次，总结10条厨房装修经验，太实用了!

1、使用频率高的厨房，其吊顶选择铝塑板为佳!

2、烤箱在放入嵌入式橱柜内之前，最好先把铝箔纸贴在柜壁内，从而延长橱柜的使用寿命。

3、厨房吊柜底下一定要安装照明灯，否则晚上厨房光线昏暗，厨房的一些细活比较难操作。

4、3000w功率或以上的电器最好单独走线，否则电器同时运行时容易跳闸，给使用带来不方便!

5、活动型五金件一定要买质量好的，毕竟便宜没好货。

6、铺贴亚光砖在厨房的墙壁，亚光砖不耐脏，卫生不好搞。

7、生活节奏加快，厨房的电器只会越来越多，因此，插座预留宁多勿少。

8、厨房尽量选用侧吸式油烟机，吸油烟效果好。

9、总阀下设分阀，例如，燃气热水器和燃气灶各自单独设阀门，当出现问题时，这样方便关闭与维修。

10、拉篮连在门板上，长久使用容易造成门板变形。

**厨房的心得体会篇八**

厨房是一个神奇的地方，是美食的源泉，也是创意的发源地。对于我这个菜鸟来说，进入厨房，学习烹饪，不仅让我获得了独立生活的能力，更是带给我无尽的乐趣和满足感。在这个过程中，我积累了许多心得体会，下面将和大家一起分享。

第一段：激情与兴趣。

在我进入厨房的那一天，烹饪的火花在我心中燃起。初次的尝试是一道简单的煎蛋，虽然简单，但那一颗即将孵化的小鸟让我热泪盈眶。从此，我对烹饪有了浓厚的兴趣，并投入到每一道菜品的创作中。每天都有新的尝试，每道菜品都让我有了进步，这样的成长也让我甘之如饴。

第二段：耐心与细致。

进厨房需要耐心和细致，因为无论是切菜还是烹调，只有细心才能做出美味的菜品。在处理食材时，我总是尽量保持手法的优雅，并将每一个步骤都反复琢磨，直到做到熟练为止。有时候，一道菜的做法需要多次尝试才能掌握，但正是这种耐心和细致，才让我慢慢脱胎换骨成为一个合格的厨师。

第三段：创意与发现。

烹饪既是一门艺术，又是一门技术。在厨房里，我不仅学会了基本的烹饪技巧，更通过自己的创新和发现，探索出了独特的风味。有一次，我将香蕉和巧克力融合在一起，做出了一道美味的巧克力香蕉煎饼，这道菜品获得了我的家人和朋友们的认可和称赞。通过尝试不同的食材组合和调味，我不仅开拓了味觉的边界，也锻炼了我的创造力。

第四段：美食与幸福。

每一道精心制作的美食，都是我对生活的热爱和感恩的表达。每一次让朋友和家人品尝到我做的菜品时，他们的笑容和赞美都是我最大的幸福。美食除了满足人的味蕾以外，还能够拉近人与人之间的距离，让我们更加靠近彼此。厨房成了我表达情感和分享快乐的场所，每一次烹调，都是一次对美好生活的追求。

第五段：自律与成长。

进入厨房，不仅需要热爱美食，更需要自律和成长。烹饪是一个需要不断学习和摸索的过程，只有坚持不懈才能让我不断提升自己，做出更加美味的菜品。在烹调的过程中，我也学会了耐心等待，学会了尊重食材，学会了在失败中总结经验，进而取得更大的进步。通过烹饪，我不仅培养了自律的品质，也收获了成长的快乐。

总结：

进厨房，烹饪美食，不仅让我充满了激情与兴趣，更培养了我的耐心与细致。在探索创意和发现的过程中，我成长为一个成熟的厨师，并将我的乐趣和幸福与他人分享。自律和成长伴随着我不断提升自己的烹饪技能。进厨房，给予我无尽的乐趣和满足感，也让我更加热爱生活和感恩。

**厨房的心得体会篇九**

对于现在的老百姓而言，买完房子并不是就高枕无忧了。接下来的装修、家电购买、布局摆设等等一系列问题都会成为人们头疼的问题。就拿我家的小厨房为例，装修时不仅要考虑到空间利用率、色彩搭配、整体效果等方面，还要考虑到厨电选择等等问题。一个好的装修不仅体现了一个人的灵感思维，更体现了一个人的性格特点。怎样通过合理的布局，花最少的钱完成最炫的装修是需要每个人开动脑筋，集思广益的。

装修前很多人都有和我类似的疑问，不到10平米的小厨房究竟花多少钱装修合适?我上网查了很多资料，就拿现在的国产整体厨房来看，档次较高的在2万元每延米左右，一整套整体厨房价格应该在1万元到2万元之间。在这里我向大家推荐一个小窍门，不妨购买一些纯进口材料，国内组装的小户型整体厨房，它的价位会降低很多，非常划算。

人们的灵感来源于生活，创意自然也高于生活。同样的空间有时改变一点点就能给人视觉上的冲击。玻璃是厨房提高空间感的重要材料，尤其在小户型设计中，玻璃的应用就更尤为重要。特别是吊柜中玻璃边框的运用，很有现代感，此外玻璃的反射会大大增加厨房的空间感，虽然是同样的空间，但是这会给人们的视觉冲击大大增强。

此外，还有一种方式也能大大增强视觉冲击力，那就是金属材质以及厨房的整体颜色两方面。细心的人会发现，设计师很少设计主色调较暗的吊柜。整体厨房的色彩应以单色调、浅色系为主，橱柜不宜使用黑色、深棕色、墨绿色等较暗的颜色，白色、浅灰色或明亮的奶黄色为主要选择的对象。

最重要也是最核心的一点恐怕也是老生常谈的问题，厨房的清洁。厨房的清洁需要很多方面的因素，比如油烟、污渍、水槽的淤泥……解决这些问题需要从很多方面着手，比如经常做饭的人、厨房中的油烟机、去污的强力清洁剂等等。个人认为油烟机还应算是厨房的重点，一个给力的油烟机可以让厨房免除油烟的困扰，因为厨房墙面和墙顶的油渍大部分都是来源于做饭时产生的油烟。

以上全部来自个人经验之谈，如有不对，望予以指正，呵呵

**厨房的心得体会篇十**

厨房是家庭中一个重要的角落，它是烹饪和享受美食的地方，也是家人团聚的场所。去观察厨房不仅可以了解其中的工作过程，还可以体会到厨房的魅力和温馨。在观察了多个厨房之后，我深深感受到其中的乐趣和启示。本文将从灵动的细节、创新的布局、耐心的工作、家庭的温馨以及美食的魅力等方面展开，分享我的观厨房心得体会。

首先，厨房中灵动的细节给人留下深刻印象。顶部悬挂的锅铲、调料罐中的香气、精致的餐具等等，无一不体现着主人的用心和细致。尤其是储物柜中的分类整理，使得厨房更加整洁和方便。观察这些细节让我明白，一个精心设计和合理管理的厨房可以提高烹饪的效率和品质。

其次，创新的布局也给厨房带来了新的面貌。有些厨房在设计时融入了岛台或吧台，使得烹饪的过程更具交流和共享的视觉效果。同时，这种布局也为家人和客人提供了一个聚集的场所，增加了家庭的温暖和活力。从中我体会到，厨房不仅仅是烹饪的地方，更是家庭的交流和互动场所。

耐心的工作态度是厨房中不可或缺的品质。当我观察一位烹饪师傅专注地处理食材，仔细翻炒，我受到了很大的启发。他们对每个步骤都极其细致，尽心尽力，追求完美。这种态度让我明白，做一道美味的菜肴不仅仅是技巧的问题，更需要细心和耐心。这样的工作态度不仅在厨房中能得到体现，也可以应用到生活的方方面面。

家庭的温馨是厨房的灵魂，也是它最重要的特点之一。在厨房里，我看到了家人一起准备食材的场景，他们相互协作，共同完成一道美味的晚餐。家人团聚在厨房中，分享他们的快乐和疲劳。这种温馨的氛围让我意识到，厨房是家人沟通和亲密关系的重要场所。更重要的是，通过厨房，家人之间可以在美食中创造快乐和回忆。

最后，美食的魅力让我着迷。无论是自制的家常菜还是专业厨师制作的高级菜肴，美食的味道让人陶醉。观察厨房中的烹饪过程，我发现每个步骤都有其独特的技巧和手法。烹饪师傅们运用火候、刀工和配料的搭配，才能制作出美味绝伦的佳肴。这让我明白到，美食是一门艺术，需要用心和智慧去创作。通过观察厨房，我也增加了对食物的敬畏和欣赏之心。

通过观厨房，我体会到了其中的魅力和温馨。厨房的灵动细节、创新布局、耐心工作、家庭的温暖以及美食的魅力，都给我带来了启示和感动。我明白了厨房不仅仅是一个烹饪的场所，更是家庭的文化和情感的表达。在将来的日子里，我会更加珍惜和享受厨房所带来的乐趣，也会更加尊重和感激那些在厨房中默默付出的人们。

**厨房的心得体会篇十一**

进厨房，是一种烹饪的开始，也是对美食的探索。无论是新手入门还是资深厨艺大师，每次进入厨房都能带给我们许多心得体会。在这个空间里，我们可以释放创造力，挑战自我，同时也能感受到烹饪的快乐与乐趣。下面，我将分享我的厨房心得体会。

第一段：熟悉工具和食材是必备基础。

在进入厨房之前，熟悉所要使用的工具和食材是非常重要的。锅、刀、砧板等基本厨具的使用方法，都是厨艺的基础。此外，了解不同种类的食材如何储存、加工、烹饪，也是必不可少的。熟悉工具和食材可以提高烹饪的效率，让我们更加游刃有余地在厨房里操作。

第二段：注重食材的选择和质量。

一道美味的菜品，离不开新鲜优质的食材。因此，在进入厨房之前，我们要学会选择优质的食材。新鲜的蔬菜、新鲜的海鲜、健康的肉类等等，都是制作美食的关键。而且，优质的食材对于口感和味道的提升也起到了至关重要的作用。因此，我们在进厨房之前要仔细挑选食材，并保证其质量。

第三段：掌握基本的烹饪技巧。

在进入厨房之前，我们必须了解和掌握一些基本的烹饪技巧。比如切菜的技巧、烹饪的火候掌握、调味品的搭配等等。只有拥有这些基本的烹饪技巧，我们才能够在厨房里自如地操作，制作出美味的佳肴。此外，熟悉不同菜系的烹饪方法也是非常重要的，它可以让我们在厨房里的烹饪变得更加多样化和富有创意。

第四段：创新与尝试，发挥个人特色。

进入厨房，不仅仅是为了掌握一技之长，更是为了释放创造力和挑战自我。在熟练掌握了基本的烹饪技巧后，我们可以尝试一些新的烹饪方式和创新的菜谱。个人的特色和创意，在烹饪的过程中能得到充分的发挥。无论是改良传统菜式，还是创造新颖的口味，都可以让我们的厨艺更上一层楼。在这个过程中，我们不仅能够满足个人的口味和喜好，还能够享受到创造与突破带来的成功和成就感。

第五段：心灵与味觉的交融，享受快乐与乐趣。

进入厨房，是一次心灵与味觉的交融。在烹饪的过程中，我们感受到的不仅仅是物质上的满足，更是心灵的自由和情感的输出。当我们亲手制作一道美味的菜品，看到亲朋好友们的赞叹和满足的笑容，这份喜悦和幸福，是无法用言语来形容的。言而总之，进入厨房，让我享受到了烹饪的快乐与乐趣。

结语：

进入厨房，不仅仅是一种烹饪的开始，更是一种人生的启示和探索。只有不断学习和实践，我们才能够在烹饪的道路上越走越远。通过熟悉工具和食材、注重食材的选择和质量、掌握基本的烹饪技巧、发挥个人特色以及享受烹饪的快乐与乐趣，我们能够收获更多的心得体会，让烹饪成为我们生活中的一种享受。进入厨房，让我们挥洒汗水，释放激情，品味人生。

**厨房的心得体会篇十二**

到宝龙酒店实习的这段时间，最大的感受就是：累。虽然实习之前就已经做好了心理准备，但现实情况比想象的累得多。只有到了酒店厨房，才真正体会到这里才是真正的战场，当然，也只有在厨房里，我们所学的理论知识才能得到应用和发挥，实践技能才能得到进一步的锻炼和提升。

现在在酒店里实习，我主要负责打荷。每天打卡上班、下班，穿着工作服在厨房里忙碌着，遇到有婚宴酒席的时候甚至忙得连坐下来休息的时间都没有。晚上下班回到宿舍，脚酸得都不想动了，只好打盆热水泡泡脚，缓解一下疲劳。虽然累，但这样的实习生活却非常充实，也学到了更多的东西。可能很多人都会认为女生不适合厨房工作，其实也不尽然。有些酒店后厨管理人员在招聘厨师时，也会倾向于女性，这主要缘于女性天生细腻，做事更加细心、认真，比如摆盘之类的活有时候就做得比男性还更出色。我想，当初招聘人员选择我也有这方面的原因吧。

1/9。

多。这句话对我影响很深，也让我坚信当初决定先到学校里学习的选择是对的。

虽然我不知道自己是否会往厨师这行业发展，但目前我会继续坚持下去。

终于等到了实习的时候了，很早以前就从师兄那里打听到了大三的上半学期有实习，那时候可以说是急切地期盼着这一天的到来，因为大家再也无法忍受当前这日以继夜的填鸭式的教学，尽管从师兄们那里了解到实习并非像想象中的那样是一件快乐的事情。

那么这座酒店到底怎么样呢？有什么值得我们借鉴的呢？还有什么需要改进的呢？给我的感受是怎么样的呢？那么且听我慢慢道来。

2/9。

组，分别在不同的部门，并且每天换一次部门，这样能让我们比较全面的了解整个餐饮业的服务、销售与管理。酒店的这一做法让我们感到挺满意的，这也正和我们的心意。

我们组的个人首先被分到了中餐厅“这是酒店餐饮部门中最辛苦的部门！”还没有开始工作，就听到旁边有人在私下这么向我们告诫着。看来，我得真的要做好思想准备才是啊！

中餐厅的工作确实如前人所说“辛苦！”酒店没有给服务员们制定自己的岗位职责和工作描述，尽管这是现代企业人力资源管理中最关键的一环，在员工的印象中，自己的工作就是每天听从领班的下达任务，随时准备着听从领导的指挥，没有固定的活干，或者说只要有需要，服务员什么都能干！摆台、折口布、传菜、上菜、撤台这些所谓的必须做的本职工作外还得兼职勤杂工，什么扛桌子椅子、铺地毯等一些脏活、重活、累活都是我们男服务员们的事情。更让人不可理解的是该酒店的上班时间是小时工作制，而且每天还得加班个小时左右(没有加班费)，我不知道这样的作息制度有没有违反《劳动法》，可是作为一名有血有肉的人来说都有自己的一个最低的底线，因为人毕竟不是一台机器，可以用来随心所欲地使用。刚开始工作的那三天确实令人叫苦不迭啊，每天除了干活还是干活，最受委屈得要算是脚了，每天小时的站立使得双脚产生了严重抗议，下班的第一件事就是想找个地方坐下了休息一下。令人向往的人性化管理和残酷的实际之间的差距由此可见一斑。

3/9。

我这个服务员和客人几乎没有区别，以至于有一次我正准备为一个会议提供服务时，却被对方认为是来参加会议的嘉宾向我致以亲切的问候！

为了提高自己的实践能力、交际能力、思考能力以及为了使自己的寒假过得有意义，也想通过亲身体验社会实践让自己更进一步了解社会，在实践中增长见识，锻炼自己的才干，培养自己的韧性，自己的能力能否被社会所承认。想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。

以前也想过，学我们工科专业的，最起码应该找门当户对的实践，但是专门机构统计的现在的毕业生出来后只有极少的一部分会做与自己专业相符的工作，再加上多一份经历，便有多一份收获。因而，在工作的过程中，我都在不断的提醒自己，不断的对自己要求，把手上的活，当做是自己的本职工作，因此，在征得父母的同意之后，我参加并且通过了肯德基的面试。

4/9。

功。”我们只看到收银员流畅的点餐速度，却不知道这一项简单的工作她们要付出多少。在肯德基上班首先要记住很多的东西，比如：产品的价格、产品的包装等等。就算是记住了这些东西还是远远不够的，因为收银不是在学校做考卷，死记硬背不能解决实际问题。

培训完后，第一次上柜台我收银完成的疙瘩、生硬，还总是漏掉步骤，不是没有建议性销售，就是没有重复点餐，一次，我为一位顾客购买餐点时又忘了建议性销售，经理在一旁提醒：“你的建议性销售呢？”一下荒了手脚的我就随口补充性的向那位顾客建议了一份套餐。结果人家自然是不要的。

顾客走了以后，经理对我说：“顾客已经买了这么多东西，你再建议他买套餐，你觉得会成功吗？这样的建议性销售不是等于没有吗？像刚刚这种情况你可以建议蛋塔、玉米色拉之类的甜点、配餐。建议性销售要有效果，不要不经大脑胡乱说一通。”在前台有四大点是十分重要的：

1、速度。

众所周知，肯德基是快餐食品，强调速度是它的一个重要的特点。作为餐厅的服务员，位顾客提供最快捷的服务是从上班第一天起就被反复强调的。

5/9。

束。这样的差距是绝对不能用“新人”来作为解释的。所以提升速度是我面临的第一重要问题。速度的增加一方面可以通过一遍又一遍的收银来获得，但同时思想上的重视是更为重要的。只有思想高度集中了，全身肌肉都绷紧了，各部位都协调合作，才能在高峰时段跟上其他收银员节奏。曾经有短时间里，自认为自己的速度已经很快了，但是当有一次亲眼目睹了店长收银、配餐的速度后，我才知道真正的迅速是什么标准，连顾客都忍不住称赞：“肯德基的速度真快啊！”

2、挑战千次。

“千次”是在柜台上时常被提起的一个名词。所谓“千次”就是一种产品在1000个顾客中所被购买的份数。由于各种原因，肯德基公司会在某段时间里对某个产品的销售提出一定的要求，各家餐厅对指标的完成情况就通过“千次”得以体现。例如肯德基总是在不断推出新的品种，以丰富其产品的种类。在投入大量人力、物力、财力研发、宣传之后，公司自然希望在“新产品是否被市场接受？消费者的喜爱程度如何？”这些问题上能有好的答案。千次就成了回答这些问题的重要指标。

3、遭遇champs。

肯德基全球推广的“champs”冠军计划是肯德基取得成功业绩的主要精髓之一。其内容为：

p？productquality？坚持高质稳定的产品;。

6/9。

s？speed？注意快速迅捷的服务。

每个月公司都对餐厅的champs状况进行打分。因此，检查人员也被称为champs，同时他还有一个中文名字——神秘顾客。因为检查人员是以顾客的身份来餐厅进行检查。员工甚至管理组都不知道他是谁，也不知道他什么时候来。他会以顾客的身份来餐厅买一分餐点，并坐上一段时间，从而给出餐厅champs的成绩。

4、注重团队精神。

一家餐厅在运营期间，柜台、总配、大厅、厨房多处区域都在同时运作。十几个员工在一起工作，我们就是一个团队，为餐厅的运营共同出力。所以员工间的相互沟通、相互协作十分常重要的。在肯德基的柜台上很少能看到只有一个收银员的情况出现。原因就是我们是一个团队，任何时候队员之间都会相互协作。互相协作的精神，使我们为他人同时也为自己提供了更好的工作环境。

其实，能作为其中的一分子，去窥视一个世界五百强企业的运营模式，你不得不惊叹人家的成功。如何作为一个快餐店存活于这个竞争如此激烈的市场里，这里面确实很多值得我们去学习。他们的那种模式不是简单的复制就能复制出来的！肯德基的产品简单得你只要你是个健全的人你就可以制作出来，每种产品都有规定好规格，重量，体积，温度，不因厨师的水平而发生口感上的变化。

7/9。

行，必有我师”啊！以前总认为自己是大学生，就自视清高，可是我现在觉得自己在她们面前是“书呆子”一个，很多很多事情，真的是需要跟她们请教！所以我觉得，这也是我的收获之一！

还有，就是以前花钱时从不觉得累，但挣钱时就不一样了，由于在学校坐习惯了，突然站7.8个小时真得受不了，不过还好，后来都适应了！哎...其实以前听别人也说赚钱不容易，可是总没有自己去亲身的体会，而这次，自己通过切身的体会，真的是...是....三个字：不容易！所以真要珍惜自己学习的机会，珍惜父母的劳动成果，虽然我平时已经比较节俭了，可是还是有时候会头脑发热，乱花钱，以后真得不能再这样了，要理智消费！另外，虽然，觉得累，但也考验了我的意志力，特别是在实在站不住的情况下，我不停的告诉自己：

要坚持一会，这是一个难得的锻炼的机会！有时候，人真得需要发挥主观能动性，每当我这么想的时候，我就会真得坚持下来！真得战胜自己，所以总有一种成就感！

我还想再谈一下当我拿到那仅有的几张票票时的感受，当时，真得是激动万分，因为那毕竟是我自己的劳动成果，手里紧握着那些钱，感觉自己像个大人一样，可以自己赚钱，可以靠自己赚取生活费，我的双手原来可以创造价值。虽然微不足道，但足以让我激动好一会了，这种感觉很美妙！

8/9。

磨练，去拼搏，要不岂不是在人间白走一遭吗？虽然我并不迷信，但我一直相信：既然给你做人的机会，那么就要好好的把握！

还有，我依然觉得，学校的生活和社会的生活是有很大不同的，学校的关系还是比较单纯的，同学们的友谊也是比较真的！另外，学习的机会也是如此的难得，所以，珍惜和把握现在，只有这样，才能对得起所以关心自己的人！

不管怎么说，我觉得这次打工的经历会永远印在我的脑海里，而且我相信以后这样的机会还会有很多，我一定会多争取，多锻炼，不断提高自我！挑战自我！虽然不是我的第一次社会实践，但我认为是一次成功的，有用的，受益非浅的社会实践这将会对我的以后学习起很大的帮助的！我会更珍惜自己现在拥有的一切，是那么来之不易啊！

以上就是我署假的实习报告，可能并不是一份很规范报告，但确确实实我这半个月工作中的感受，也虽然那份工作并不与自己的专业有很大的接口，但我认为，无论任何一种偿试，都是对自己以后很宝贵的充实。

9/9。

**厨房的心得体会篇十三**

进厨房，就像踏入一个神秘的世界，充满了各种美食的诱惑和独特的气息。对于我来说，进厨房已成为一种乐趣和享受，让我体验到了无穷的乐趣和创造力。通过与食材和调料的亲密接触，我感受到了料理的魅力并收获了许多宝贵的心得体会。

首先，进厨房让我明白了一道美食背后的辛苦和付出。在繁忙的生活中，我们往往只关注于美味食物的品尝和享受，而很少去思考这背后所需的时间和精力。在厨房里，我需要细心地搭配食材，精确地计量调料，并掌握烹饪技巧的细节，这都需要付出大量的时间和精力。一次成功的料理背后，往往是无数次的尝试和失败。这让我更加尊重厨师们的努力和执着，也更加珍惜别人为我做的一份美食。

其次，进厨房让我懂得了料理的独特之处。每个人的味觉都有所不同，而在厨房里，我可以根据自己的口味和喜好加入不同的调料，调整烹饪过程中的火候和时间，创造出令自己满意的独特风味。这种个性化的创作过程，让我意识到在厨房中，我可以充分展现自己的创造力和想象力。不同的食材和调料的组合，可以产生出无数种不同的美食，让人意犹未尽。

此外，进厨房还教会了我关于食材的重要性。在料理的过程中，食材的选择至关重要。新鲜的食材带来的独特风味和口感远胜于过期变质或低质量的食材。因此，我在进厨房之后，更加注重食材的选择和储存。我尽量选择食材新鲜、健康的产品，并学会如何正确储存和处理它们，以保证食物的营养价值和口感。并且，我也开始关注食材的来源和生产过程，选择有机食材，注重健康饮食的重要性。

最后，进厨房让我更加懂得了分享和感恩。作为一个厨艺不佳的人，我从进厨房的过程中体会到了他人的关心与帮助。无论是在烹饪技巧上还是调味品的使用上，家人和朋友们总是给予我耐心的指导和无私的帮助。这让我明白，不仅是美食，进厨房更是一种情感的交流和分享。在厨房里，我用心制作出的每一道菜肴，都是对他们的感恩和关怀的体现。而他们的鼓励和称赞，也是对我努力的肯定和鼓舞。

进厨房，并非只是简单的烹饪行为，更是一个心灵和热情的投入。在这个过程中，我领略到了美食的魅力和烹饪的乐趣，并从中获得了许多心得体会。进厨房教会了我尊重厨师们的辛勤工作、享受料理的个性化和创作过程，注重食材的选择和储存，以及分享与感恩的重要性。每一次走进厨房，都是在探索食物的世界，不仅仅是满足人的生理需要，更是释放自己热爱生活和音乐的心灵。

**厨房的心得体会篇十四**

厨房火灾虽然是常见意外事件，但是对于每一个人来说都应该引起足够的重视，因为它会给生命带来极大的危害。作为一个有过经历的人，我深切地意识到，对于厨房火灾，我们必须要做好预防和应对的工作。在这篇文章中，我将分享我的厨房火灾心得体会，希望对读者有所帮助。

第二段：了解火灾的危害。

厨房火灾的危害不容小觑，它不仅能让家庭财产遭受巨大的损失，还会危及人的生命安全。当火势较大时，烟雾和热气会导致窒息和烧伤。此外，火灾会产生有毒气体，对人身体造成影响。因此，我们应该认真对待和预防这种情况的发生。

第三段：防范之道。

厨房火灾的发生有很多原因，不仅仅是过火引起的。因此，要想预防火灾，我们需要全面考虑。首先，我们应该保持清洁，不要让油脂积聚，尤其是炉台上的厨具要经常擦拭。其次，使用明火时一定要注意火源的安全，离开时要随时检查，确保已经熄灭火源。最后，安装烟雾报警器是很有必要的，它能在火灾产生时及时发出警报，提醒居民做好疏散准备，避免生命危险的发生。

第四段：正确应对厨房火灾。

即使我们已经做到了充分的预防工作，厨房火灾也有可能发生。这时，正确的应对非常重要，它不仅可以控制火势，还可以减小损失。当火灾发生时，首先不要惊慌失措，要冷静分析情况，查找火源。如果是单一的油脂起火，可以选择用湿毛巾或盖子将其覆盖，使其失去氧气，逐渐熄灭。如果火势较大，或者没有条件灭火时，马上报警，并迅速撤离现场。一定要注意不要逆行，以免被火势控制。

第五段：结语。

总之，预防和应对厨房火灾很重要，我们需要时刻警惕，做好预防和应对的准备。当火灾发生时，我们需要镇定自若，正确应对，以减小损失。希望大家都能把厨房火灾预防和应对的知识融会贯通，使我们的家庭更加安全。

**厨房的心得体会篇十五**

到\_\_酒店实习的这段时间，最大的感受就是：累。虽然实习之前就已经做好了心理准备，但现实情况比想象的累得多。只有到了酒店厨房，才真正体会到这里才是真正的战场，当然，也只有在厨房里，我们所学的理论知识才能得到应用和发挥，实践技能才能得到进一步的锻炼和提升。

现在在酒店里实习，我主要负责打荷。每天打卡上班、下班，穿着工作服在厨房里忙碌着，遇到有婚宴酒席的时候甚至忙得连坐下来休息的时间都没有。晚上下班回到宿舍，脚酸得都不想动了，只好打盆热水泡泡脚，缓解一下疲劳。虽然累，但这样的实习生活却非常充实，也学到了更多的东西。可能很多人都会认为女生不适合厨房工作，其实也不尽然。有些酒店后厨管理人员在招聘厨师时，也会倾向于女性，这主要缘于女性天生细腻，做事更加细心、认真，比如摆盘之类的活有时候就做得比男性还更出色。我想，当初招聘人员选择我也有这方面的原因吧。

记得当初选择到学校里学习烹饪技能的时候，除了哥哥，家里其他人和朋友们都不是非常地支持，因为他们认为学厨师直接到酒店厨房里去学也是一样的，何必花钱到学校里学呢。但是我却不这么认为。庆幸的是，还好有哥哥的支持，最终能够顺利来学校学习。

我很清楚地记得我们烹饪班张老师说过的一句话，大概意思就是说：直接到酒店厨房里当学徒，你接触的圈子可能很小，而如果你从学校里接受系统的学习和培训后再到酒店里去，你的圈子就可能比别人大得多。这句话对我影响很深，也让我坚信当初决定先到学校里学习的选择是对的。

虽然我不知道自己是否会往厨师这行业发展，但目前我会继续坚持下去。

**厨房的心得体会篇十六**

20\_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。

一、认真总结、吸取教训、把好质量。

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，就是这样要求着重复的把着菜肴的一道质量关，从不感到厌倦。

二、厉行节约、相互监督、控制成本。

省下的就是挣下的，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，工作体会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。

三、爱岗敬业、忠于职守、提高自已。

一道成功的菜品离不开全员的共同配合，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\_的明天更辉煌，心得体会更灿烂!

祝各位领导身体健康!万事如意!

**厨房的心得体会篇十七**

终于等到了实习的时候了，很早以前就从师兄那里打听到了大三的上半学期有实习，那时候可以说是急切地期盼着这一天的到来，因为大家再也无法忍受当前这日以继夜的填鸭式的。

教学。

尽管从师兄们那里了解到实习并非像想象中的那样是一件快乐的事情。

那么这座酒店到底怎么样呢有什么值得我们借鉴的呢还有什么需要改进的呢给我的感受是怎么样的呢那么且听我慢慢道来。

本站的餐饮部大致分成如下几个部门：中餐部(包括广东轩、多功能厅和个包厢)、西餐部(包括花园餐厅和自助餐厅)和酒水部(包括大堂吧、乐怡吧、中餐吧、西餐吧和自助吧)。我们人被分成了个组，分别在不同的部门，并且每天换一次部门，这样能让我们比较全面的了解整个餐饮业的服务、销售与管理。酒店的这一做法让我们感到挺满意的，这也正和我们的心意。

我们组的个人首先被分到了中餐厅\"这是酒店餐饮部门中最辛苦的部门!\"还没有开始工作，就听到旁边有人在私下这么向我们告诫着。看来，我得真的要做好思想准备才是啊!中餐厅的工作确实如前人所说\"辛苦!\"酒店没有给服务员们制定自己的岗位职责和工作描述，尽管这是现代企业人力资源管理中最关键的一环，在员工的印象中，自己的工作就是每天听从领班的下达任务，随时准备着听从领导的指挥，没有固定的活干，或者说只要有需要，服务员什么都能干!摆台、折口布、传菜、上菜、撤台这些所谓的必须做的本职工作外还得兼职勤杂工，什么扛桌子椅子、铺地毯等一些脏活、重活、累活都是我们男服务员们的事情。

更让人不可理解的是该酒店的上班时间是小时工作制，而且每天还得加班个小时左右(没有加班费)，我不知道这样的作息制度有没有违反《劳动法》，可是作为一名有血有肉的人来说都有自己的一个最低的底线，因为人毕竟不是一台机器，可以用来随心所欲地使用。刚开始工作的那三天确实令人叫苦不迭啊，每天除了干活还是干活，最受委屈得要算是脚了，每天小时的站立使得双脚产生了严重抗议，下班的第一件事就是想找个地方坐下了休息一下。令人向往的人性化管理和残酷的实际之间的差距由此可见一斑。

**厨房的心得体会篇十八**

厨房是每个家庭中必不可少的空间，我们在厨房中烹饪食物，享受美食，同时也需要注意厨房安全。尤其是在厨房起火这种危险情况，往往是因为我们平时疏忽而引起的。本文将分享一些关于如何预防和处理厨房起火的心得体会。

二、预防起火。

首先，预防厨房火灾的最好方法是防患于未然。在使用厨房时，需要做好以下预防措施。首先，保持清洁，定期清洗厨房，避免油脂积累。其次，使用电器和燃气炉具时需注意安全，随时检查线路和气源管道是否完好。最后，一定要保持警觉，不能将烹饪过程中的事情与其他活动混为一谈，需要时刻注意火源，避免疏忽而引发火灾。

三、如何处理起火。

即使我们采取了足够的安全措施，厨房火灾仍然可能发生。在这种情况下，处理起火至关重要。发生火灾时，不能惊慌失措，而应采取有效措施迅速扑灭火源。首先，关闭明火和电器，避免火势扩大。其次，使用消防器材扑灭火源，最后尽快报警请求专业救援。

四、遇到特殊情况。

在处理起火时，有时会遇到一些特殊情况。例如：火势过大，烟雾浓厚，无法扑灭。在这种情况下，我们不能冒险自救，而应尽快撤离现场，远离火源，以免受伤。同时，我们需要及时报警，等待专业救援。

五、结尾。

在日常生活中，我们需要时刻关注厨房安全，采取有效的预防措施，并学会应对不同情况下的起火。通过了解和掌握这些知识，我们才能更好地保护自己和家庭的生命财产安全，确保厨房成为我们安全、健康的心灵港湾。

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