

T/CRACM

团 体 标 准

T/CRACM 0022—2026

膳食指导员岗位能力评价

Dietary counselor job skills assessment

2026 - 7 - 29 发布

2026 - 8 - 29 实施

中国中医药研究促进会

发 布

目 次

前言 1

1 范围 1

2 规范性引用文件 1

3 术语和定义 1

4 能力结构 2

5 基本素养 2

6 核心专业能力要求 3

7 能力评价原则 5

8 评价实施 7

9 评价结果 8

附录 A（资料性）膳食指导员岗位能力评价指标参考表 9

参考文献 11

前 言

本标准按照GB/T 1.1—2020《标准化工作导则 第1部分：标准化文件的结构和起草规则》及GB/T 20001.8—2023《标准编写规则 第8部分：评价标准》的规定起草。

请注意本文件的某些内容可能涉及专利。本文件的发布机构不承担识别专利的责任。

本文件由海南国祥非药物治疗法研究院提出。

本文件由中国中医药研究促进会归口。

本标准起草单位：海南国祥非药物治疗法研究院、天津康汇医院有限公司、北京中医药大学东方医院、秦皇岛市第一医院（秦皇岛市中医医院）、秦皇岛市杏庐康养产业发展有限公司、药典草本时养（北京）健康科技发展有限公司、三河燕达金色年华健康养护中心、北京心扁鹊连锁运营管理有限公司、昆明一墨相承中医药创新研究有限公司、云南银河职业培训学校、平衡健康科技（山东）有限公司、秦皇岛药科中等职业学校、本草膳食（太原）餐饮管理有限公司、益可口（杭州）餐饮管理有限公司。

本标准主要起草人：买文军、蒋家望、乔晋琳、齐中祥、张锋、张利泰、裴素萍、赵姿茗、刘玉环、邢波、吕林、罗永起、曹艳辉、宋宝军、宋欣峰、王惠玲、汤海杰、张克义、全越、李华斌、杨益、侯永亮、王越、胡博。

膳食指导员岗位能力评价

1 范围

本文件规定了膳食指导员岗位的能力结构、基本素养、核心专业能力要求及能力评价的原则、实施、结果与报告要求。

本文件适用于中国中医药研究促进会及其会员单位、合作机构开展膳食指导员相关规范落地、从业人员管理、能力等级认定等工作；适用于健康管理机构、中医养生保健机构、养老服务机构、餐饮企业、社区卫生服务中心、学校及托育机构等单位中，从事膳食指导、营养咨询、膳食方案制定、膳食科普及膳食智能服务等相关工作的专业人员。

本文件可作为膳食指导员岗位能力评价、招聘聘任、岗位晋升的依据，亦可作为相关培训机构开展培训工作的参考。

本文件涉及的膳食指导服务属于非医疗性健康干预范畴，严格区别于医疗行为。膳食指导员不得从事疾病诊断、治疗、处方开具等医疗活动。

2 规范性引用文件

下列文件对于本文件的应用是必不可少的。凡是注日期的引用文件，仅所注日期的版本适用于本文件；凡是不注日期的引用文件，其最新版本（包括所有修改单）适用于本文件。

GB/T 46939—2025 中医体质分类与判定

GB 2760—2024 食品安全国家标准 食品添加剂使用标准

T/CNSS 033—2024 营养保健服务规范

T/HSIPA 003—2024 营养师岗位能力要求与评价

不得使用《按照传统既是食品又是中药材的物质目录》以外的物品进行功效宣称或保健干预，严格遵循《中华人民共和国中医药法》《中华人民共和国基本医疗卫生与健康促进法》《中医养生保健服务规范（试行）》相关规定。

3 术语和定义

下列术语和定义适用于本文件。

3.1

膳食 Scientific and reasonable daily diet

以中医饮食养生理论为指导，融合公共营养学、健康烹饪理论及相关专业技能，以日常饮食为主要实践载体，适配个体体质、满足人体生理需求、承载家庭饮食文化的健康日常饮食体系。

3.2

膳食指导 Scientific and reasonable daily dietary guidance

基于中医饮食养生理论、公共营养及健康烹饪理论与方法，融合食品安全知识及膳食教育理念，面向社会各类人群提供专业化健康饮食指导的服务活动。

3.3

膳食指导员 Personnel who guide scientific and reasonable daily diets

从事日常健康饮食指导、食养科普宣教、膳食方案定制，提供专业化膳食健康服务的从业人员。

3.4

膳食智能服务 Provide intelligent services for scientific and reasonable diet

依托膳食服务APP、智能健康设备等信息化工具，实现膳食计划制定、营养数据统计、健康状况跟踪、膳食建议智能推送的智能化膳食指导服务模式。

3.5**健康烹饪模式 Healthy Cooking Mode**

遵循“调和五味、性味相宜”传统烹饪理念，以保留食材营养、降低健康风险为核心，采用少油、少盐、少糖、低温烹制等方式，符合膳食营养与体质适配要求的标准化烹饪模式。

3.6**膳食素养教育 Scientific and reasonable daily dietary literacy education**

以日常饮食实践、膳食知识普及、健康行为养成为核心载体，引导个体建立科学膳食认知、掌握健康烹饪技能、形成适配自身体质且可长期坚持的健康饮食行为的综合性素养培育体系。

3.7**以中医食养理论基础 theoretical basis of TCM food nourishment**

中医理论为指导，涵盖性味归经、辨证施膳、四季食养、“药食同源”“治未病”等核心内容，用于指导日常饮食调理与体质养护的理论体系。

4 能力结构

膳食指导员岗位能力由基本素养和核心专业能力两部分构成。核心专业能力包含公共营养知识、中医饮食养生、健康烹饪模式、食品安全知识、膳食素养教育、膳食智能服务六个模块。各模块能力相互支撑、协同联动，构成完整的膳食指导员岗位能力体系。

基本素养的具体要求见第5章，核心专业能力的具体要求见第6章。

评价时，基本素养模块权重不低于总分的10%，六大核心专业能力模块合计权重不高于90%，各模块内部分配由评价机构参照附录A确定。

5 基本素养

膳食指导员应具备良好的职业道德、职业素养及行业基础常识，为规范开展膳食指导工作奠定基础。

5.1 职业道德

5.1.1 秉持客观公正、诚信尽责的职业操守，尊重服务对象健康需求、饮食偏好与宗教信仰，恪守职业诚信，不隐瞒、不误导服务对象。

5.1.2 严格遵守国家食品安全、营养健康相关法律法规及行业自律规范，杜绝违法违规、侵害服务对象权益及违背职业伦理的行为。

5.1.3 尊重同行、团结协作，主动交流膳食指导专业经验；自觉履行社会责任，参与全民健康饮食科普公益活动。

5.2 职业素养

5.2.1 具备良好的沟通表达能力，能够通俗、清晰地向服务对象传递膳食营养与食养知识。

5.2.2 具备较强的服务意识与职业责任心，持续关注服务对象健康状况及膳食方案执行情况，动态优化指导方案。

5.2.3 具备自主持续学习能力，跟踪膳食营养、中医食养、健康烹饪、食品安全等领域新知识、新技术与新政策。

5.2.4 具备基础组织协调与问题处置能力，可独立完成常规膳食指导任务，妥善处置突发情况与复杂服务场景。

5.3 基本常识

5.3.1 掌握国家膳食指导、营养健康、食品安全相关政策法规，熟悉行业发展现状与自律管理要求。

5.3.2 具备基础健康常识与卫生知识，理解膳食与健康的内在关联。

5.3.3 掌握老年人、青少年、孕妇、哺乳期女性、婴幼儿、慢性病患者等重点人群生理特点与基础膳食需求。

6 核心专业能力要求

6.1 营养保健服务理论与技能

6.1.1 理论要求

a) 掌握蛋白质、碳水化合物、脂肪、维生素、矿物质、膳食纤维等营养素的生理功能、食物来源、适宜摄入量及摄入失衡的健康危害，熟悉营养素间协同与制约关系；

b) 熟悉《中国居民膳食指南（2022）》核心内容，掌握普通人群与特殊人群膳食营养原则及食材搭配规范；

c) 掌握营养评估基础理论与方法，熟悉膳食调查、体格测量、营养缺乏筛查等基础评估知识；

d) 掌握膳食搭配基础理论与基本原则，熟悉各类食材营养特征与配伍规律；

e) 了解营养与慢性病的关联机制，掌握高血压、糖尿病、肥胖、高血脂等常见慢性病的膳食营养干预原则。

6.1.2 技能要求

a) 能够结合服务对象年龄、性别、生理状态、健康需求、饮食偏好及生活习惯，制定个性化膳食计划；

b) 能够独立开展基础性营养评估，通过膳食调查、体格测量等方式研判营养状况，识别营养缺乏或过量问题；

c) 能够针对特殊生理人群及慢性病群体制定专项膳食干预方案；

d) 能够辨识常见食材营养特征，指导服务对象科学选购食材；

e) 能够跟踪记录服务对象膳食方案执行情况，根据反馈及时优化调整。

6.2 中医饮食养生理论与技能

6.2.1 理论要求

a) 掌握中医饮食养生基础理论，包括性味归经、辨证施膳、四季食养等核心内容，理解“药食同源”“治未病”传统养生理念；

b) 熟悉常见药食同源食材¹的功效、适配人群、食用禁忌与应用方法，掌握分类及配伍原则；

c) 掌握中医体质辨识基础理论，熟悉九种体质的特征及膳食养生原则；

d) 熟悉中医饮食养生与疾病预防、术后康复的关联，掌握常见亚健康及慢性病的中医食养干预原则；

e) 了解中华传统饮食文化内涵，掌握中医食养理念的现代转化应用方法。

注1：“药食同源”指国家卫生健康委员会公布的《按照传统既是食品又是中药材的物质目录》所列物质。

6.2.2 技能要求

- a) 能够依据服务对象中医体质，遵循辨证施膳原则，制定个性化食养方案；
- b) 能够指导服务对象合理选用与配伍药食同源食材，掌握适宜烹制与食用方法；
- c) 能够顺应四时节气变化，提供季节性膳食养生建议；
- d) 能够针对常见亚健康状态及慢性病提供中医食养调理建议；
- e) 能够向服务对象普及中医饮食养生知识，引导养成常态化健康饮食习惯。

6.3 健康烹饪模式理论与技能

6.3.1 理论要求

- a) 掌握“调和五味、性味相宜”健康烹饪核心理念，熟悉少油、少盐、少糖、低温烹制等技术要点；
- b) 熟悉蒸、煮、炖、炒、凉拌、焖等常用烹饪方式的营养保留特征；
- c) 掌握食材营养保护烹饪技巧，熟悉采购、储存、预处理、烹制全流程营养保全方法；
- d) 掌握健康烹饪调味品使用规范，熟悉油、盐、糖合理用量及替代方案；
- e) 熟悉常见食材性味特征与烹饪属性，掌握适配的烹制方法、时长与温度控制要点。

6.3.2 技能要求

- a) 能够运用蒸、煮、炖、凉拌等健康方式制作日常膳食，合理控制油盐糖用量；
- b) 能够指导服务对象掌握家庭健康烹饪技巧，纠正高油高盐不良烹饪习惯；
- c) 能够依据膳食计划合理配伍食材、优选烹饪方式；
- d) 能够规范开展食材预处理营养保护，把控工艺要点；
- e) 能够根据食材特性灵活调整烹饪工艺，提升营养利用率。

6.4 食品安全理论与技能

6.4.1 理论要求

- a) 掌握《中华人民共和国食品安全法》及 GB 2760-2024 等国家食品安全标准核心规定；
- b) 熟悉微生物、化学性、物理性食品污染物的来源、危害及防控措施；
- c) 掌握食材采购、储存、加工、烹制、餐具消毒全流程食品安全管控要求；
- d) 了解食品安全事故分类、应急处置原则与基本流程；
- e) 掌握食品安全科普基础理论，能够分层开展科普宣教。

6.4.2 技能要求

- a) 能够辨识食材新鲜度与安全状态，指导科学选购安全合规食材；
- b) 能够规范执行食材采购、储存、加工、烹制各环节操作规范；
- c) 能够规范开展餐具、厨具清洗与消毒操作，杜绝交叉污染；

- d) 能够排查日常膳食制作中的常见食品安全隐患，协助处置突发情况；
- e) 能够面向大众普及食品安全常识。

6.5 膳食素养教育理论与技能

6.5.1 理论要求

- a) 掌握中华膳食文化核心内涵，熟悉传统膳食文化与膳食礼仪规范；
- b) 熟悉膳食科普教育基础理论与传播方法；
- c) 掌握不同年龄、职业、健康状态人群的膳食科普差异化需求；
- d) 熟悉膳食科普材料编制基本原则；
- e) 掌握日常膳食礼仪基本规范。

6.5.2 技能要求

- a) 能够独立编制科普文章、宣讲课件、知识手册、短视频脚本等膳食科普材料；
- b) 能够面向各类群体开展线下宣讲、现场咨询等科普活动；
- c) 能够指导服务对象掌握基础膳食礼仪规范；
- d) 能够依托社群、短视频、线下讲座、社区宣传等渠道开展膳食科普传播；
- e) 能够专业解答服务对象关于膳食营养、食养调理、膳食礼仪等常见疑问。

6.6 膳食智能服务理论与技能

6.6.1 理论要求

- a) 掌握主流膳食服务APP的核心功能、应用逻辑与服务场景；
- b) 了解智能膳食管理基础理论，熟悉智能配伍、营养统计、健康跟踪、智能推送等核心业务逻辑；
- c) 掌握智能健康设备与膳食服务APP数据同步原理及互联互通基本方法；
- d) 了解膳食健康数据基础分析方法，能够依托平台数据研判膳食营养状况；
- e) 把握膳食智能服务行业发展趋势。

6.6.2 技能要求

- a) 能够熟练操作主流膳食服务APP，完成膳食计划制定、食材录入、营养查询、建议推送等全流程操作；
- b) 能够指导服务对象完成膳食APP及智能健康设备的下载、安装、注册与基础操作；
- c) 能够依托智能平台统计分析服务对象膳食摄入与健康数据变化，动态优化指导方案；
- d) 能够通过智能平台实现线上常态化互动，推送膳食提醒、营养建议；
- e) 能够排查并协助解决服务对象使用膳食APP及智能设备的常见操作问题。

7 能力评价原则

膳食指导员岗位能力评价应遵循以下原则，保证评价工作科学、客观、公正、可操作，全面表征岗位综合能力水平。

7.1 科学性原则

评价指标与评价方法贴合膳食指导员岗位履职要求，对标现行相关标准与行业实践。

7.2 客观性原则

评价以理论考试、技能实操、现场答辩、单位评价、服务反馈为依据，有据可依、评价公允。

7.3 实用性原则

评价流程简便易行、指标清晰明确，贴合行业实际应用场景。

7.4 综合性原则

评价覆盖基本素养及六大核心专业能力模块，全面考核理论素养、实操能力与职业操守。

7.5 动态性原则

结合行业发展、政策更新及岗位服务需求变化，适时优化评价指标与评价方式。

8 评价实施

8.1 评价方法

评价应采用以下一种或多种组合方式：

- a) 理论考试：闭卷笔试或机考，覆盖第5章基本素养及第6章理论要求内容；
- b) 技能实操：现场或模拟场景操作，覆盖第6章技能要求内容；
- c) 现场答辩：针对膳食方案制定、案例分析等进行口头答辩；
- d) 单位评价：由受聘或培训机构对申请人日常工作表现出具评价意见；
- e) 服务反馈：由服务对象对申请人服务记录出具反馈意见。

各模块对应的评价方法参见附录A。

8.2 组织实施流程

评价工作按以下步骤实施：

- a) 申报：申请人提交身份证明、学历/培训证明、工作经历材料；
- b) 初审：评价机构核查申报材料完整性及适用性；
- c) 考核：按 8.1 实施理论考试、技能实操、现场答辩；
- d) 综合评议：评价组结合单位评价、服务反馈材料进行综合评分；
- e) 结果审定：评价机构审定评级结果，形成评价报告；
- f) 证书发放：对通过评价者颁发岗位能力评价证书。

8.3 专家资质与组织要求

8.3.1 评价机构应是中国中医药研究促进会认可的会员单位或合作机构,具备开展膳食指导员评价的场地、人员与管理制度。

8.3.2 评价组专家应满足以下条件:

- a) 具有营养学、中医学、食品安全、烹饪等相关专业中级及以上专业技术职称或同等职业资格;
- b) 从事相关专业工作满5年,其中至少2年与膳食指导、食养服务直接相关;
- c) 熟悉本文件内容及GB/T 20001.8 评价类标准编写规则;
- d) 与申请人无利害关系,遵守回避制度。

8.3.3 每项评价活动的专家组成员不少于3人,其中至少1人具有副高级及以上职称。

8.4 评价报告内容

评价结束后,评价机构应形成书面评价报告,内容包括:

- a) 评价活动基本信息(时间、地点、评价机构、专家组成员);
- b) 申请人基本信息及申报材料摘要;
- c) 各模块评价得分及评价方法记录;
- d) 综合评价意见与评级结果;
- e) 评价机构盖章及专家签字;
- f) 报告出具日期。

9 评价结果

膳食指导员岗位能力评价结果分为三个等级:优秀、合格、不合格。

9.1 评级按总分划定:

优秀: 90分~100分;
合格: 70分~89分;
不合格: 低于70分。

9.2 各模块等级参考划分参见附录A。单项模块“不合格”者,允许在3个月内申请该模块补考/补评一次;累计两个及以上模块“不合格”者,需重新参加全部评价。

9.3 评价证书应载明:持证人姓名、身份证号、评价等级、评价机构、发证日期及证书编号。

附 录 A

(资料性)

膳食指导员岗位能力评价方法

表 A.1 膳食指导员岗位能力评价指标参考表

评价模块	评价指标	分值	评价方法	评价等级参考（分值区间）
一、基本素养（10分）	1. 职业道德：诚信尽责、尊重服务对象、遵纪守法与行业规范	3	闭卷考试（选择、判断）、单位评价、现场口试	优秀：2.5~3 分；合格：1.8~2.4 分；不合格：< 1.8 分
	2. 职业素养：沟通表达、服务意识、持续学习、问题处置能力	4	现场提问、模拟场景、学习记录核查、工作案例考核	优秀：3.4~4 分；合格：2.4~3.3 分；不合格：< 2.4 分
	3. 基本常识：政策法规、健康常识、重点人群膳食需求	3	闭卷考试、现场口试	优秀：2.5~3 分；合格：1.8~2.4 分；不合格：< 1.8 分
二、营养保健服务理论与技能（18分）	1. 理论要求：营养素、膳食指南、营养评估、膳食搭配、营养与慢病	8	闭卷简答 / 论述、理论口试	优秀：6.8~8 分；合格：4.8~6.7 分；不合格：< 4.8 分
	2. 技能要求：膳食计划、营养评估、特殊人群指导、食材选购、跟踪调整	10	模拟方案制定、营养报告分析、案例研判	优秀：8.5~10 分；合格：6~8.4 分；不合格：<6 分
三、中医饮食养生理论与技能（15分）	1. 理论要求：食养理论、药食同源、体质辨识、食养与康养	6	闭卷简答 / 论述、理论口试	优秀：5.1~6 分；合格：3.6~5 分；不合格：<3.6 分
	2. 技能要求：体质食养方案、药食同源应用、四季食养指导	9	模拟体质辨识、方案制定、案例分析	优秀：7.7~9 分；合格：5.4~7.6 分；不合格：< 5.4 分
四、健康烹饪模式理论与技能（15分）	1. 理论要求：健康烹饪理念、烹制营养特征、营养保护、调味品规范	6	闭卷简答 / 论述、理论口试	优秀：5.1~6 分；合格：3.6~5 分；不合格：<3.6 分
	2. 技能要求：健康菜品制作、烹饪指导、食材预处理、烹制方式优选	9	现场实操、模拟教学指导	优秀：7.7~9 分；合格：5.4~7.6 分；不合格：< 5.4 分
五、食品安全理论与技能（15分）	1. 理论要求：安全标准、污染物防控、全流程管控、应急处置	6	闭卷简答 / 论述、理论口试	优秀：5.1~6 分；合格：3.6~5 分；不合格：<3.6 分

评价模块	评价指标	分值	评价方法	评价等级参考（分值区间）
	2. 技能要求：食材安全辨识、流程防控、消毒操作、隐患排查科普	9	食材辨识、消毒演示、案例处置	优秀：7.7~9 分；合格：5.4~7.6 分；不合格：< 5.4 分
六、膳食素养教育理论与技能（12 分）	1. 理论要求：传统膳食文化、科普方法、人群需求、膳食礼仪	4	闭卷简答、理论口试	优秀：3.4~4 分；合格：2.4~3.3 分；不合格：< 2.4 分
	2. 技能要求：科普编制、宣讲咨询、礼仪指导、多渠道传播答疑	8	科普材料编制、模拟宣讲、现场答疑	优秀：6.8~8 分；合格：4.8~6.7 分；不合格：< 4.8 分
七、膳食智能服务理论与技能（10 分）	1. 理论要求：APP 应用、智能管理、数据同步、膳食数据分析	3	闭卷简答、理论口试	优秀：2.5~3 分；合格：1.8~2.4 分；不合格：< 1.8 分
	2. 技能要求：APP 操作、设备指导、数据研判、线上互动运维	7	平台实操、模拟指导、案例分析	优秀：6~7 分；合格：4.2~5.9 分；不合格：<4.2 分
总分合计	—	100 分	分项累加综合评定	优秀：90~100 分；合格：70~89 分；不合格：<70 分

参 考 文 献

- [1] GB/T 46939—2025 中医体质分类与判定 [S]
 - [2] GB 2760—2024 食品安全国家标准 食品添加剂使用标准 [S]
 - [3] T/CNSS 033—2024 营养保健服务规范 [S]
 - [4] T/HSIPA 003—2024 食养师岗位能力要求与评价 [S]
 - [5] 职业分类大典（2022年版）4-03-02-01 中式烹调师 [S] （原非标内容移至此处）
 - [6] 中国营养学会. 中国居民膳食指南（2022）[M]. 北京：人民卫生出版社，2022.
 - [7] 国家中医药管理局. 中医养生保健服务规范（试行）：国中医药结合发〔2023〕3号 [A]
 - [8] 国家卫生健康委办公厅. 按照传统既是食品又是中药材的物质目录 [Z]
 - [9] 中华人民共和国食品安全法 [Z]. 2015.
 - [10] 中华人民共和国中医药法 [Z]. 2016.
 - [11] 中华人民共和国基本医疗卫生与健康促进法 [Z]. 2019.
 - [12] 周俭. 中医营养学 [M]. 北京：中国中医药出版社，2012.
 - [13] 杨月欣，葛可佑. 中国营养科学全书 [M]. 北京：人民卫生出版社，2019.
 - [14] 王济，郑燕飞. 中医体质营养学 [M]. 北京：中国中医药出版社，2020.
 - [15] 赵荣光. 中华食礼 [M]. 北京：中国轻工业出版社，2021.
 - [16] 高成鸢. 味即道 [M]. 北京：生活书店出版有限公司，2018.
-