

107 年度臺北市公私立國小親師生 珍食美味午餐大作戰-愛·幸福 做便當比賽辦法

學校營養午餐供應政策兼具教育意涵、社會福利、營養調節及農業發展等多重功能與目標，其目的在於兼顧健康、教育與解決家長準備午餐的問題。然而，營養午餐的教育理念如能落實並延伸至家庭，藉由親子一起動手做料理，進而讓學生習得如何親手為自己、為家人、為親愛的人做出營養、色香味俱全的愛·幸福的便當。

壹、 依據

- 一、107 年 2 月 5 日 107 年珍食美味午餐大作戰_愛·幸福 的便當活動研商會議決議辦理。
- 二、依據公務人員品德修養及工作績效激勵辦法第六條公務人員個人或團體在本機關內具

有

下列各款事蹟之一者，個人得頒給新臺幣五千元以下等值之獎勵，團體得頒給新臺幣一萬元以下等值之獎勵:.....；五、執行專案計畫或臨時交辦事項，圓滿達成任務，

有

具體成效。

貳、 目的

- 一、宣導健康飲食及食物烹調料理，透過實地演練落實均衡飲食。
- 二、引導親師生發揮創意及想像力，藉由分享活動培養學生食育力。
- 三、推動健康蔬食的理念，提倡友善的飲食習慣，以料理巧思結合各種在地食材，做出幸福美味的料理。

參、 辦理單位

- 一、主辦單位：臺北市政府教育局、臺北市政府衛生局。
- 二、承辦單位：臺北市信義區永吉國民小學。
- 三、協辦單位：臺北市私立育達高級商業家事職業學校。

肆、 活動內容

- 一、活動主題：臺北市公私立國小珍食美味午餐大作戰-愛·幸福 做便當。

二、組隊

(一)臺北市公私立國民小學之教職員工生：每校至少 1 隊，至多 3 隊，各隊成員最多 4 位，含 1~3 位學生及 1 位教職員或家長。

(二)新北市、基隆市及桃園市各公私立小學之教職員工生【直接進入決賽】：最多 12 隊。

以學校為單位組隊，成員最多 4 位，含 1~3 位學生及 1 位教職員或家長組成。

伍、 比賽期程

- 一、初賽：進行書面審查。

(一)書面審查繳交期限：107 年 5 月 9 日。

(二)書面審查繳交地點：臺北市信義區永吉國小(臺北市信義區松山路 287 巷 5 號)

(三)公布複賽入選名單：107 年 5 月 16 日。

二、複賽

(一)初賽入選隊伍進行現場展示及解說。

(二)複賽日期：107 年 5 月 30 日

(三)複賽地點：臺北市私立育達高級商業家事職業學校(臺北市松山區寧安街 12 號)

三、決賽

(一)進行現場烹飪比賽。

(二)決賽日期：107 年 6 月 8 日。

(三)決賽地點：臺北市私立育達高級商業家事職業學校(臺北市松山區寧安街 12 號)

四、決賽頒獎

(一).頒獎日期：107 年 6 月 8 日。

(二).頒獎地點：臺北市私立育達高級商業家事職業學校(臺北市松山區寧安街 12 號)

陸、報名方式

一、報名期限：即日起至 107 年 5 月 9 日 (星期三) 截止收件。

二、報名資料

(一)報名表紙本(附件 1)

(二)便當設計理念紙本(附件 2)

(三)烹調過程說明紙本(附件 3)

(四)便當製作表格紙本(附件 4)

(五)同意書紙本(附件 5)

(六)光碟

(內含報名表、便當製作表格、菜餚照片、活動計畫過程之照片資料電子檔)

三、資料繳交注意事項

(一)文字敘述：資料需詳細列出「便當材料」及以文字呈現「烹調作法」、「便當的創意思法」及結合愛與關懷之相關作為等。

(二)相片規格：團隊合作過程照片至少 6 張、便當成品照片至少 4 張，光碟內請檢附未經壓縮之原始照片檔。

四、報名期限

(一)通訊報名：107 年 5 月 9 日 (星期一) 前掛號寄至「110 臺北市信義區松山路 287 巷 5 號 臺北市信義區永吉國民小學 學務處許文怡營養師 收」，以郵戳為憑。

(二)如參賽作品未於期限內送達或資料不齊全或未符合規格者，皆屬未完成報名，不得提出異議。

(三)收件結果公告於「臺北市營養探索樂園網頁 <http://eatingright.tp.edu.tw/>」。

(四)洽詢事宜請致電永吉國小：(02) 87858110 分機 650 許文怡營養師。

柒、比賽規則：

一、本比賽先採「書面資料審查評選」，再進行現場展示及解說之「複賽」，最後進行「決賽現場烹調比賽」。

二、書面資料審查(食材/菜單規定)方式

- (一)食材份量可參考「教育部學校午餐國小 4-6 年級每日食物內容階段值」設計。
- (二)菜單設計為供應 4 人午餐份量，食材費用控制於新台幣 300 元以內。
- (三)使用在地及當令食材。

三、複賽方式

- (一)進入複賽之組別於複賽當天備妥 1 份已料理完成的便當盒至會場展示，樣式不拘。
- (二)進行 1 分鐘之設計說明。
- (三)由專家學者、現場嘉賓及選手進行票選，依報名組數擇優錄取進入總決賽。

四、決賽比賽方式

- (一)採現場烹調。
- (二)需於 90 分鐘內完成 4 人份餐點。
- (三)自行準備 2 個便當盒，樣式不拘。
- (四)將 2 份成品置於自行準備之便當盒內擺盤，1 份供評審委員評分，1 份於典禮會場供拍攝展示及現場觀摩。
- (五)剩餘 2 份餐點置於主辦單位準備的盤子擺盤，供評審委員品評，未於時間內完成擺設，酌予扣分。
- (六)烹調過程與環境衛生應符合衛生安全。
- (七)食材須與書面資料相符，不符者酌予扣分。
- (八)不得以市面已調理完成之成品參賽。

捌、活動評選方式

一、初審書面資料審查方式

- (一)由資深廚師、營養學者、家長聯合會代表及學校行政人員等組成評審團進行初評。
- (二)書面評選標準

| 占比 (%) | | 項目 | 內容 |
|--------|----|-------|-------------------------------------|
| 評審標準 | 20 | 營養均衡度 | 1.營養成分符合教育部午餐基準。 2.健康訴求：如核果、乳品入菜 |
| | 15 | 理念說明 | 1.便當設計想法 2.當令食材應用 |
| | 40 | 整體搭配 | 食材搭配、烹調技巧、便當美感、整體造型 |
| | 15 | 創意 | 便當具創意性 |

| | | | |
|--|----|-----|------------|
| | 10 | 應用性 | 可運用於學校營養午餐 |
|--|----|-----|------------|

(三)複賽入選名單公布日期:107年5月16日。

二、複審評選方式：由專家學者、現場嘉賓及選手進行票選，依組數擇優錄取進入決賽。

三、決賽評選方式

(一)以現場烹飪進行，由主辦單位遴聘之專業評審委員評選出優勝隊伍。

(二)聘請專家(資深廚師、營養學者、家長聯合會代表及學校行政等代表)組成評審團，依參賽者所烹調之便當口味、衛生、整體性及美感、、、等。

(三)評選標準

| 項目 | 配分 |
|-------------|-----|
| 食材搭配 | 10分 |
| 菜色營養美味與烹飪技巧 | 25分 |
| 創意及特色 | 15分 |
| 衛生安全 | 10分 |
| 整體性美感 | 20分 |
| 團隊合作度 | 20分 |

玖、注意事項

- 一、參賽作品須符合未曾出版、發表或獲獎，不得一稿多投；若有抄襲、模仿或冒用他人名義之侵犯他人著作權等情事者，經查屬實者，將取消資格、追回獎勵，並由作者自負一切相關的法律責任。
- 二、參賽作品無論得獎與否恕不退件，獲獎作品著作權仍歸原作者所有，但主辦單位保有於任何時間、地點以及任何形式公益推廣（如修改、轉載、出版）之權利，不另支酬。
- 三、凡報名參賽者，視同認同本簡章之各項內容及規定，如有未盡事宜，主辦單位得修訂並另行公佈；詳情洽詢電話(02) 87858110 # 650。

拾、預期效益：

一、用愛·幸福為出發起點，發展學生學習能力，透過親師生合作方式，引發親師生的潛能與

見解，建立健康飲食與飲食文化。

二、提高學生對飲食的參與感及關心度，每日飲食環環相扣的不只是生理需求，更是家庭和師生的愛·幸福 與關懷。

三、推動少糖、少鹽、少油的健康飲食，提升國民營養知能，培養國民食育力，增進健康飲食生活。

拾壹、 獎勵(另依府簽奉核後公布實施)

拾貳、 所需經費由臺北市政府教育局相關經費項下支應。

拾參、 本計畫經臺北市政府教育局核定後實施，修正時亦同。

<附件 1：報名表>

**107 年度臺北市學校珍食美味午餐大作戰
愛·幸福 做便當比賽-報名表**

| | | | | |
|--------------------|---|--------------|---------------------------|----------------------|
| 參賽隊伍資料 | | | 參賽者編號： (由主辦單位單位填寫) | |
| 學校名稱 | | | | |
| 隊名 | | | | |
| 教職員 或家長 | 姓名 | 與學生關係 | 服務單位 (家長免填) | 職稱 (家長免填) |
| | | | | |
| | | | | |
| 學生 | 姓名 | 性別 | 班級 | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| 主要聯絡人 | 姓名 | | 電話: | |
| | | | 手機: | |
| 學校聯絡人 | 姓名 | | 電話: | |
| | | | 手機: | |
| e-mail | | | | |
| 備註 | 備註： 1. 請先詳讀比賽辦法，並詳填本表以利作業。 2. 採用通訊報名，報名期限至 107 年 5 月 9 日（星期三），以郵戳為憑。 3. 報名應繳交資料 (1) 報名表紙本（附件 1） (2) 便當設計理念紙本(附件 2) (3) 烹調過程紙本(附件 3) (4) 便當製作表格紙本（附件 4） (5) 同意書紙本（附件 5） (6) 光碟【內含報名表、便當設計理念、便當製作表格、照片原檔（團隊合作過程照、便當成品照等）等電子檔，並於光碟上標明學校及隊名】。 4. 如有相關疑問，請洽詢活動聯絡人許營養師，電話(02)87858111 分機 650。 | | | |

<附件 2：設計理念>

107 年度臺北市學校珍食美味午餐大作戰
愛·幸福 做便當比賽-便當設計理念

參賽者編號:

(由主辦單位單位填寫)

| | |
|--|--------------------|
| 學校名稱 | |
| 隊名 | |
| 料理名稱 | (從主食到湯品請寫出每一道便當名稱) |
| 成本分析 | 四人食材費用共_____元 |
| 1.便當設計理念 2.創意思法 3.結合愛與關懷等 主題說明 (250 字以內) | |

<附件 3：烹調過程>

107 年度臺北市學校珍食美味午餐大作戰
愛·幸福 做便當比賽-便當烹調過程活動照片

參賽者編號：(由主辦單位單位填寫)

| | | |
|----------|---------------|--|
| 團隊合作過程照片 | (表格不足部分請自行延伸) | |
| | | |
| | | |

| | | |
|--------------------------------|---------------|--|
| 便當成品照 (1人份 成品照) | (表格不足部分請自行延伸) | |
| | | |
| 心得分享 (250字以內) | | |

<附件 4：便當製作食材>

107 年度臺北市學校珍食美味午餐大作戰

愛·幸福 做便當比賽-便當製作食材

(從主食至湯品或點心每道菜 1 張)

參賽者編號:

(由主辦單位單位填寫)

| 學校名稱： | | | 隊名： | | |
|--------------------------|----|------------|---------|-----|------------|
| 菜餚名稱： | | | 第 道，共 道 | | |
| 食譜(總份量 4 人份) | | | | | |
| 項次 | 材料 | | 項次 | 調味料 | |
| | 品名 | 數量或重量 (單位) | | 品名 | 數量或重量 (單位) |
| 01 | | | 01 | | |
| 02 | | | 02 | | |
| 03 | | | 03 | | |
| 04 | | | 04 | | |
| 05 | | | 05 | | |
| 06 | | | 06 | | |
| 07 | | | 07 | | |
| 08 | | | 08 | | |
| 總計 | | | | | |
| 烹調方法 (請依條列式敘述 限 250 字以內) | | | | | |
| | | | | | |

<附件 5：同意書>

107 年度臺北市學校珍食美味午餐大作戰
愛·幸福 做便當比賽
便當設計著作授權及肖像權使用同意書
(參賽者一人一張)

本人_____ (著作人/立約同意人)發表於「**107 年度臺北市學校珍食美味午餐大作戰-愛·幸福 做便當比賽**」設計之著作，

料理名稱-_____，同意無償授權臺北市政府教育局，將本人著作以紙本、光碟片及網路等各種方式公開傳輸發行，且為了學術發展之用，同意臺北市政府教育局將本人著作編成學術專書，並得重製本人著作。並同意拍攝、修飾、使用、公開展示本人之肖像，由拍攝者使用於臺北市政府教育局所舉辦之 107 年度臺北市學校珍食美味午餐大作戰-愛·幸福 做便當午餐比賽活動及成果展示上。本人同意上述著作（內含上述授權之肖像），該拍攝者就該攝影著作享有完整之著作權。

著作人擔保本著作係著作人之原創性著作，著作人並擔保本著作未含有誹謗或不法之內容，且未侵害任何第三人智慧財產權及其他任何權利。若因審稿、校稿因素導致著作名稱變動，著作人同意視為相同著作，不影響本同意書之效力。

如果本著作為二人以上之共同著作，下列簽署之著作人已通知其他共同著作人本同意書之條款，並經各共同著作人全體同意，且獲得授權代為簽署本同意書。

立同意書人：

立同意書人(其監護人)：

中 華 民 國 年 月 日