

嘉義縣 114 年度嘉義廚神~學校午餐吃在地、食當季廚藝競賽實施計畫

114 年 08 月 12 日府教體字第 1140216789 號函頒

壹、緣由：

近年來，政府積極推動「三章一 Q」作為學校午餐的品質把關原則，期望透過政策落實，使學童在校飲食擁有最嚴謹的保障，進一步將食農教育觀念向下扎根，從每日的午餐連結至食材的生產源頭，培養學童健康飲食習慣。

嘉義縣為臺灣重要農業大縣，各鄉鎮擁有多樣優質在地農產。若能將這些當季、在地的新鮮食材納入學校午餐，不僅提升學童飲食的健康與安全，也能拓展本地農產銷售通路，讓孩子更認識家鄉、親近土地、強化在地認同。

今年活動特別融入「高鈣主題」，透過介紹並運用嘉義在地高鈣食材（如黑豆、芝麻、小魚乾、豆腐、牛奶、地瓜葉等），強化學童與家庭對鈣質攝取的認識，提升骨骼健康、促進成長發育，從飲食中建立強健體質。

參賽組合之一，邀請各校校廚攜手校長組隊參賽，一同展現對學校午餐與孩子健康的重視！讓廚師不再只是幕後英雄，透過與校長協力發想高鈣創意料理，帶動全校食育風氣，打造「校長領航，校廚上菜，全校共食」的嶄新餐桌文化。

延續去年親子共作的歡樂氣氛，今年讓親子合作設計高鈣主題便當，營造家庭健康飲食氛圍，提升食材選用敏感度，享受動手做的樂趣，也讓孩子體會「來自家鄉的美味」與家人共同創作的成就感。

貳、計畫目標

- 一、 強化學童從小建立「吃得健康、吃得安全、吃得有感」的飲食觀念
- 二、 推動三章一 Q 落實於校園午餐日常
- 三、 發掘與肯定校廚專業，提升其尊榮感
- 四、 藉競賽推廣在地高鈣食材，讓營養教育更有感
- 五、 促進學校與家庭共學共作，深化食育實踐

參、計畫執行工作內容

一、辦理單位

- (一)指導單位：嘉義縣政府
- (二)承辦學校：嘉義縣太保市南新國民小學
- (三)協辦學校：吳鳳科大、義興國小、社口國小、鹿草國小
- (四)協辦單位：太保市農會、民雄鄉農會、家長協會、教育展望協會

二、參賽資格—兩組：校長午餐廚神組、創意親子廚神組

☆校長午餐廚神組

- (一)以縣內國中小學校為單位，每校僅限 1 隊報名，每隊共 3 名組員，包含校長、校廚(須持有丙級中餐技術士執照)1 名與學校午餐相關人員 1 名（營養師、午餐執行秘書或教職員）。

- (二)各隊參賽選手須與書面審查資料相同不得更換，有重大情事而須替換者，需於賽前提出相關證明。

☆創意親子廚神組

- (一)採親子共同報名參加，每組成員共兩人，包括：1 名家長（父母、祖父母），並搭配 1 名學童（需為嘉義縣在籍三到九年級學生）。
- (二)每組參賽隊伍，限報名一件參賽作品，請勿重複報名。
- (三)請依參賽資格報名，恕不接受現場報名，亦不另行通知報名結果。

三、競賽主題：

☆校長午餐廚神組：以「吃在地、食當季-鈣營養」為概念設計一套學校午餐菜單

- (一)每組現場製作三菜(一主菜、二副菜)、一湯之菜餚，每道菜以 3 人份為計。
- (二)參賽食譜內容包括食材、調味料及料理方式及總成本估算（1 人份以 40~50 元計），4 道料理中至少 1 道要包含嘉義縣在地食材，且該食材份量不得少於該道菜 1/3 比例。
- (三)盛裝入大會提供餐盒，一份提供評分，一份展示用。

☆創意親子廚神組：以「吃在地、食當季-鈣營養」為概念設計親子便當料理

- (一)以嘉義縣在地食材為主題創作親子便當料理，料理中至少 1 道要包含嘉義縣在地食材，且該食材份量不得少於該道菜 1/3 比例。
- (二)產品內容物至少達 400 克(建議應為一位成人一餐之份量)，並將產品列出期待上架之通路及價格(為利未來商品化，販售價格建議不宜超過 200 元)。
- (三)完成品請自備素材(例如盛裝容器、裝飾品等)擺放，一份提供評分，一份展示用。

四、活動日程

項目	時間	備註
報名時間	即日起至 114.09.30.(二)止	1. 郵戳為憑。 2. 繳交書審資料。 3. 擇優前 6 隊進入實作競賽。
實作競賽暨 頒獎典禮	114.10.18(六) 08:30~12:30 吳鳳科技大學 花明樓	1. 地點：嘉義縣民雄鄉建國路二段 117 號 【吳鳳科技大學—花明樓 9 樓】 2. 競賽方式：現場烹飪。 3. 各組參賽者務必至現場觀摩並參加頒獎典禮。

五、報名方式

- (一)參與本競賽者須繳交書面資料一份。
- (二)書面審查資料繳交注意事項：
1. 採郵寄「掛號」報名。(以當日郵戳為憑，每組前 6 隊參加實作競賽)
 2. 郵寄信封請註明「嘉義縣 114 年度嘉義廚神~學校午餐在地食材廚藝競賽」資料。
 3. 報名資料於 114.09.30.(二)前寄至：嘉義縣太保市南新國民小學黃瑛璜營養師收
(61251 嘉義縣太保市南新里中山路一段 140 號)
 4. 書面資料請依序排列裝訂，包含：

☆校長午餐廚神組

- (1)競賽報名表(附件一)
- (2)參賽食譜設計表(附件二)
- (3)菜單設計說明卡(附件三)
- (4)個人資料使用說明書(附件五)

☆創意親子廚神組

- (1)競賽報名表(附件四)
- (2)個人資料使用說明書(附件五)
- (三)報名繳交之資料表件無論是否得獎一概不予退還，各項資料若有需要請自行影印或拷貝留存。
- (四)送件前請務必逐一檢視資料是否齊全。相關資料若有不齊全者，由承辦單位通知限期補正，資料補正以一次為限。
- (五)凡報名者，視為瞭解並同意本計畫規定。

六、競賽說明

- (一)每組經書面審查後擇優前 6 隊進入實作比賽，屆時將以公文及 E-mail 方式通知參賽人員。
- (二)菜單依每餐 40~50 元食材成本設計午餐菜單，須包含主菜、湯品各 1 道及副菜 2 道。
- (三)實作競賽評分：滿分 100 分，係由全體評審所評分數加總，除以評審人數所得之平均值，得出該組參賽隊伍成績(成績計算至小數點後 1 位數)，評分標準如下表：

評審項目	說明	分數百分比
主題相關性	食材選擇	20%
創意度	命名、食材組合及原創性	30%
完整性	作品呈現完整度與外觀	20%
均衡性	營養成分是否均衡	15%
實用性	是否適合通路販售	15%

(四)實作競賽：

1. 參賽隊伍需於競賽指定時間內實地完成報名菜單菜餚，包含製作、出餐、展示、善後場地清潔等工作，否則不列入評分。
2. **每隊補助食材費 1000 元**，食材由各隊自行準備(請自備保冰袋)，需以原貌呈現，不得預先進行加工，不得另攜其他食材供盤飾使用，但可用原設計食譜現有食材作為供餐成品裝飾用；需使用不礙食用者健康且皆為可食用之食材；不可使用違反食品安全衛生法規之原料或添加物與人工色素等，違者取消資格；大會準備油、鹽、糖、醬油、胡椒、米酒、白醋、烏醋等調味料，參賽隊伍如有需特殊調味料者可自備，另場地用具一律由承辦單位提供(爐具、2 只炒鍋、砧板、餐盤、口罩)，刀具請參賽者自行準備。
3. 決賽現場，僅提供上述基本烹煮器具及調味料，如需特殊工具需求需自備。

4. 報到超過規定時間15分鐘以上者酌予扣分。
5. 決賽當日作品應與書面審查資料相符，如有不符之情事，經評審決議認定，或遭他人檢舉並證實者，主辦單位得取消參賽或得獎資格。
6. 冒名頂替參賽者，取消參賽資格。
7. 比賽時間限時1.5小時，每份料理需烹調2份，1份進行展示及拍攝，1份供評審評分。
8. 穿著大會提供個人圍裙及透明餐飲防唾液口罩，一切遵照防疫守則。
9. 主辦單位擁有自由運用與出版比賽作品之菜單食譜、照片、影片、資料等權利。
10. 若有未盡事宜，由主辦單位酌以修改，並於競賽前統一說明。
11. 實作競賽活動流程表：

時間	活動內容	備註
8:30~9:00	報到	花明樓9F餐管系
9:00~10:30	大展身手	花明樓10F 【中餐實習教室】
10:30~11:00	大快朵頤~~評分試吃囉！	
11:00~12:00	人人都可以是廚神之料理體驗	花明樓9F 【廚藝示範教室】
12:00~12:30	頒獎	

七、獎勵方式

獎項(每組)	
金牌廚神 1 名	隊伍獎金 10,000 元、獎狀 1 張
銀牌廚神 1 名	隊伍獎金 8,000 元、獎狀 1 張
銅牌廚神 1 名	隊伍獎金 6,000 元、獎狀 1 張
佳作料理王 3 名	隊伍獎金 2,000 元、獎狀 1 張

肆、預期效益

- 一、達成強化學生家長、老師及學童對學校午餐食材安全性的重要性。
- 二、達成提升學童對校廚的尊重態度，促使校廚能精進專業能力。
- 三、達成推展嘉義在地好食材，透過食材料理，分享優質食譜，讓學校午餐更安全更健康美味。
- 四、達成親子共作，發揚之效果，啟動食育教養。

伍、附則

- 一、本活動辦理期間，相關工作人員、評審等，請各所屬單位惠予公(差)假，俾以協助活動辦理。
- 二、活動有功人員予以專案敘獎。

陸、倘對本計畫有相關疑問事項，得洽相關人員：

- 一、承辦單位聯絡人：南新國小學務處羅楚佩主任（05-2373005分機202）
- 二、主辦單位聯絡人：體健科林子傑約用人員（05-3620123分機8938）

柒、本計畫倘有未盡事宜，得另予公告補充證明之。