

桃園市立永豐高中午餐營養教育實施計畫

壹、依據：

- 一、桃園市學校午餐工作手冊。
- 二、本校 111 學年度午餐工作計畫。
- 三、本校 111 學年度健康促進學校計畫。

貳、目的：

- 一、使學生瞭解營養均衡的重要性，培養其不偏食的好習慣，以增進學生健康。
- 二、實施營養教育，指導學生相關營養常識，以養成其正確進食的習慣與禮節。
- 三、透過午餐供應，推行社區營養教育，增進家長與學校之聯繫以達到親職教育之目的。

參、對象：全校師生及家長。

肆、時間：111 學年度。

伍、實施方式：

- 一、公佈每月食譜，讓學生認識食物名稱及菜名。
- 二、張貼營養常識於午餐公佈欄，讓學生瞭解營養均衡的重要，養成學生不偏食及少吃垃圾食物的正確飲食習慣。
- 三、利用導師時間、午餐時間或日常集會，加強宣導用餐禮儀及營養均衡的重要性。
- 四、每學年於國、高中新生訓練安排營養教育健康飲食課程，建立學生正確營養觀念。
- 五、每學期舉辦營養教育宣導及有獎徵答、知識測驗、午餐入班檢核，培養學生正確營養觀念。
- 六、建立午餐志工制度，協助班級營養教育的落實及推展。

陸、活動內容：

項次	主題	方式	活動時間	活動辦法及獎勵
一	午餐食材登錄	拍照、上網公告	用餐日	上網了解食材 營養成分及熱量
二	營養教育專欄	午餐公佈欄	全學年度/不定期	專欄刊物不定期更換
三	營養教育講座	營養師專題講座	112.1	配合講座內容出題、 有獎徵答
四	午餐營養衛生 常識測驗	常識測驗 (辦法如附件一)	111.12 112.1	依全班平均分數取各年段 前三名敘獎

五	午餐入班檢核	午秘入班檢核班級用餐狀況	依年級排訂月份，每週隨機入班	1. 由導師填寫檢核表 2. 午秘針對班級用餐狀況填寫建議表
六	營養師入班宣導	辦理相關宣導講座	全學年度不定期	配合講座內容出題、有獎徵答
七	永豐午餐網站	更新、充實本校網站資料	全學年度不定期	

柒、本計畫經午餐委員會審議通過，陳請 校長核可後實施，修正時亦同。

桃園市立永豐高級中等學校 111 學年度營養衛生知識測驗計畫

壹、依據：

- 一、本校 111 學年度午餐工作實施計畫。
- 二、本校 111 學年度健康促進計畫。

貳、實施目的：

- 一、宣導正確飲食觀念，改善學生偏食習慣。
- 二、提供學生營養衛生常識，提升健康品質。
- 三、促進學生正確飲食衛生習慣。

參、辦理時間：

國一 111 年 12 月 16 日(五)，第三節，10：15~10：25。

高一 112 年 1 月 6 日(五)，第三節，10：15~10：25。

肆、參加對象：國一、高一。

伍、實施方式：

一、營養衛生知識測驗實施：

日期	時間	內容	備註
111 年 12 月 16 日(五)	第 3 節	營養衛生知識測驗	國一學生
112 年 1 月 6 日(五)	第 3 節	營養衛生知識測驗	高一學生

陸、獎勵：

依每班平均分數取該年段前三名，獲得前三名班級全班敘嘉獎乙支，平均分數未達 75 分者除外。