

115 年度學校午餐菜單表揚活動-第三屆午星獎

壹、活動目的：

為提升各級學校對午餐菜單多樣性的認識，並鼓勵營養均衡且美味的餐點設計，本署將舉辦「115 年度學校午餐菜單表揚活動-第三屆午星獎」。本活動將蒐集各縣市的學校午餐菜單，並依據美味與健康標準，表揚菜色優良的學校，並公開其菜單設計內容，供其他學校參考與學習。本署以「第三屆午星獎」為主題，透過此活動提升學校午餐品質，進行經驗交流。同時，透過學校在食材選擇與搭配上的用心，幫助學生建立均衡飲食的概念，進而達成促進身心健康的目標。

貳、辦理單位：

- 一、主辦單位：教育部國民及學前教育署
- 二、承辦單位：國立成功大學
- 三、執行單位：國立成功大學創新數位內容研究中心

參、徵件對象：

敬邀各縣市可透過徵件評選或專家推薦等方式，遴選 1 至 2 所具備優秀菜單設計能力的學校，參與本次活動。縣市政府遴選可參考「113 學年度健康促進績優學校」得獎名單，並鼓勵健康促進績優學校分享其優良菜單。

(網址：<https://hps.hphe.ntnu.edu.tw/news/news/detail/87>)

(請勿推薦與 114 年度第二屆午星獎相同菜單之作品，詳如附件一，第二屆得獎名單)

肆、創作方向：

午餐菜單設計應以美味與健康為核心標準，展現多元飲食特色。創作方向包含以下主題：「健康促進料理」、「創意設計」、「風味料理」、「行動完食」及「低碳飲食」，參與者可複選或多選相關題材進行發想與設計。菜單內容應能啟發讀者對飲食教育的認識、關注與行動，進而促進健康飲食習慣的培養與實踐，所提交的菜單應符合「學校午餐食物內容及營養基準」。

伍、報名方式：

一、於線上報名並提交下列資料：

- (一) 學校之菜單及食譜，格式如附件二，限 114 學年度曾開立且登載於「校園食材登錄平臺 2.0」之菜單。
- (二) 100 字內之菜單理念。
- (三) 附上相應菜色照片以利評選，拍攝方式請參照附件四指引。
- (四) 基本資料(校名、聯絡人資訊、頒獎典禮參與人員)。

二、內容涵蓋面向請複選或多選：

- (一) 健康促進料理：透過食材比例調整與總熱量控制，並運用蒸、烤、拌等健康烹調方式取代高油炸料理，協助學生建立均衡飲食觀念，維持良好體位，培養自主健康管理的習慣。
- (二) 創意設計：透過多元構想與創新料理設計，展現食材運用與餐點呈現的巧思，提升餐點吸引力，增進學生對學校午餐的興趣。

(三) 風味料理：結合不同國家或地區的飲食文化特色，設計具代表性的料理，展現多元文化風味，拓展學生的飲食視野。

(四) 行動完食：透過優質烹調技術提升餐點風味與適口性，增加學生用餐意願，鼓勵珍惜食物、落實「完食」行動，同時確保營養攝取。

(五) 低碳飲食：優先選用地、當季及植物性食材，減少高碳排放食物的使用，從日常飲食中實踐環境友善理念，培養學生永續與愛護地球的意識。

陸、辦理時間：

一、報名及收件期間：自即日起至 115 年 6 月 22 日（星期一）下午 5 時截止。

二、頒獎典禮時間：115 年 8 月 13 日（星期四）上午 11 時 30 分至 16 時 30 分。

三、活動地點：國立成功大學自強校區電機系館 B1 迅慧講堂（臺南市東區大學路 1 號）

柒、報名方式：

請各地方政府推薦 1-2 所優秀的菜單設計之學校，本活動採線上報名，報名網址：<https://forms.gle/4JUXKy4oT5g2nun69>

捌、請於報名時提供及上傳，食譜(附件二)、受訪者暨著作權及肖像權使用同意書(附件三)等 2 檔案。

玖、頒獎典禮：

一、推薦之學校，須至少指派 1 名成員代表參加頒獎典禮。

- 二、每校參與人數不限，但車馬費補助以最多 2 位為原則。
- 三、為鼓勵參與及交流，本活動採人氣投票機制。每位參與者可獲得 6 張投票券(須投給不同作品)，但每校最多可持有 30 張，超過 5 人時仍以 30 張為上限。
- 四、參賽者提交的菜單作品(包括文字、圖片等)的版權及肖像權將授權於活動及未來活動宣傳之用。主辦方得於非商業目的使用之媒體中播放、刊登、下載使用，或彙集出版印行。

壹拾、獎勵辦法：

縣市所提名的學校將受到表彰，並獲頒獎狀，以表揚表現優秀的學校，期許成為菜單交流活動中的亮點，並藉此鼓勵其他學校追求卓越。

壹拾壹、注意事項：

- 一、如有繳交資料不足者，執行單位通知後，請於 3 天內完成補件，未依期限補件及規格、作品內容不符者，將不予受理。
- 二、參加者請留下真實姓名及聯絡電話，若因資料填寫錯誤致無法通知得獎訊息時，主辦單位將不負任何責任。
- 三、參賽者同意遵守活動辦法之各項規定；主辦單位有修正、解釋及補充權。

壹拾貳、聯絡窗口：

國立成功大學曾小姐

電話：(06)2096135#243

電子信箱：food.education.anchor@gmail.com

教育部國民及學前教育署

114 年度推動學校午餐科技創新計畫學校午餐菜單表揚活動

得獎名單

風味料理獎			
所屬縣市	學校	公辦民營廠商	菜單名稱
宜蘭縣	宜蘭縣立三星國民中學	全順餐盒食品工廠	當三星國中營養午餐，遇上「韓流」來襲！
基隆市	基隆市安樂區武崙國民小學		《武崙食光~南洋情》
新北市	新北市立金山高級中學		使用國產在地農畜產品，實現從產地到餐桌的營養美味！
彰化縣	彰化縣立原斗國民中小學	承富實業股份有限公司	原滋原味（低碳飲食）
嘉義市	嘉義市立蘭潭國民中學		通通都吃光
嘉義縣	嘉義縣阿里山鄉山美國民小學		風土六饌・阿里山の心
花蓮縣	花蓮縣立花崗國民中學	香又香食品股份有限公司	手打青醬守視力

創意設計獎			
所屬縣市	學校	公辦民營廠商	菜單名稱
桃園市	桃園市龜山區大崗國民小學	軒泰食品有限公司	「食在地，循環力」
臺北市	臺北市大安區幸安國民小學	中原食品工業開發股份有限公司	梅好田野饗宴
苗栗縣	苗栗縣通霄鎮啟明國民小學	和峰食品有限公司	歡喜來辦桌
臺中市	臺中市烏日區僑仁國民小學	玉美生技股份有限公司	「僑」愛午餐 耐「仁」尋味 ~ "僑"愛"敲"愛"超"愛~
高雄市	高雄市永安區永安國民小學		手動、心動、感動~手心感飯捲全餐
臺南市	臺南市立麻豆國民中學		西拉雅族夜祭餐

護眼料理獎			
所屬縣市	學校	公辦民營廠商	菜單名稱
新竹市	新竹市立光武國民中學	泳翔食品股份有限公司	愛眼睛、愛健康
新竹縣	新竹縣竹北市安興國民小學	偉珍有限公司	永續護眼補鈣餐

新竹縣	新竹縣立新埔國民中學	松大食品有限公司	川味有度，營養有方
臺中市	臺中市西區忠信國民小學	昱品美食股份有限公司	定番和風洋食
嘉義縣	嘉義縣立竹崎高級中學		睛彩食光·嘉味共饗
金門縣	金門縣金城鎮中正國民小學		彩虹護眼餐

高鈣料理獎

所屬縣市	學校	公辦民營廠商	菜單名稱
新竹市	新竹市北區舊社國民小學	藝慶企業有限公司	愛地球~『鈣』讚!
彰化縣	彰化縣竹塘鄉竹塘國民小學	豐成食品工廠	吃一口彰化
屏東縣	屏東縣屏東市中正國民小學		一起小心眼，身體鈣健康
高雄市	高雄市湖內區明宗國民小學		「高」人一等，雄「鈣」讚。
臺東縣	臺東縣立新生國民中學	松揚餐飲股份有限公司	Max-滿滿大骨力
連江縣	連江縣立敬恆國民中小學		特餐日高鈣飲食
澎湖縣	澎湖縣立馬公國民中學		海味骨力餐
雲林縣	雲林縣土庫鎮馬光國民小學		幸福芝味 鈣營養

永續飲食(低碳飲食)獎

所屬縣市	學校	公辦民營廠商	菜單名稱
桃園市	桃園市平鎮區宋屋國民小學	永得有限公司	在地食材健康吃
臺北市	臺北市文山區景美國民小學	統鮮美食股份有限公司	永續飲食淨零心寧
南投縣	南投縣立鹿谷國民中學		會考前夕的溫情古早味
雲林縣	雲林縣麥寮鄉橋頭國民小學		永續飲食(低碳飲食)
屏東縣	屏東縣立瑪家國民中學	晶品食品有限公司	屏原交朋友:紅藜牽小米、洋蔥牽味道
臺南市	臺南市立蓮潭國民中小學		餐桌上的永續饗宴

附表二

115 年度推動學校午餐科技創新計畫「午星獎」食譜

學校名稱	OO 市 O 區 OO 國民小學/中學/ 高級中學	營養師姓名 (請協助填寫職稱)	王小明	
品項	菜色	食材	100 人 (KG)	步驟
主食		(可自行新增儲存格)		1.
主菜				1.
副菜				1.
蔬菜				1.
湯品				1.
附餐				

附表三

115年度教育部國民及學前教育署「午星獎」

學校午餐菜單表揚活動受訪者暨著作權及肖像權使用同意書

本人同意接受 115 年度「午星獎」學校午餐菜單表揚活動訪問及錄影，並提供資料或照片供該簡報或影片使用，且同意本人參與影片錄製之部份，其著作權及肖像權屬於教育部國民及學前教育署所有。

另授權教育部國民及學前教育署基於非營利之教學推廣與資源分享目的，得以任何形式與方式進行重製、改作、發行、公開發表、透過網路公開傳輸，並轉授權予各學校師生使用（內含作品中之肖像、姓名、聲音）等行為。本人聲明並保證所授權之著作為自行創作，未侵害任何第三人之智慧財產權。如有不符事實，願自負一切法律責任。

此外，本人同意於活動頒獎典禮與成果發表過程中，作品之內容與相關文字、圖片、影片等著作權及肖像權，授權於活動建置之網站，並得於非商業目的使用之媒體播放刊登、下載使用，或彙集出版印行，以作為學校午餐菜單表揚活動宣傳之效。

立同意書人(簽章)：

身分證字號：

電話：

註：欲參加頒獎典禮者，請協助填寫。

中華民國 115 年 月 日

▶ 餐點拍攝指引

頒獎典禮將展示學校菜單成果，設立菜單展示區，並印製精美食譜。為確保最佳呈現，拍攝時請注意：



1. 單一菜品：

每道菜獨立拍攝，避免雜物干擾。



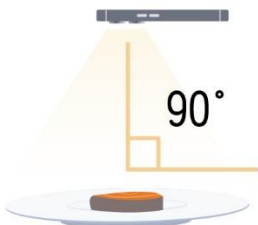
2. 光線充足：

選擇明亮環境，展現色澤與細節。



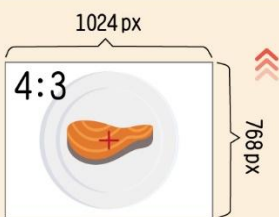
3. 白色器皿：

使用白色瓷盤，凸顯餐點質感。



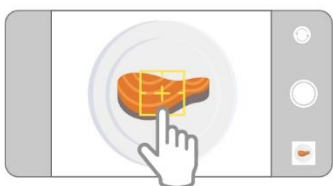
4. 俯視角度：

鏡頭垂直(90°)拍攝，確保畫面均衡。



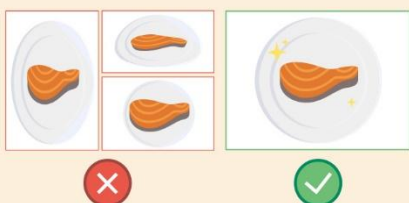
5. 畫面設定：

比例 4:3，解析度高於 1024*768(px)，餐點置中。



6. 對焦清晰：

點擊對焦，確保畫面銳利。



7. 避免超廣角：

請勿使用超廣角鏡頭，以免變形。