



午餐食惜生

—2025 第八屆臺灣學校午餐大賽

活動簡章

2024 年 11 月

一、活動主旨

藉由全國競賽活動彰顯學校營養師及廚房人員專業能力，並促進現職從業人員間的交流，進而提升學校午餐品質。

二、主辦單位

社團法人大享食育協會

三、協辦單位

全家便利商店、國立中興大學有機農業推動中心、三璽國際整合設計有限公司（陸續邀約中）

四、活動主題

午餐食惜生

五、活動主題說明

食物浪費議題是生活在衣食無虞社會中所有人需要共同面對的課題，其中，校園剩食問題持續存在，更是對教育現場的一大挑戰。校園剩食不僅需耗費心力處理，亦涉及碳排放、全球暖化、氣候變遷等居住環境問題，亦不利於農業糧食生產的永續發展。

從產地到餐桌的每個環節，食物都可能成為剩食。惜食教育的實踐，除了耳熟能詳的「把食物吃光」，還包括推敲思索在不同環節上能付諸什麼樣的行動？比如：選擇在地食材，減少運輸過程耗損，降低碳排放；將食材進行全食物利用，減少廚餘；在符合營養基準下，烹調合適份量等。

第八屆臺灣學校午餐大賽以「惜食」為主題，藉由賽事來激發更多學校午餐的惜食實踐方案：鼓勵供餐者「善用食材，減少浪費」；邀請食用者「珍惜食物，減少剩食」，參與學校午餐與惜食教育的結合，

讓我們每個人對環境永續加一份用心、多一點努力。

六、參賽資格

(一) 臺灣學校午餐現職從業人員均可參加，以「學校」或「團膳公司」為單位報名，每組隊伍限定由二名選手組成，其中一名選手須具備丙級廚師證照。

(二) 每單位可報名一組以上之隊伍，惟每組報名選手不得重複。

(三) 報名組別

1. 競賽組：每組二人，學校（團膳）營養師及學校午餐從業人員（如：廚師、午餐秘書、專案經理人、衛管人員等），各一人。
2. 發表組：每組二人，學校午餐從業人員均可參加。

七、報名日期

2024 年 11 月 29 日（五）至 2025 年 2 月 10 日（一），以電子郵件收件時間為憑。

八、報名須知

(一) 免費報名，無須繳交任何費用。

一律以電子郵件繳交「2025 第八屆臺灣學校午餐大賽報名表」電子檔（含 WORD 與 PDF 兩種格式的檔案），待收到主辦單位回覆確認信函後，始完成報名程序。

(二) 參賽作品之供餐對象，請從下列三項範圍「擇一」設計。

1. 國小四至六年級
2. 國中生
3. 高中（職）生

(三) 參賽作品之菜單內容，應至少須符合下列標準：

1. 包含主食、主菜、副菜(至多二道)、湯品或其他(如水果、點心等)。
2. 需為 113 學年已供應或預計供應品項，得組合不同日菜色。已供應品項，請附上校園食材登錄平臺頁面截圖。
3. 應依據學校衛生法第 23 條進行營養分析，符合中央主管機關所定學校午餐食物內容及營養基準，以及國人膳食營養素參考攝取量。
4. 優先採用中央農業主管機關認證之在地優良農業產品，以減少食物里程為目標，同時展現當地區域及季節特色。

(四) 參賽作品設計

1. 以「減碳、減少食材浪費、減少剩食量」為設計基本原則。
2. 作品設計須將「支持認同在地農業」、「培養均衡飲食觀念」、「傳承與創新飲食文化」、「深化飲食連結農業」、「地產地消永續農業」、「彰顯地域生活環境資源與社會歷史」之食農教育精神納入考量。
3. 參賽作品設計得參考聯合國永續發展目標 (SDGs)。

九、報名方式

- (一) 掃描右側「2025 第八屆臺灣學校午餐大賽活動網頁 QRCode」，或前往大享食育協會官網 (<https://www.foodiedu.org/>)，下載「2025 第八屆臺灣學校午餐大賽報名表」。



- (二) 請以電腦打字方式，完整填寫報名表文件中之「報名隊伍資料」與「參賽作品說明」欄位。

- (三) 將填妥之「2025 第八屆臺灣學校午餐大賽報名表」文件 (含 WORD 與 PDF 兩種檔案) 寄至 taiwanslc@foodiedu.org , 主旨註明: 午餐食惜生+隊伍名稱 (例: 午餐食惜生+臺北市大享國小) , 主辦單位最遲於 3 個工作天內回信, 待收到確認信函, 始完成報名程序。
- (四) 若繳交之報名文件超過 3 個工作天後尚未收到確認信函, 請務必致電主辦單位 (02) 6636-5870 確認, 以免錯失參賽資格。

十、競賽說明

(一) 初賽：資格審查

1. 主辦單位將針對報名隊伍繳交之「2025 第八屆臺灣學校午餐大賽報名表」文件進行資格審查, 審查項目如下:
 - (1) 符合參賽資格
 - (2) 報名表內容之完整性
 - (3) 菜單內容實際 (或可以) 應用於學校午餐
 - (4) 符合學校午餐食物內容及營養基準
2. 2025 年 2 月 17 日 (一) 下午五時前, 主辦單位將以電子郵件通知資格審查合格組別。
3. 主辦單位將贈予通過資格審查之隊伍《享受吧! 學校營養午餐: 71 道專為孩子設計的超美味食譜》書籍 1 本。

(二) 複賽：書面審查

1. 由專業評審團依據通過資格審查之參賽作品書面資料進行評分, 評分項目如下:
 - (1) 契合賽事主題
 - (2) 符合學校午餐食物內容與營養基準
 - (3) 善用在地食材並彰顯環境與社會歷史文化特色

- (4) 符合團膳製備實用性
 - (5) 成本符合該縣市學校午餐預算
 - (6) 餐點做法 (含調味料用量) 敘述完整、正確
 - (7) 成品照片與實際供應之作品食材內容份量相符
- 2. 預計錄取競賽組及發表組共計 12 組隊伍 (含離島保障名額) 晉級決賽，主辦單位有權增加或減少晉級隊伍名額。
 - 3. 離島範圍定義為屏東縣琉球鄉、臺東縣蘭嶼鄉、臺東縣綠島鄉、澎湖縣、金門縣、連江縣等六地，提供至多 3 組保障名額。
 - 4. 2025 年 3 月 14 日 (五) 下午五時前，主辦單位將以電子郵件與電話通知晉級決賽隊伍，並將名單公布於大享食育協會官網。
 - 5. 接獲晉級決賽通知之隊伍須以電子郵件或電話回覆是否參加決賽，且不得無故更換選手或作品 (如有特殊情況，請務必洽詢主辦單位)。
 - 6. 未回覆或無故更換選手之隊伍，主辦單位得取消其參賽資格，由候補隊伍依其分數高低依序遞補。

(三) 決賽：食育教學與料理實作

- 1. 日期：2025 年 4 月 19 日 (六) 至 4 月 20 日 (日) (暫定)
- 2. 地點：臺北市私立滬江高級中學 (暫定)
- 3. 競賽項目：
 - (1) 食育教學：僅限競賽組參加。選手須依據參賽作品，進行五分鐘的食育教學。
 - (2) 料理實作：競賽組及發表組參加。選手須於九十分鐘內完成六人份餐點與清潔工作。

4. 晉級隊伍參加決賽之交通（居住地往返比賽場地）、一日住宿（決賽所在縣市）與採購料理實作競賽所需食材等費用，均由主辦單位負擔。
5. 晉級決賽隊伍須全程參與賽事，若無故缺席，主辦單位可視情節輕重酌予扣分或取消其參賽資格。
6. 如決賽受天災、疫情或其他不可抗力之因素影響，主辦單位保有中止、更改或變動活動之權利。

十一、獎項

（一）競賽組

1. 冠軍：獎金拾萬元、獎牌、獎狀，及前往日本觀摩當年度「食育推進全國大會(六月)」或「全國學校給食甲子園(十二月)」機會。
2. 亞軍：獎金陸萬元、獎牌、獎狀。
3. 季軍：獎金參萬元、獎牌、獎狀。
4. 食育教學卓越獎：獎牌、獎狀、獎品。
5. 特別獎：獎牌、獎狀、獎品。
6. 佳作：獎牌、獎狀。

（二）發表組

1. 特優：獎金參萬元、獎牌、獎狀。
2. 優等：獎金壹萬伍仟元、獎牌、獎狀。
3. 特別獎：獎牌、獎狀、獎品。
4. 佳作：獎牌、獎狀。

(三) 全家便利商店商品化獎

1. 全家便利商店禮券、獎牌、獎狀。
2. 得獎作品可於全家便利商店上架販售 (商品化形式待定)。

備註：上述獎項之得獎者所屬單位，均可獲得獎盃一座。

*獎金依各類所得扣繳率標準第 2 條第 7 款「競技競賽機會中獎獎金或給與按給付全額扣取百分之十」規定，得獎者獎金為 2 萬元 (含) 以下，照原獎金發放，獎金超過 2 萬元，須先扣 10% 之稅款，並計入個人所得。(如為非中華民國境內居住之個人，或在中華民國境內無固定營業場所之營利事業者，另依規定辦理)。

十二、 規範注意事項

- (一) 凡報名者視同已閱讀，並完全同意遵守本活動一切規定，若有未盡之處，主辦單位保留此活動辦法之修改、變更之各項權利。
- (二) 參賽作品 (含相關資料) 請自留底稿，恕不退件。
- (三) 主辦單位對參賽作品享有無償使用、修改、重製、改作、散布、發行、公開展覽、宣傳、攝影出版、發表等使用權利，參賽者本人則保有著作人格權。
- (四) 得獎作品嗣後如涉及著作權糾紛，損害第三人權利者，由參賽者自負全部法律責任，一經法院判決敗訴確定者，除取消全部得獎資格外，並追回獎牌、獎狀及獎金等全部獎項。
- (五) 活動簡章、活動訊息及相關規範等，皆以大享食育協會官網公告為主。本活動如有任何爭議，主辦單位保有最終解釋及調整之權利。

十三、 聯絡方式

社團法人大享食育協會

TEL : (02) 6636-5870

E-mail : taiwanslc@foodiedu.org

官網 : <https://www.foodiedu.org/>

聯絡人：陳怡璇 專案經理