

## 嘉義縣布袋鎮永安國民小學 106 學年度學校午餐工作暨健康飲食教育實施計畫

### 一、依據：

- (一)學校衛生法。
- (二)直轄市縣(市)政府及所屬中小學校辦理學校午餐應行注意事項。
- (三)嘉義縣中小學學校午餐工作手冊。

### 二、目的：

- (一)培養學生良好的飲食習慣及生活態度。
- (二)培養學生惜福心、感恩情及愛物惜物心境。
- (三)實施健康飲食教育，指導健康飲食常識，養成學生正確的飲食習慣及用餐禮儀。
- (四)供應健康營養衛生之午餐，以促進學生身體健康。
- (五)培養服務、合群及互助合作之美德，以達到群育之目的。

三、成立學校午餐工作推行委員會(如下表)，負責監督、輔導、議決學校午各項工作，午餐執行秘書由校長指派，可減授課節數(標準由縣府訂定)。每學期至少召開委員會議 1 次，必要時得由主任委員召開臨時會議。

主任委員	校長蔡志成
副主任委員	湯淑娟(家長會長)(家長代表)
執行秘書	徐順清
委員	紀淑萍、石惠韻、黃建勳、鄭美美、張怡雯(家長代表)

### 四、午餐供應工作小組成員及職掌(如附件一)：

### 五、午餐供應方式：

- (一)主食以米食為主，並與麵食輪流供應。注意質量及適合學生口味，力求製作變化。
- (二)副食應選購合乎營養標準之食物，設計營養均衡之菜單輪流供應。
- (三)所有主副食物及菜餚除麵包、饅頭、麵條外，應由學校自行僱工製作或烹調，儘量不向外購買現成品供應，但天災、停電或其他不可抗力等情況除外。
- (四)主副食原則上一律供應熱食。
- (五)每學期開學日當天開始供應午餐。
- (六)每週二、五供應水果。
- (七)本校全面提供非基改豆製品。
- (八)若本校午餐經費結餘款充裕，供應乳品。

### 六、健康飲食教育

#### (一)辦理原則：

1. 時間:民國 106 年 8 月 30 日至 107 年 6 月 30 日實施

2. 全校師長均分擔午餐營養教育責任，會同營養師或校護舉辦周三教師營養教育進修研習，並依公文派員參加相關研習。
3. 各班導師在導師時間及用餐時間加強午餐營養教育的實施。
4. 各類相關宣傳品(營養季刊、國語日報剪報…)發放至各班張貼，並請導師指導。
5. 利用中廊公佈欄進行靜態營養衛生常識宣導。
6. 設置永安國小午餐工作暨營養教育網頁。
7. 配合學校活動，進行相關施營養教育宣導活動(如營養常識紙筆測驗、用餐禮儀影片欣賞、護理師到低年級進行潔牙洗手教育宣導，有獎徵答，學習單等)
8. 中高年級電腦課時請任教老師教學生上網瀏覽嘉義縣營養教育資訊網、董氏基金會食品營養特區網頁等相關兒童網頁。
9. 健康與體育科任教教師於課程中融入營養教育教學，實施以知、行並重並落實於生活教育。

## (二)實施方式：

1. 設計教學活動，教導學生營養與衛生常識。
  - (1) 生活教育：指導分工合作、互助、助人之原則、及飲食禮儀等。
  - (2) 衛生教育：指導飯前洗手、飯後漱口、餐桌及教室地板之整理、廚餘的正確處理方式等。
  - (3) 營養教育：
    - I. 利用午餐專欄張貼報導相關的營養知識。
    - II. 利用導師時間或其他的教學活動，指導學生建立營養與衛生的觀念。
    - III. 融入『健康與體育』領域中教學，並實施營養教育常識測驗。
    - IV. 辦理營養教育學藝競賽活動。
2. 設置午餐網：其內容有每日營養量、今日午餐食譜、食物六大類營養素與功用，及飲食衛生應注意事項…等，以達宣導功效。

## (三)指導事項：如附件二

### 七、午餐經費收支原則：

- (一)學校午餐費以每個月收取為原則。
- (二)學校每月收取支午餐費金額，不因每月供應午餐天數之不同而變動。
- (三)參加午餐之學生及教職員工每月應繳交午餐費 700 元，另 1、2 月合併收費 700 元；兼代課教師以每餐 32 元依實際用餐日數收費。
- (四)午餐費之支出包括主食、副食、食油、調味品、人事費、燃料(水電)、設備維護、及雜支等所需費用。
- (五)轉進學生自轉學次日起以當月實際用餐日數以每天 32 元收費，隔月即正常收費。
- (六)配合教育部及縣政府補助低收入戶、中低收入戶及清寒學生午餐費，由級任導師依事實提出申請補助款。

### 八、退費標準：

- (一)退費對象為付費參加學校午餐之教職員工及學生(由機關、慈善機構、善心人士等補助參加學校午餐者不適用退費規定)。

- (二)每人每餐退費 20 元(午餐每人每餐約 32 元，扣除人事及雜支，故退費 20 元)。
- (三)個人因轉出，自轉出當日起依當月未用餐日數退費。
- (四)個人請事、病假或法定傳染病疫情強制停課連續達 7 天(含例假日)以上者，依請假日數退費，事假請於請假前 3 天完成申請，病假可於當天早上先口頭通知午餐秘書辦理停餐，返校後 3 天內完成申請。
- (五)校外教學、團體活動、各項團隊(20 人以上)對外參賽、表演致無法用餐，可選擇退費(依參與人數及活動日數)或由午餐執秘代購同等值之餐點，如選擇退費請於 3 天前完成申請。
- (六)因颱風等不可抗力因素由縣府公告停班停課，不予退費。
- (七)符合退費標準，請於上述規定期限內完成申請，退費之金額以請假期間內實際用餐日數，退費申請表詳見附件三，逾申請期限不予受理退費。

#### 九、預期效益：

- (一)學生能具備良好的飲食習慣及生活態度。
- (二)學生能具有惜福心、感恩情及愛物惜物心境。
- (三)學生食用健康營養衛生之午餐進而促進身體之健康。
- (四)透過學校午餐各項活動，學生能具備服務、合群及互助合作之美德。

#### 十、本計畫經校務會議討論，校長核定後實施，修正時亦同。

附件一

嘉義縣布袋鎮永安國民小學 106 學年度學校午餐供應工作小組成員職掌一覽表

職 稱	本 職	姓 名	職 掌	備註
主任委員	校長	蔡志成	綜理本會各項事務	
副主任委員	家長 會長	湯淑娟	協助主任委員推行各項事務 (隨家長會會長職務異動)	
執行秘書	主任	徐順清	1. 負責午餐供應工作之推動策劃 2. 物資採購 3. 文書資料處理 4. 報表之記載填報 5. 生產管理 (如廚餘之處理)	
稽核小組	主任 組長 人事	紀淑萍 石惠韻 蔡詠臻	1. 抽查庫存物資。 2. 抽核報表記載之正確性。 3. 抽驗採購物資。 4. 審核午餐經費收支。	
午餐會計	教師	黃瑾玟	負責預算、決算、經費收支、計帳之帳務處理。	
午餐出納	教師	邱淑慧	負責午餐經費之保管、收支計帳、收繳午餐費。	
午餐收費小組	教師	各班導師	負責代收學生午餐費並轉交出納組長存入午餐專戶。	
研究設計	護理師	鄭美美	1. 午餐食譜設計。 2. 午餐營養分析。 3. 工作方法之研究設計改進創新	
驗收小組	行政 人員	如輪值表	負責點、驗收午餐副食。	
監廚小組	教師	如輪值表	1. 蔬菜清洗監督。 2. 廚房衛生之檢查。 3. 廚工管理	
教育訓練小組	主任 組長 護理師	紀淑萍 黃冠銘 鄭美美	1. 指導及培養學生良好飲食習慣與禮儀。 2. 指導學生搬運菜餚及餐具。 3. 指導學生潔牙工作。	
烹調小組	廚工	陳玉鳳	1. 負責餐點之準備與調理及分送 2. 每日清除與維護廚房之整潔及衛生	

附件二

嘉義縣布袋鎮永安國民小學學校午餐用餐禮儀指導要項

項目	指導要項	指導重點	備註
餐前準備 (約十分鐘)	用餐環境的整理	1、開窗讓空氣流通，擦拭黑板上的粉筆灰。 2、將自己桌面上的課業用品收拾乾淨並擦拭桌面。	
	用肥皂清洗雙手	1、養成飯前洗手的好習慣。 2、洗手後要用手帕或衛生紙擦乾。 3、養成節約用水的觀念。	參考正確洗手五步驟。
	安靜入座及盛菜	1、入座後不隨便走動，排好餐具，戴上口罩後安靜的等候分配盛菜。 2、服務同學要穿戴防塵帽、口罩、圍裙，打菜時不張嘴說話。 3、導師在旁指導適當的菜量分配，盛完菜後應向服務同學輕輕點頭，表示謝意。	打菜及盛菜的學童皆須戴上口罩
	餐前禮儀指導	1、盛好菜後安靜入座，不任意走動，靜待開動。 2、餐具要輕取輕放，避免發出太大的聲音。 3、介紹今日菜單，說明食物營養或該食物相關知識。 4、感謝廚工、服務的同學。	
進餐中 (約二十分鐘)	進食前的感謝詞	1、一粥一飯，當思得之不易，我們要心存感激，珍惜食物。	
	保持愉悅的進食心情及良好的用餐姿勢	1、吃飯時不提不愉快的話題，避免交談，專心用餐。 2、進食時不搖晃身體，不任意走動、離開座位，不以歪斜或趴著的姿勢進食。 3、打噴嚏時須以手遮住口鼻。 4、要放進口裡的食物，一次不宜過多。 5、再度自己盛菜時亦須戴上口罩。	1、老師提醒學童進食姿勢。 2、適時說明情緒對消化的影響。
	不偏食、不浪費食物	1、分配到的食物應在規定時間內全部吃完。 2、對不喜愛的食物應先以少量食用，慢慢練習接受。 3、麵、湯要小心不滴漏。	1、多以正向鼓勵方式勸導學生。 2、若遇身體不適者，應酌量減少食物分配量。
	進食中盡量不談天，必要時宜輕聲細語	1、進食中和鄰座交談聲量不宜過大，以對方能聽見的聲量即可。 2、口中有食物時不可交談，以免食物噴出。	

項目	指導要項	指導重點	備註
	在規定的時間用餐完畢	1、吃飯的速度要適宜，進食時間約在三十分鐘內食用完畢。 2、吃飯必須細嚼慢嚥，嚼數為十五~二十為宜。	注意全班同學吃飯速度。
餐後（約十分鐘）	餐具的收拾及整理	1、將剩餘的食物殘渣倒進指定的廚餘桶內，分工搬餐桶回廚房清洗。 2、個人餐具先以衛生紙擦拭油漬，然後帶回家中清洗 3、落在地上的食物立即撿起並注意不踩踏。 4、清理桌面、餐車並把遺留在地板上的菜渣清理乾靜並拖地。	清理殘渣時必須注意清潔，避免將殘鏽倒出廚餘桶外，造成環境的髒亂。
	餐食後的衛生	1、飯後要刷牙漱口，取用潔牙用具時要安靜。 2、刷牙後把牙刷、杯子的水份要瀝乾。 3、每週一次進行含氟漱口水的使用。	養成讓學生自主潔牙後完成潔牙紀錄表、含氟漱口水使用紀錄表
	檢討反省	1、今日分配之食物是否能在用餐時間內不偏食、盡量食畢？ 2、今日進餐態度是否符合衛生、禮儀等原則？	多以正向鼓勵方式勸導學生。

嘉義縣布袋鎮永安國民小學午餐退費申請表

班級 姓名	(團體請附印領清冊)	申請日期	年 月 日
申請退費 原因 (請勾選)	<input type="checkbox"/> 轉出 <input type="checkbox"/> 事假 <input type="checkbox"/> 病假 <input type="checkbox"/> 團隊比賽.表演.戶外教學		
申請退費 起迄日期	年 月 日至 年 月 日止共 天		
申請退費 金額	____天*20元* ____人=____元		
備註			

說明：本申請表除病假或臨時事故外，請於事實發生前3天完成申請，以利事先通知廠商作業及減收金額，逾期部分無法受理，敬請包涵。

申請人：

午餐執秘：

校長：

## 嘉義縣布袋鎮永安國民小學午餐費退費印領清冊

編號	班級	姓名	退費日期 (期間)	天數	每日退 費金額	退費總金額	簽名
1					20 元		
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							
13							
14							
15							
16							
17							
18							
19							
20							
21							
22							
23							
24							
25							

申請人：

午餐執秘：

午餐出納：

午餐主計：

校長：



嘉義縣布袋鎮永安國民小學 106 學年度上、下學期午餐驗菜監廚輪值表

上學期			下學期		
週次	驗菜人員	監廚人員	週次	驗菜人員	監廚人員
一	徐順清 主任	徐順清 主任	一	林易瑩 老師	林易瑩 老師
二	紀淑萍 主任	紀淑萍 主任	二	黃建勳 老師	黃建勳 老師
三	石惠韻 老師	石惠韻 老師	三	鄭美美 護理師	鄭美美 護理師
四	林易瑩 老師	林易瑩 老師	四	蔡詠臻 幹事	蔡詠臻 幹事
五	黃建勳 老師	黃建勳 老師	五	紀淑萍 主任	紀淑萍 主任
六	鄭美美 護理師	鄭美美 護理師	六	石惠韻 老師	石惠韻 老師
七	蔡詠臻 幹事	蔡詠臻 幹事	七	林易瑩 老師	林易瑩 老師
八	紀淑萍 主任	紀淑萍 主任	八	黃建勳 老師	黃建勳 老師
九	石惠韻 老師	石惠韻 老師	九	鄭美美 護理師	鄭美美 護理師
十	林易瑩 老師	林易瑩 老師	十	蔡詠臻 幹事	蔡詠臻 幹事
十一	黃建勳 老師	黃建勳 老師	十一	紀淑萍 主任	紀淑萍 主任
十二	鄭美美 護理師	鄭美美 護理師	十二	石惠韻 老師	石惠韻 老師
十三	蔡詠臻 幹事	蔡詠臻 幹事	十三	林易瑩 老師	林易瑩 老師
十四	紀淑萍 主任	紀淑萍 主任	十四	黃建勳 老師	黃建勳 老師
十五	石惠韻 老師	石惠韻 老師	十五	鄭美美 護理師	鄭美美 護理師
十六	林易瑩 老師	林易瑩 老師	十六	蔡詠臻 幹事	蔡詠臻 幹事
十七	黃建勳 老師	黃建勳 老師	十七	紀淑萍 主任	紀淑萍 主任
十八	鄭美美 護理師	鄭美美 護理師	十八	石惠韻 老師	石惠韻 老師
十九	蔡詠臻 幹事	蔡詠臻 幹事	十九	林易瑩 老師	林易瑩 老師
二十	紀淑萍 主任	紀淑萍 主任	二十	黃建勳 老師	黃建勳 老師
二十一	石惠韻 老師	石惠韻 老師			

1. 驗菜人員請於早上 8:00 ~ 8:30 到廚房驗菜。  
(幼稚園側門:週一及週二. 總導護:週三及週四. 大門口:週五.)
2. 監廚人員請利用時間到廚房巡視,每週不定期稽查廚房衛生,並填寫「學校餐廳衛生管理檢查表」。