# 學校健康飲食政策檢討*（範例）*

#  *(學校名稱)*

檢視日期︰18 / 06 / 2021

## 政策聲明︰

***本校致力向學生、教職員及家長持續推廣健康飲食的重要性，建立一個健康飲食的***

***環境，鼓勵他們養成良好飲食習慣，並在生活中實踐。***

本校將執行下列措施以落實上述政策聲明。

## 推廣健康飲食的措施︰

|  | **已執行** | **待****執行** | **需改善** | **備註** |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **1. 學校行政** |
| * 委任最少一名專責教職員統籌一個包括家長的委員會或小組，協助制定及執行健康飲食政策。
 |  |  |  |  |
| * 每學年向教職員、家長和學生通告學校健康飲食政策及各項措施。
 | ✓ |  |  | 學校通告(2020 / 09-05) |
| * 每個學年檢視和修訂學校健康飲食政策及各項措施的執行情況。
 | ✓ |  |  |  |
| * 向負責「健康飲食在校園」運動的老師提供支援，以便有充分的時間籌備活動及參與相關的培訓。
 | ✓ |  |  |  |

行政措施的其他意見︰\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  | **已執行** | **待執行** | **需改善** | **備註** |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **2. 午膳安排** |
| * 選擇午膳供應商時，需優先考慮午膳餐盒的營養質素，具體方法是參考衞生署編制的[《選擇學校午膳供應商手冊》](https://school.eatsmart.gov.hk/files/pdf/supplier_handbook_tc.pdf)。
 | ✓ |  |  | 服務(營養質素) 和價錢比重是80 : 20 |
| * 與午膳供應商所簽訂的合約中，必須訂明所有午膳餐盒均需按衞生署編制的[《學生午膳營養指引》](https://school.eatsmart.gov.hk/files/pdf/lunch_guidelines_bi.pdf)的營養建議製作。
 | ✓ |  |  |  |
| * 每月向學生和家長公布午膳餐單前，學校需事先檢視午膳餐單，確保提供最少一份蔬菜、不含「强烈不鼓勵供應的食品」和不供應甜品。
 | ✓ |  |  | 由午膳監察小組負責 |
| * 每月向學生和家長公布已核准的午膳餐單，包括營養資料，讓他們在知情的情況下作出選擇。
 | ✓ |  |  |  |
| * 每學年進行最少四次午膳營養監察，每次應維持一個上課週（即連續五個上課天），以監察所有午膳餐盒是否符合[《學生午膳營養指引》](https://school.eatsmart.gov.hk/files/pdf/lunch_guidelines_bi.pdf)的營養建議，可利用或參考衞生署提供的「學校午膳營養監察表格及意見表」作出記錄，向午膳供應商反映監察的結果，並於有需要時要求作出改善。該記錄應保存直至午膳供應商合約完結。
 |  |  | ✓ | 2020/21學年，已進行四次午膳監察，分別於2020年10月及11月、2021年2月及4月將與午膳監察小組和家長義工商討2021/22學年午膳監察安排 |
| * 鼓勵自備午膳的學生家長參考[《學生午膳營養指引》](https://school.eatsmart.gov.hk/files/pdf/lunch_guidelines_bi.pdf)製作午膳餐盒，强調午膳提供最少一份蔬菜、不含「强烈不鼓勵供應的食品」，例如油炸食物或鹽分極高的食物及不供應甜品。
 | ✓ |  |  | 學校通告(2020 / 09-05) |
| * 如發現學生自備的午膳不符合健康飲食的政策，學校將採取與家長協定的措施處理。
 | ✓ |  |  | 班主任於手冊內通知家長 |
| * 提供舒適的環境及充裕的時間給學生及教職員進食午膳。
 | ✓ |  |  |  |
| * 推廣進食水果的習慣，與午膳供應商及家長擬定供應水果的安排（學生自備／午膳供應商提供），建議學生在校內每天進食最少一份水果。
 | ✓ |  |  | 供應商每週供應三份水果 |

午膳措施的其他意見︰

1)　供應商和學生自備的午膳，大多符合營養建議。

2)　只有少數自備午膳的同學同時自備水果。

|  | **已執行** | **待****執行** | **需改善** | **備註** |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **3. 小食安排****（包括食品和飲品）** |
| * 選擇小食供應商時，需優先考慮小食的營養質素，具體方法是參考衞生署編制的[《學生小食營養指引》](https://school.eatsmart.gov.hk/files/pdf/snack_guidelines_bi.pdf)。
 | ✓ |  |  | 供應商只售賣 「適宜選擇」或「限量選擇」小食 |
| * 於與小食供應商所簽訂的合約中，必須訂明不提供「少選爲佳」的小食。
 | ✓ |  |  |  |
| * 每學年最少進行兩次小食監察，確保校內不售賣「少選爲佳」的小食，具體方法是利用或參考衞生署提供的「學校小食營養監察表格及意見表」作出記錄，向供應商反映監察的結果，並於需要時要求作出改善。該記錄應保存直至供應商合約完結。
 | ✓ |  |  | 2020/21學年，已進行二次小食監察，分別於2020年9月和2021年2月監察結果滿意 |
| * 鼓勵家長參考[《學生小食營養指引》](https://school.eatsmart.gov.hk/files/pdf/snack_guidelines_bi.pdf)，切勿提供「少選爲佳」（即高脂、高鹽或高糖）的食物和飲品，例如薯片、朱古力或汽水。家長可預備新鮮水果、烚雞蛋或乾焗原味果仁等健康小食，强調學生應在不影響下一頓正餐胃口下，適量進食小食。
 | ✓ |  |  | 學校通告(2020/09-05) |
| * 禁止在校內推廣「限量選擇」或「少選為佳」的小食及拒絕接受食品公司或供應商贊助校內活動。
 | ✓ |  |  |  |
| * 小食供應商應多推廣「適宜選擇」的小食，並擺放該類小食於當眼的位置。
 |  | ✓ |  | 2021/22 學年執行 |
| * 鼓勵學生多喝清水，確保學生能享用可安全飲用的食水。
 | ✓ |  |  |  |
| * 如發現學生自備的小食不符合健康飲食的政策，學校將採取與家長協定的措施處理。
 | ✓ |  |  | 校方代管至放學後發還給同學班主任於手冊內通知家長 |
| * 不要以食物作獎賞，避免違背健康飲食的習慣及信息。
 | ✓ |  |  | 學校通告(2020/09-05) |

小食措施的其他意見︰

1)　學生自備的小食大多是健康的選擇。

2)　建議小食部售賣少量的水果。

|  | **已執行** | **待執行** | **需改善** | **備註** |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **4. 教學及宣傳** |
| * 每學年推行至少一項推廣健康飲食的活動，特別是促進家、校、社合作的活動。
 |  |  |  | 開心「果」月活動 (2021年4月)天天吃早餐 (2020年10月) |
| * 校方積極參考可信的營養教育資料，例如衞生署、相關學術或專業團體發出的資訊，並於每學年內向家長和教職員提供營養教育資訊，提高他們對健康飲食的認識與關注。
 |  |  |  |  |
| * 將營養和健康飲食教育元素融入校本課程中，以及相關學習領域或學科的教學大綱。
 |  |  |  |  |
| * 鼓勵家長和教職員以身作則，於日常生活中實踐健康飲食的習慣，作學生的良好榜樣。
 |  |  |  | 學校通告(2020/09-05) |
| * 鼓勵學生每年到衞生署學生健康服務中心接受包括身體檢查，以及與生長、營養、視力、聽覺和脊柱等有關的健康服務。
 |  |  |  | 學校通告(2020/09-05) |

教學及宣傳措施的其他意見︰

「共享早餐攝影比賽」、「水果食譜比賽」等親子活動甚受同學歡迎。

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**總結︰**

教職員和家長都十分支持推廣健康飲食。

午膳監察有待改善。

為鼓勵學生多進食水果，將與小食部商討售賣水果的可行性。

**來年（2021/22學年）的工作重點︰**

| **工作項目** | **負責人員／小組** |
| --- | --- |
| 1. 進行午膳監察

（每月選一個上課週連續五個上課天進行午膳監察）1. 實行小食部售賣水果
2. 推廣健康飲食的親子活動
 | 午膳監察小組劉美美老師和家教會委員李太活動小組 |