

## 廚師營養烹調培訓工作坊 2016

「健康飲食在校園」運動目的是向學童提倡健康飲食，而小學午膳供應商及學校飯堂於這方面擔當着重要角色。

為使學校午膳供應商、學校飯堂的廚師及負責設計食譜的人員了解學童的營養需要，初步掌握健康午膳食譜設計及改良的技巧，衛生署自 2007 年起舉辦「廚師營養烹調培訓工作坊」。為配合 2014 年新修訂的《學生午膳營養指引》，並分享「香港小學午膳營養素測試 2013」的結果，是次工作坊更加入了以下內容：

- 最新的學生午膳建議分量
- 素食餐款的注意事項
- 校園於節日慶祝活動的食物安排
- 「香港小學午膳營養素測試 2013」調查結果
- 估計午膳的鈉含量並提供可行的減鈉方法

於 2016 年 8 月 26 日舉辦的「廚師營養烹調培訓工作坊」，共有 5 間學校午膳供應商及學校飯堂的同工參與。

參加是次工作坊的學校午膳供應商及學校飯堂如下 (按英文字母排序)：

- 金巴斯集團香港有限公司
- 臻美食品有限公司
- 美味王餐飲管理有限公司
- 基督教香港信義會恩頤居
- 楊堅飲食公司



學員全神貫注聽取衛生署營養師的講解



營養師與學員討論及分享午膳飯盒的減鈉方法



分組活動：學員分組設計健康及營養均衡食譜