

## 廚師營養烹調培訓工作坊

「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，並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」。為配合即將推出的 2017 年修訂版《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
- 最新的午膳食品分類表
- 更新「優良模式」的內容
- 更新「限制供應的食品」詳情和例子
- 「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 2017 年 7 月 14 日舉辦的「廚師營養烹調培訓工作坊」，共有 10 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)：

- 泛亞飲食有限公司 - 活力午餐
- 金巴斯集團香港有限公司
- 美味王餐飲管理有限公司
- 靈實恩光學校
- 原美(美心食品有限公司旗下品牌)
- 九至五飲食有限公司
- 保良局羅氏信託學校
- 聖文德書院
- 東華三院群芳啟智學校(宿舍)
- 維他天地服務有限公司



學員全神貫注聽取衛生署營養師的講解



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