

廚師營養烹調培訓工作坊 2018

「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 2017 年修訂的《學生午膳營養指引》，並分享「香港小學午膳營養素測試 2013」的結果及於 2017/18 學年新開展的「學校午膳減鹽計劃」，是次工作坊加入了以下內容：

- 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
- 「學校午膳減鹽計劃」

於 2018 年 8 月 10 日舉辦的「廚師營養烹調培訓工作坊」，共有 9 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
- 澳華食品控股有限公司
- 明愛馬鞍山中學（宿舍部）
- 金巴斯集團香港有限公司
- 美味王餐飲管理有限公司
- 基督教香港信義會恩頤居
- 九至五飲食有限公司
- 帆船美膳制作有限公司
- 仁濟醫院陳耀星小學



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的減鈉方法



分組活動：學員分組設計健康及營養均衡食譜