

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」。工作坊介紹了《學生午膳營養指引》，並分享「香港小學午膳營養素測試 2018」的結果。為配合「學校午膳減鹽計劃」，工作坊亦重點介紹如何估計午膳的鈉含量，並就減鈉方法提供可行的建議。

於 2019 年 8 月 9 日舉辦的「廚師營養烹調培訓工作坊」，共有以下 10 間學校午膳供應商及學校飯堂的同工參與（按英文字母排序）：

- 泛亞飲食有限公司 - 活力午餐
- 丹尼食品有限公司
- 美味王餐飲管理有限公司
- 盈信膳食天地
- 路德會賽馬會安老院
- 美思餐飲服務有限公司
- 美利飲食有限公司
- 九至五飲食有限公司
- 順德聯誼總會梁潔華小學
- 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的減鈉方法



分組活動：學員分組設計健康及營養均衡食譜