



廚師營養烹調培訓工作坊

程序表

日期：2018年8月10日(星期五)

時間：下午1時30分至下午5時

地點：香港九龍尖沙咀梳士巴利道十號香港文化中心行政大樓4樓AC1

時間	內容
下午 1:30 – 3:00	<ul style="list-style-type: none"> ■ 健康與營養 ■ 「香港小學午膳營養素測試 2013」研究結果 ■ 中小學學生的最新營養建議：《學生午膳營養指引(2017 修訂版)》 ■ 辨別鈉的來源和減鈉方案 ■ 學校午膳減鹽計劃
下午 3:00 – 3:15	小 休
下午 3:15 – 4:00	<p><u>分組活動：</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 估計鈉的含量 ■ 設計健康午膳食譜 及 應用「健康午膳餐盒評估表」
下午 4:00 – 4:30	<ul style="list-style-type: none"> ■ 考試 ■ 工作坊評估 及 頒發證書
下午 4:30 – 4:50	<ul style="list-style-type: none"> ■ 午膳監察 及 餐單預檢 ■ 至「營」學校認證計劃 簡介 ■ 學校選擇午膳供應商：給供應商的重點提示
下午 4:50 – 5:00	問 與 答