



## 廚師營養烹調培訓工作坊

### 程序表

日期：2019年8月9日（星期五）

時間：下午1時30分至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AC2

時間	內容
下午 1:15 – 1:30	■ 登記時間
下午 1:30 – 3:00	■ 健康與營養 ■ 「香港小學午膳營養素測試 2018」研究結果 ■ 中小學學生的最新營養建議：《學生午膳營養指引》（最新版） ■ 如何減低午膳的鈉含量 ■ 學校午膳減鹽計劃
下午 3:00 – 3:15	小休
下午 3:15 – 4:00	<u>分組活動：</u> ■ 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	■ 考試 ■ 工作坊評估 及 頒發證書
下午 4:30 – 4:50	■ 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