

資源有限 創意無限的營養午餐

資源は有限でもアイデアは無限の給食
Even with Limited Resources,
Nutritious Lunches with Unlimited Creativity Can Be Created

文・圖 | 劉仲成 (南投縣政府教育處處長)

南投縣政府向來非常重視學生之身心健康，唯近年來因物價不斷上漲，全球經濟發展嚴重停滯，台灣也深受影響，為充分照顧經濟弱勢家庭子女，自九十七年九月起配合中央政策，對國中小營養午餐補助對象，由原先低收入戶學生，擴大至中低收入戶學生。

補助由低收入戶 擴大至中低收入戶

根據教育部調查統計，九十六學年度第一學期南投縣受惠原住民學生有1,448人，佔該學期全國受惠原住民學生總數的5.8%；九十六學年度第二學期有1,424人，佔該學期全國受惠原住民學生總數的4.6%；九十七學年度第一學期則有1,753人，佔該學期全國受惠原住民學生總數的6.7%；九十七學年度第二學期有1,755人，佔該學期全國受惠原住民學生總數的6.3%。綜合本縣四學期的情況，以九十六學年度第二學期受惠原住民學生最少，其次為九十六學年度第一學期；九十七學年度第一學期與第二學期則所佔比例相當。

全面補助國中小學生午餐費

自九十七學年度第二學期起，由縣府全面補助國中小學生午餐費用，每月學生所需繳付之午餐費用已不再由家長負擔；據南投縣政府教育處統計，本縣原住民學生約3,400人。九十八年二月一日起，南投縣國中小學生全部免繳午餐費，所需午餐費全由縣府資源開發基金提撥支付。



總統大姊馬以南與南投縣長李朝卿，至信義鄉地利國小為布農族學童加油打氣，並與學生共進午餐。



信義鄉東埔國小布農兒童合唱團，天籟歌聲屢在競賽中獲得佳績，更受邀至泰國表演。

推展原鄉學校午餐 榮獲教育部評選績效優良

原住民地區經濟弱勢，不少家長一大早就出外工作，父母無暇為子女準備營養豐富的午餐，孩子們在外用餐又常常無法顧及均衡營養和衛生，為讓無數的家長安心工作，且讓學童攝取均衡營養，增進健康與活力，本縣於四十七年八月一日，仁愛鄉萬大分校首先開辦營養午餐，其後縣府克服人力、經費的困難，全力補助各校午餐設備與經費，鼓勵各校開辦學生午餐。

雖然仁愛鄉、信義鄉等原鄉學校地處偏遠，學生人數少，供貨成本高，多數午餐食材

供應商招標意願低，但在學校午餐工作人員的努力與積極爭取下，各校午餐均能依據政府採購法相關規定辦理，並提供營養均衡的菜色；部分學校以外界捐助經費購買乳品供學生飲用，不僅提升學童飲食之多樣化，更提高學生營養與鈣質攝取量，有助於骨骼發育。

為落實本縣李縣長教育施政理念及對教育政策的重視，發揮「資源有限、創意無限」的精神，全力推動各項營養衛生教育政策，透過學校活潑多元的教學活動設計及生活化的教育宣導，引導學生及教職員工建立自主健康管理，共同營造健康校園。本縣仁愛鄉紅葉國民小學於七十二年開始供應學生營養午餐，



南投縣政府教育處統計，本縣原住民學生約3,400人。九十八年二月一日起，南投縣國中小學生全部免繳午餐費，所需午餐費全由縣府資源開發基金提撥支付。



兄弟象球星馮聖賢、王勝偉、劉耿欣等人，至信義鄉地利國小捐贈棒球球具，並與學生共進午餐。

七十五年午餐廚房完成啟用，歷年來學校午餐祕書認真負責，確實為午餐食材之安全衛生把關，每天午餐供應內容為三菜一湯，每週供應二次水果，以合理收費及最高服務水準，提供師生「均衡、安全、衛生」的營養午餐，更榮獲教育部九十七學年度學校午餐校園食品與飲用水績優學校評選績優良。

本縣仁愛鄉親愛國小萬大分校廚工獲選參加財團法人公共電視文化事業基金會「+-x廚」節目錄製，節目將全國國小學童票選出最討厭的十三種蔬菜（胡蘿蔔、青椒、苦瓜、茄子、牛蒡、南瓜、絲瓜、洋蔥、芹菜、青豆仁、黃豆芽、香菇、芥蘭）設為「指定食

材」，廚工必須依照指定食材製作創意料理，同時要符合營養午餐烹調原則，以創意美味料理改變小學生對蔬菜的刻板印象，最後由小學生品嚐後舉牌定勝負。該節目定於四月廿五日起，每週六下午四點於公視頻道首播，五月一日起每週五下午四點於華視教育文化頻道播出，華視重播時間為每週六上午十一點半。

學校網站公布午餐菜單

為維護學校午餐用餐品質，實施免費午餐後，教育處仍促請學校在與午餐食材供應商簽訂之供應契約中，明訂午餐菜色及水果供應次數，食材於送貨前提出檢驗合格文件；縣內學



為促使學生主動力行健康生活，教育處推動「學校—家庭—社區」三方面健康營造模式，於學期初宣導五點親師配合事項，請家長一起關心學生的成長。

校午餐供應內容每餐三菜一湯，每週至少一次水果，並由校方監廚人員確實驗收，定期於學校網站中公布午餐菜單。

推動健康百分百各項活動

為促使學生主動力行健康的生活型態，由學校、家庭與社區三方面形塑學生的自主健康行為，推動「學校—家庭—社區」健康營造模式，讓學生健康快樂的成長，教育處於學期初發給每位學生家長一封信，宣導五點親師配合事項，請家長一起來關心和行動。

健康飲食齊步走：縣府全面補助中小學生午餐費用，讓學生在校安心享用營養均衡且安全衛生之午餐，規範校園販售食品之種類、熱量、含糖量等，減少油炸食物及零食的攝取。**傳染疾病不要來：**預防常見傳染病如腸病毒、登革熱、肺結核等，正確洗手、保持環境衛生、安全用藥是遠離傳染病的最佳工具；**210快活向前衝：**每週運動210分鐘，每天運動至少30分鐘，可使身體遠離



中寮鄉廣福國小學生午餐打菜情形。



劉仲成

南投縣竹山鎮人，1968年生。台北教育大學教育學博士。曾任國小教師、課員、課長、主任督學、副局長、局長。現任南投縣政府教育處處長，暨南國際大學、台中教育大學研究所兼任助理教授。協助南投縣

921震災136所學校校園重建完成，學術專長為教育政策、教育視導及評鑑，各國教育制度比較研究等。

肥胖及疾病，帶給您快樂及幸福。

除了以上親師配合事項，教育處並與衛生局工作團隊結合，配合學校及衛生所努力推動的健康活動計畫，由各校擇定拒菸防檳、視力、口腔、體適能、健康飲食、性教育及體重控制等議題，研擬實施策略與改善、預防之道，以強化國民健康生活知能。除獲得教育部遴選為「健康促進學校示範縣」之外，並榮獲教育部及衛生署頒贈「第一屆健康促進學校磐石獎」，證明本處推動教育健康年的成果，更使南投縣朝著「健康城市」目標邁進一大步。

學校自辦營養午餐，學生在學校團體用膳，更能培養用餐禮儀，養成良好的飲食習慣及生活常規，這是學校午餐能廣獲家長支持的原因。在各校用心經營下，學生午餐的辦理，深獲家長的肯定與讚揚，廣受學童的喜愛與支持，孩子是我們的寶，多花時間、愛與關懷，給予更多的賞識與鼓勵，能讓孩子在校園健康快樂成長。◆