

臺北市政府教育局113學年度「友雞・菇一起來」食材推廣活動計畫

114年1月8日修訂版

壹、目的

- 一、推廣運用友善蛋、有機菇等認證食材料理，提升食材品質，學習多元飲食文化。
- 二、設計創意健康菜餚，體會從產地到餐桌實作體驗樂趣，發揮團隊精神展現成果。
- 三、重視食品安全及環境永續，認識土地與守護動物福祉，營造人與環境共善共好生活。

貳、辦理單位

- 一、主辦單位：臺北市政府教育局。
- 二、承辦單位：臺北市大安區古亭國民小學。
- 三、協辦單位：臺北市私立育達高級中等學校、臺北市北投區清江國民小學、
臺北市士林區士林國民小學。
- 四、贊助單位：耐用富林股份有限公司 **NEOFLAM**、第一餐盒股份有限公司。

參、主題活動

- 一、營養教育教案分享研習暨活動說明會：分享營養教育教案，推廣本次創意料理活動，鼓勵全市國小教職員踴躍參加。
- 二、「友雞・菇一起來」食材推廣活動：臺北市公私立小學每校組隊參加創意料理活動，競賽食材使用具認證標章之友善蛋及有機菇。報名參賽隊伍每隊成員最多5位，包括1-3位學生及1-2位教職員或家長，採自由報名參加。
- 三、「加鈣好滋味・惜食真有 way」推行分享：邀請臺北市針對廚餘減量再利用、加鈣餐等推動特色學校，進行成果展示及心得分享。
- 四、成果分享及食農教育宣導：113學年度「友雞・菇一起來」活動成果分享及食農教育宣導活動。

肆、活動進程

主題一	研習時間地點	研習內容與師資
營養教育教案分享 研習暨活動說明會	113年11月27日 13:30-16:30 古亭國小	一、邀請相關教師、營養師分享營養教育融入課程教學，及落實校園推行運用。 二、說明比賽相關內容。

主題二	報名及初審	總決賽及頒獎
	即日起至 114年1月24日16:00止 古亭國小	114年2月23日 (星期日)上午 育達高中
「友雞·菇一起來」食材推廣活動	一、辦理方式：進行書面審查初評。 二、辦理期程： (一) 電子郵件及書面資料繳交日期：即日起至114年1月24日16:00止。 (二) 書面資料資格審查及專家評選：114年2月3日至10日。 (三) 公布初審入選名單：114年2月12日。 (四) 公布地點：古亭國小學校官網-榮譽榜區。	一、辦理方式： (一) 初審書面資料審查擇優入選10組，進行現場烹飪比賽。 (二) 每隊食材前處理擺放與烹調前洗手，接續開火烹煮並於90分鐘內完成6人份餐食。 二、評選方式：專家評選。 三、頒獎典禮 (一) 頒發評審委員聘書、贊助單位感謝狀 (二) 得獎隊伍 四、得獎團隊理念分享
主題三	分享時間地點	主題分享學校
「加鈣好滋味·惜食真有 way」推行分享	114年2月23日 育達高中活動中心	一、廚餘減量再利用：清江國小。 二、加鈣餐：士林國小。
主題四	內容	
食農教育宣導	一、113學年度「友雞·菇一起來」活動成果分享暨食農教育宣導活動。 二、活動成果將於賽後多管道宣傳。	

伍、相關活動流程及報名資訊

一、營養教育教案分享研習暨活動說明會：113年11月27日

流程	流程時間	活動內容	地點
1	13:00-13:20	報到	古亭國小會議室 (明德樓)
2	13:20-13:30	主席致詞	
3	13:30-14:20	營養教育教案設計	
4	14:30-15:20	營養教育教學實務分享	
5	15:30-16:10	「友雞·菇一起來」食材推廣活動說明	
6	16:10-16:30	綜合座談	

二、「友雞·菇一起來」食材推廣活動

流程	流程時間	活動內容	地點
1	08:30-08:50	報到暨食材檢錄	育達高中 異國料理教室
2	08:50-09:00	比賽規則及設備操作說明 (食材前處理擺放與烹調前洗手)	
3	09:00-10:30	「友雞·菇一起來」料理總決賽	
4	10:30-11:00	總決賽菜餚評分	
5	11:10-11:20	「加鈣好滋味·惜食真有 way」推行分享	育達高中 活動中心
6	11:20-11:40	參賽者菜餚說明及介紹	
7	11:40-11:45	長官及來賓致詞	
8	11:45-12:00	公布頒獎及合影	
9	12:00-12:20	活動成果展示及現場試吃	

陸、報名辦法

一、報名方式：請於期限內完成電子郵件及紙本資料寄送。

(一)以電子郵件方式於**114年1月24日16:00**前寄至承辦單位古亭國小信箱

(gtes826@gtes.tp.edu.tw)，寄件標題請註明【113學年度「友雞·菇一起來」食材推廣活動-○○國小-隊名】。

(二)紙本資料於**114年1月24日16:00**前親送或郵寄古亭國小學務處衛生組(106臺北市大安區羅斯福路三段201號)，郵寄者以郵戳為憑。

二、報名期限：即日起至**114年1月24日16:00**截止收件。

三、報名應備資料：報名資料請完成學校核章。

(一)報名表(附件一)

(二)菜餚設計理念與烹調過程表(附件二)

(三)友善蛋及有機菇料理菜餚製作表(附件三之1、附件三之2)

(四)菜餚設計著作授權同意書(附件四)

四、注意事項：

- (一)文字敘述：附件一、二、三之1、三之2詳細書寫「菜餚材料」、「烹調作法」、「菜餚的創意想法」、「菜餚製作表格」，該內容將列入評分依據。
- (二)承辦單位收到資料確認無誤後，以電子郵件方式回覆確認通知。
- (三)如參賽作品未在期限內送達、送交資料不齊全或報名表未經校方核章者，皆屬未完成報名。

柒、比賽規則

競賽分為兩階段，第一階段採書面審查，第二階段為現場烹飪；第一階段書面資料初審擇優入選10組進入第二階段總決賽，並依照書面審查資料進行現場烹飪。**前開名額經評審會議決議可酌予調整總決賽入選名額或新增特色獎項。**

一、書面資料審查：

- (一)菜單設計為一道友善蛋入菜之料理、一道有機菇入菜之料理，共兩道，供應6人午餐份量。
- (二)每道料理食材成本限制新臺幣300元內(友善蛋與有機菇成本不列入)，每組預計供應友善蛋10顆、有機菇3包(依據報名表內容提供)。

二、總決賽現場烹調比賽方式：

- (一)總決賽當日由主辦單位提供具認證標章之友善蛋及有機菇作為比賽食材之一，其餘食材、調味料，請參賽隊伍自行準備。
- (二)參賽隊伍自行購買食材必須符合書面資料，並禁止使用加工食品，否則總決賽評分項目之「採買食材符合書面資料」以零分計算。
- (三)食材前處理擺放與烹調前洗手，接續開火烹煮並於90分鐘內完成6人份午餐份量(含擺盤)，未於時間內送達評分地點完成擺設，酌予扣分。
- (四)料理烹調不得以市面已調理完成之成品參賽，否則該項菜餚以零分計算。
- (五)決賽中使用之部份食材，不得先行拌炒、汆燙或油炸、分割等前置處理。參賽隊伍於比賽當天報到審查後於前處理時間可將所準備之食材可進行分割、清洗、去皮、漲發、醃製，違者酌予扣分。
- (六)料理器具、盛盤用具可由參賽者自備，會場亦有提供。
- (七)參賽者需自備帽子、圍裙，鞋子需著止滑且無露趾之款式。
- (八)現場烹飪器具由育達高中及贊助單位耐用富林股份有限公司 **NEOFLAM** 提供。
- (九)比賽現場無提供電源，請勿攜帶需用電之設備。

捌、活動評選辦法

一、比賽總分計算：以初審書面資料審查評選成績占30%加上總決賽成績占70%計分。

二、初審書面資料審查評分項目

項目	比重(%)	評分內容
整體搭配	40	食材搭配、烹調技巧、 菜餚外觀(食材配色、擺盤創意)
理念說明	30	菜餚設計、食材選用、營養健康訴求等說明
創意及特色	20	菜餚具創意性
菜色命名	10	名稱具創意性並與料理本意相符

三、總決賽現場烹飪評分項目

項目	比重(%)	評分內容
味覺體驗	30	菜餚口味
外觀美感	20	菜色擺盤設計
製作流程符合書面資料	20	製作流程符合書面資料
衛生安全	10	食材處理程序、廚檯整潔等
剩餘食材	10	惜食不浪費
團體合作	10	團體合作精神

玖、活動獎勵辦法

一、總決賽錄取特優一組，每組頒發教育局獎狀及3,500元禮券，贊助單位 **NEOFLAM** 提供獎品(Smart Cook 系列低壓悶煮鍋24cm 1組)。

二、總決賽錄取優勝三組：每組頒發教育局獎狀及2,500元禮券，贊助單位 **NEOFLAM** 提供獎品(Midas Plus 陶瓷塗層鍋4件組小兔 1組)。

三、總決賽錄取佳作六組，每組頒發教育局獎狀及1,500元禮券，贊助單位 **NEOFLAM** 提供獎品(FIKA 系列烤盤38cm 1組)。

四、總決賽完賽獎：贊助單位 **NEOFLAM** 提供獎品(Reverse 系列16cm 煎蛋鍋-FIKA)。

五、參加獎：贊助單位 **NEOFLAM** 提供獎品(Wavelock 系列分隔玻璃保鮮盒)。

壹拾、注意事項

- 一、應徵作品須符合未曾出版、發表或獲獎，切勿一稿多投；若有抄襲、模仿或冒用他人名義之侵犯他人著作權等情事者，經查屬實者，將取消資格、追回獎勵，並由作者自負一切相關法律責任。
- 二、參賽作品無論得獎與否恕不退件，獲獎作品著作權仍歸原作者所有，但主辦單位保有於任何時間、地點以及任何形式公益推廣（如修改、轉載、出版）之權利，不另支酬。
- 三、凡報名參賽者，視同認同本計畫之各項內容及規定。報名及競賽相關事宜如有疑問，請洽古亭國小學務處章主任或王組長(02)2363-9795分機821或826。
- 四、本計畫若有未盡事宜，得由主辦單位修訂補充，並於總決賽前公告。
- 五、本計畫經教育局核可後實施，修正時亦同。

臺北市教育局113學年度「友雞·菇一起來」食材推廣活動

報名表

學校名稱				
隊名				
教職員 或家長	姓名	與學生關係	服務單位 (家長免填)	職稱 (家長免填)
學生	姓名	性別	班級	
主要聯絡人			電話： 手機：	
e-mail				
備註	1. 請先詳細閱讀活動計畫說明，並詳填本表以利作業。 2. 以電子郵件方式於114年1月24日16：00前寄至承辦單位古亭國小信箱（gtes826@gtes.tp.edu.tw），寄件標題請註明【113學年度「友雞·菇一起來」食材推廣活動-○○國小-隊名】。 3. 紙本資料於114年1月24日16：00前親送或郵寄古亭國小學務處衛生組(106臺北市大安區羅斯福路三段201號)，郵寄者以郵戳為憑。 4. 報名期限：即日起至114年1月24日16：00截止收件。 5. 報名應備資料：報名資料請完成學校核章。 (1)報名表（附件一） (2)菜餚設計理念與烹調過程表（附件二） (3)友善蛋及有機菇料理菜餚製作表（附件三之1、附件三之2） (4)菜餚設計著作授權同意書（附件四） 6. 報名及競賽相關事宜如有疑問，請洽古亭國小學務處章主任或王組長，電話(02)2363-9795分機821或826。 7. 如參賽作品未在期限內送達、送交資料不齊全或報名表未經校方核章者，皆屬未完成報名，不得提出異議。			

承辦人：

學務主任：

校長：

臺北市府教育局113學年度「友雞·菇一起來」食材推廣活動

菜餚設計理念與烹調過程表

學校名稱		
隊名		
菜餚名稱	友善蛋料理	有機菇料理
烹調作法		
食材成本	二道菜(六人份)食材費用共_____元(不含友善蛋及有機菇)	
菜餚設計理念及 創意想法說明		

承辦人：

學務主任：

校長：

臺北市政府教育局113學年度「友雞·菇一起來」食材推廣活動

友善蛋料理菜餚製作表

學校名稱						
隊名						
菜餚名稱						
友善蛋食譜(總份量6人份)						
項次	材料			項次	調味料	
	品名	數量或重量 (註明單位)	費用 (元)		品名	數量或重量 (註明單位)
1				1		
2				2		
3				3		
4				4		
5				5		
6				6		
本道料理食材成本總計_____元(不含有善蛋)						
烹調方法 (請依條列式敘述)						

承辦人：

學務主任：

校長：

臺北市府教育局113學年度「友雞·菇一起來」食材推廣活動

有機菇料理菜餚製作表

學校名稱						
隊名						
菜餚名稱						
有機菇食譜(總份量6人份)						
項次	材料			項次	調味料	
	品名	數量或重量 (註明單位)	費用(元)		品名	數量或重量 (註明單位)
1				1		
2				2		
3				3		
4				4		
5				5		
6				6		
本道料理食材成本總計_____元(不含有機菇)						
烹調方法(請依條列式敘述)						

承辦人：

學務主任：

校長：

臺北市政府教育局113學年度「友雞·菇一起來」食材推廣活動

菜餚設計著作授權同意書

(參賽者一人一張)

本人_____ (著作人/立約同意人)發表於臺北市政府教育局
113學年度「友雞·菇一起來」食材推廣活動菜餚設計之著作
(友善蛋料理名稱_____及有機菇料理名稱_____)，同意
無償授權臺北市政府教育局，將本人著作以紙本、光碟片及網路等各種方式
公開傳輸發行，且為了學術發展之用，同意臺北市政府教育局將本人著作編
成學術專書，並得重製本人著作。

著作人擔保本著作係著作人之原創性著作，著作人並擔保本著作未含
有誹謗或不法之內容，且未侵害任何第三人智慧財產權及其他任何權利。
若因審稿、校稿因素導致著作名稱變動，著作人同意視為相同著作，不影
響本同意書之效力。

如果本著作為二人以上之共同著作，下列簽署之著作人已通知其他
共同著作人本同意書之條款，並經各共同著作人全體同意，且獲得授權
代為簽署本同意書。

立同意書人：

立同意書人(監護人)：

中 華 民 國 年 月 日