

# 2018 全國健康樂齡食神競賽活動企劃書

主辦學校：輔英科技大學

執行單位：輔英科技大學醫學與健康學院保健營養系、  
輔英科技大學 USR 計畫辦公室

活動時間：2018 年 10 月 16 日至 2018 年 11 月 23 日

決賽時間：2018 年 11 月 23 日

決賽地點：輔英科技大學保健營養系營養實驗室

頒獎地點：輔英科技大學國際會議廳

中 華 民 國   1 0 7   年   1 0   月   1 6   日

## 壹、主旨

輔英科技大學是以「人的健康」為創校理念的優質大學，本著本校優良的傳統，從事「以維護與促進人的健康為目的的醫護、衛生、環保和其他相關工作」，因此學生必須具備精深的專業素養，同時也要具有關懷人群的情操，才能帶給社會健康與快樂。在個人方面，要有寬闊的胸襟和宏觀的見識，才能適應未來民主化、多元化和國際化的社會，同時能展現其高尚優雅的氣質與風度，為社會及產業所歡迎。

因應社會環境之變遷，飲食之目的已由營養性(吃飽)、嗜好性(吃巧)，演變為機能性(吃健康)，且兼具環保議題(愛地球)。由於人類的壽命延長加上少子化的問題，樂齡族群已在社會上形成一主要課題，而其健康與飲食也日益重要。本校由於注重在生活中推廣人的健康，因此推動樂齡健康均衡飲食是本競賽的首要目的，而在此目的下為樂齡族群設計與烹調出主食 1 樣、主菜 1 樣、配菜 3 樣的便當，並推廣「合宜熱量、低油、低糖」之健康概念為主要健康取向，同時兼具平價、健康與優質的餐盒。

透過本競賽計畫，希望能對全國高中職的師生傳達本校的優質與卓越教學內涵，藉由舉辦第一屆健康樂齡食神競賽，協助高中職學生更能了解本校是他們未來進入高等學府最佳的選擇。

## 貳、2018 全國健康樂齡食神競賽辦法

### 一、計畫目的

- 1、透過健康餐盒設計與製作建立對樂齡飲食均衡健康的重視
- 2、重視樂齡族群的飲食特色
- 3、建立輔英健康優質的口碑與形象
- 4、培養與全國高中職的夥伴關係
- 5、吸引全國高中職學生就讀本校

### 二、舉辦單位

- ❖ 主辦學校：輔英科技大學
- ❖ 執行單位：輔英科技大學醫學與健康學院保健營養系、輔英科技大學 USR 計畫辦公室

### 三、參賽資格

- (一) 參賽對象以全國公私立高中職學生共同組隊為原則，科別以衛生與護理類、食品類群、餐旅類群(含觀光科等)等類群為參賽對象，團隊成員以 3-6 人為限，每人僅能報名 1 隊。
- (二) 各團隊需設隊長 1 名，以利後續聯絡。
- (三) 各團隊可設有 1-2 名指導老師/業師協助，但指導老師/業師不屬於團隊成員之一。
- (四) 團隊成員於報名截止後不得更換，若參賽團隊 e-mail 之檔案資料與紙本資料不符之情況，將依 e-mail 之檔案資料為準。
- (五) 本競賽之參賽分為初賽與決賽。初賽審查食譜之設計內容，決賽由入選團隊做出餐點，由決賽評審依決賽評審標準審查決定獎次。

### 四、競賽形式

#### (一)競賽初賽

由主辦單位邀請專業人士召開初審評選會議，審查企劃書完整性及競賽資格。再依計畫書之營養內涵、健康價值、食譜設計等各項之完整性決定入選決賽之團隊(預計於 2018 年 11 月 16 日公佈入圍決賽名單，入選 8 組，得從缺)。

#### (二)競賽決賽

1. 由主辦單位具名邀請專業人士共同試吃入選團隊之餐盒。

2. 入圍決賽團隊需準備餐點介紹內容，並在餐點前說明其設計理念及營養與健康價值。
3. 決賽當日各團隊需於現場做出 5 人份餐盒，每人份材料費控制在新台幣 100 元以內實體餐點，共主食 1 樣主菜 1 樣配菜 3 樣的健康餐盒。

## 五、 參賽報名資料：可至本校保健營養系網站下載

(一) 競賽初賽：初賽各項報名文件請 e-mail 至活動信箱 [fydnh2018@gmail.com](mailto:fydnh2018@gmail.com)

### A、繳交文件

1. 團隊報名表(附件一)
2. 團隊通訊錄(附件二)
3. 健康餐盒食譜企劃書(附件三)，內含 5 道食譜，主食類 1 樣(如飯、粥、麵、米粉等五穀根莖類食譜)，主菜 1 樣與配菜 3 樣 (蛋魚肉豆類與蔬菜類等)
4. 作品未抄襲切結書(附件四)(需簽名，請掃描有簽名之文件上傳)
5. 智慧財產權同意書(附件五)(需簽名，請掃描有簽名之文件上傳)
6. 個人資料提供同意書(附件六)(需簽名，請掃描有簽名之文件上傳)

### B.初賽選拔原則：

- 1、各類群錄取 8 組為參加決賽隊伍。
- 2、各類群選拔入選組數得從缺。

(二) 競賽決賽：mail 傳送海報電子檔及攜帶初賽資料紙本一式

1. 食譜說明海報檔(尺寸：90\*120cm，解析度 350dpi 以上)，由主辦單位統一印製
2. 海報電子檔傳送截止時間為 2018 年 11 月 16 日中午 12 點，逾期請自行印製攜帶至會場
3. 初賽相關文件紙本資料於決賽當天交予執行單位
4. 決賽當日請自備圍裙與頭巾等維護衛生安全之服裝。
5. 決賽當日請攜帶學生證或身分證等身分證明文件，以核對身分。
6. 決賽成品需現場製作，不可攜帶成品或半成品。

## 六、 競賽時程

| 時間                 | 程序         | 備註  |
|--------------------|------------|---|
| 2018 年 10 月 16 日起  | 參賽報名       | 活動網站下載參賽文件  |
| 第一階段 競賽初審(企劃書書面審查) |            |   |
| 2018 年 11 月 12 日   | 初審截止收件     | ❖ 書面收件期限：107/11/12 截止<br>❖ e-mail 傳送各項初賽文件 pdf 檔            |
| 2018 年 11 月 16 日   | 競賽決賽入選公告   | ❖ 入選隊伍及決賽細節公告於輔英科技大學保健營養系網頁中，不再另行通知<br>❖ 有加入 line 群組也會在群組公告 |
| 第二階段 競賽決賽(當天實作)    |            |   |
| 2018 年 11 月 20 日   | 決賽海報上傳截止收件 | ❖ 收件期限：107/11/20 中午 12 點截止，請將決賽海報 e-mail 至活動信箱。             |
| 2018 年 11 月 23 日   | 決賽暨頒獎典禮    | ❖ 現場實作、說明及試吃評選，公布獲獎團隊並表揚                                    |

### ★ 決賽日議程

- ❖ 活動日期：107 年 11 月 23 日(星期五) 08：00～14：00(暫定)
- ❖ 活動地點：本校保健營養系實驗大樓 4 樓 C401 教室、國際會議廳 J401
- ❖ 活動議程

| 時間          | 議程   |
|-------------|--|
| 08：00～9：00  | 參賽團隊報到 C401 及定位                              |
| 9：00～11：00  | 實作餐點 C401                                    |
| 11：00～12：00 | 評審評選時間 C401<br>參賽隊伍現場解說 C401                 |
| 12：00～13：00 | 評審會議 J403<br>參賽隊伍用餐時間 J401 交誼廳<br>參賽隊伍輔英校園巡禮 |
| 13：00～14：00 | 頒獎典禮 J401                                    |

## 七、 審查標準

### (一) 初賽階段

| 審查項目  | 比重  | 審查重點                             |
|-------|-----|----------------------------------|
| 食譜構想  | 30% | 食譜創意理念及獨特性                       |
| 營養價值  | 30% | ➤ 熱量比率適當<br>➤ 營養分配均衡<br>➤ 烹調方式合宜 |
| 健康取向  | 30% | 說明食譜與健康取向相關的內涵                   |
| 企劃完整性 | 10% | 食譜企畫書內容是否具有整體性                   |

### (二) 決賽階段

| 審查項目   | 比重  | 審查重點                           |
|--------|-----|--------------------------------|
| 現場評選試吃 | 20% | 餐點的色香味等質感                      |
| 展現健康取向 | 20% | 食材搭配選擇及料理流程是否符合設計概念中之健康取向      |
| 海報內容   | 20% | 能合宜的呈現餐盒整體理念                   |
| 現場解說   | 20% | 能詳細解說各項設計理念、創意獨特性與臨場與評審互動表現    |
| 團隊態度   | 20% | 團隊整體合作態度、能善用食材不浪費，控制成本並能完成善後工作 |

## 八、 競賽名次及獎勵辦法

(一) 決賽入選選出 8 組參賽(入選組別得從缺)

(二) 決賽獲獎團隊可獲頒獎金，且團隊成員及帶隊老師每人頒發獎狀乙紙。

| 獎項  | 組數  | 獎金(禮卷)      |
|-----|-----|-------------|
| 第一名 | 1 組 | 新台幣 2 萬元整   |
| 第二名 | 1 組 | 新台幣 1.5 萬元整 |
| 第三名 | 1 組 | 新台幣 1 萬元整   |
| 優等  | 1 組 | 新台幣 5 仟元整   |
| 佳作  | 4 組 | 新台幣 2.5 仟元整 |

★ 未依規定全程參與者，視同放棄競賽及獲獎資格。

★ 若評審覺得參賽隊伍未達獲獎標準，該獎項得以從缺。

## 九、 注意事項

- (一) 參賽食譜須為參賽團隊自行創作，不得抄襲或節錄其他任何已發表或未發表之食譜等。經查如有任何著作權或其他相關權利糾紛，應由參賽團隊自行負責。主辦單位亦有權取消其競賽資格及得獎資格，並追回獎金及獎品。
- (二) 參賽作品之著作權歸屬於參賽隊伍所有，惟需提供本校進行競賽活動之用，如有任何著作權或其他相關權利糾紛，應由參賽隊伍自行負責。
- (三) 參賽隊伍繳交競賽相關資料後，不得以任何理由要求退還。
- (四) 決賽當天製作者需為參賽報名團隊成員為限，一旦發現該製作者不在參賽報名團隊名單內，主辦單位有權取消資格與追回所屬名次與獎金。
- (五) 凡報名參賽者，即視同承認本辦法的各項內容及規定，如有未盡事宜，主辦單位有最終修訂及解釋權力。
- (六) 決賽隊伍之食材須依入選食譜提前自行購買再攜帶至決賽現場實作，主辦單位於決賽現場統一提供 3 個日式餐盒(樣式於決賽細節再行公布)以供入選隊伍盛裝決賽實作食品，並須於會後歸還；每組得補助 1,000 元(含)以下食材費用，收據或發票請依以下規定核銷格式繳交。發票不符合核銷格式，則無法補助。
  - ◎收據或發票抬頭：輔英科技大學
  - ◎收據或發票上需標明品名、數量、單價、總價、日期需介於 2018.11.16~2018.11.23 間
  - ◎統一編號：85500287
  - ◎使用「免用統一發票收據」時，請確認有店家統一編號章及負責人私章
  - ◎收據下方總金額需為國字大寫
- (七) 會場所提供之用具與器材為中餐烹調考場之設備，不得任意帶走及損壞，如有上述情事，得參照市價賠償。所有器具使用前、後必須清點數量，製作完畢後需清洗乾淨，物歸原位。
- (八) 比賽過程將全程錄影、錄音，承辦單位有公開播放之權力。
- (九) 承辦單位擁有得獎作品之研究、攝影、宣傳、網頁製作、展覽、商品等開發、出版及出版品販售等權利。
- (十) 若有未盡事宜，得適時修改，承辦單位在必要情況下有權修改競賽規則，並於活動當日比賽前統一說明。
- (十一) 參賽者視為認同本案之各項規定。

## 十、 聯絡窗口

- ❖ 聯絡窗口： 輔英科技大學保健營養系翁玉娥老師

- ❖ E-mail : [fydnh2018@gmail.com](mailto:fydnh2018@gmail.com)
- ❖ 電話：(07)7811151 轉 5465(翁玉娥老師)、6230(黃韻如小姐)
- ❖ 傳真：07-7826740
- ❖ 地址：83102 高雄市大寮區進學路 151 號保健營養系