

和順國中第三屆【和順主廚盃】烹飪比賽辦法

一、目的：

- (一) 藉由向家長學習做菜方法，增進家庭親子關係，從中增進家庭親子互動樂趣。
- (二) 藉由簡單、易做的主題提供國中學生多元展現的舞台，並讓孩子願意進入廚房充實生活能力，並啟蒙對餐飲有興趣的孩子，早日確定生涯規劃。

二、比賽項目：有米樂創意便當裝飾

～在小小的便當盒裡，裝著營養的食物和滿滿的愛心，看著就覺得好好吃喔～

三、主辦單位：學務處

四、比賽時間：(請提早 10 分鐘報到)

一年級—106 年 5 月 22 日(一)時間如下：(若有臨時異動再通知，請見諒!)

1-5 班 13：30-14：05、6-10 班 14：25-15：00

二年級—106 年 5 月 24 日(三) 時間如下：(若有臨時異動再通知，請見諒!)

1-5 班 7：45-8：20、6-10 班 8：25-9：00

五、比賽地點：和順國中家政教室

六、比賽服儀：請自行準備圍裙、口罩、帽子…

七、參賽對象：各班組成參賽隊伍，一、二年級每隊 4 人(至少 1 名男生，一班限報一隊)

比賽項目說明如次：

以「創意便當」為比賽主題，鼓勵學生運用巧思製作具創意又營養美味的可愛米飯便當。並透過便當傳達愛與關懷，緊密連結家人間的感情，也共同支持臺灣優質好米，讓米食文化代代傳承下去。

1. 內容：主食米飯由學校提供，其他便當配菜請自行搭配變化。

*食材準備注意事項

a. 便當內的主食：米飯會由學校煮好提供。

c. 便當內的配菜：請自行在家煮熟。所有需要做造型的切工、捏等步驟(例如：雕花)一律在比賽中進行。違者將扣分!!

◎所有食材請事先在家處理好，用保鮮盒帶至學校，違規取消比賽資格!

◎不得使用一次性餐盒。餐盒中不得使用不可食用之裝飾物品。

◎請另外自備保鮮盒將多餘食材帶回!

2. 份量：1 個便當盒

3. 學校提供之物品：米飯、熟食砧板 1、大小菜刀各 1、碗盤各 1、夾子、餐巾紙、

料理用塑膠手套

◎**不足部分請自行攜帶(勿攜帶刀具)**

4. 比賽時間:35 分鐘(包含把桌面、流理台、學校提供之物品清洗乾淨及完成作品)
5. 評分標準: 創意與創新性(40%),營養均衡度 (20%),製作過程衛生度 (20%),
善後清潔(20%)。

八、獎勵方式:

- (一) 冠軍:每組一隊,禮卷 500 元,每人發給獎狀 1 紙
(二) 亞軍:每組一隊,禮卷 400 元,每人發給獎狀 1 紙
(三) 季軍:每組一隊,禮卷 300 元,每人發給獎狀 1 紙
(四) 佳作(各組取二隊):每組二隊,每人發給獎狀 1 紙

九、經費來源:

1. 器具部分由學校提供,不足處由學校經費購買。
2. 食材部分由學生自行攜帶。
3. 禮卷部分,提供圖書禮卷。

十、本計畫經校長核可後實施。



和順國中第三屆【和順主廚盃】烹飪比賽報名表

班級	_____年_____班	隊名	
組長	_____號 姓名_____ 性別_____	組員	_____號 姓名_____ 性別_____
組員	_____號 姓名_____ 性別_____	組員	_____號 姓名_____ 性別_____

導師簽名: _____

◎報名表請於 4 月 21 日(五)前交回學生活動組,感謝您的配合!

