

# 香港教育大學賽馬會小學

## (三) 學校膳食安排指引

為配合全日制膳食及各學生安全及不影響其學習時間起見，校方作出以下午膳安排：

### A. 行政上的安排

- (1) 成立學生事務組，負責督導、統籌及改善膳食的安排；
- (2) 竭力為學生提供一個舒適清潔的用膳環境；
- (3) 給予學生充裕的午膳時間；
- (4) 教導學生用膳前洗淨雙手及用膳後清理地方；
- (5) 鼓勵家長與學校合作，為子女準備飯盒，幫助他們養成健康的飲食習慣；
- (6) 鼓勵教師及學生吸收更多有關食物衛生、營養、均衡飲食和個人健康的知識；
- (7) 在午膳時間進行巡視，以確保膳食安排恰當得宜。

### B. 午膳供應

#### (i) 食物供應商的選擇

- (1) 本校選擇之飯盒和熟食會向持有食物製造廠牌照並獲得批准製造/配製飯盒的供應商訂購。學校會要求這些食物製造廠的持牌人出示文件，以證明他們的處所是持有牌照作特定的用途。當選擇適當的飯盒供應商時，學校也會注意供應商裝載和運送食物的方法。
- (2) 供應商根據衛生署的「學生午膳營養指引」提供午膳。
- (3) 食物供應商由教師代表、家長代表及學生代表選出。

#### (ii) 食物成份

選擇午膳的指引：

- (1) 避免選用生的食物或煮熟後仍需涉及多重人手處理的食品。
- (2) 食物要能滿足學生的營養及熱量需要。
- (3) 會選用瘦肉和去皮的家禽，並常配以有葉蔬菜及水果。
- (4) 選擇以烤、蒸、煮沸、焗或少油快炒方法烹調的食物，盡量減低食物的脂肪含量。
- (5) 不會選用肥膩或經高度加工處理的食物。
- (6) 會確保所有食物成份都經煮熟。

### (iii) 飯盒或食具的物料

- (1) 為配合香港的減少廢物運動，校方積極勸諭食物供應商使用可再用或可環保回收的食具，以減少大量被棄置到堆填區的飯盒。
- (2) 校方會確保所有再用的食具在再使用前經徹底清潔和消毒。
- (3) 若情況只容許使用用完即棄飯盒，學校會要求食物供應商使用安全及適合包裝食物而又可降解的物料(如紙或非發泡膠)製成的盛器。

### C. 託辦午膳的學生

1. 每日 12:55 p.m. 由膳食供應商供應午膳。
2. 各同學留在課室內午膳。
3. 各同學需自備濕毛巾抹手之用。
4. 每個飯盒定價均由供應商擬定及由「批標委員會」共同選定，每月下旬派餐單。
5. 膳食費可用劃線支票(抬頭為午膳供應商)，支票或入數紙背面均須寫上學生姓名及班別，或以繳費靈繳款，亦可到指定之便利店以現金繳款，繳款時出示印有條碼之個人餐單，為保障學生，便利店收據應作為個人儲存記錄，不需與餐單一起交回，以免日後無法跟進。盡可能不交現金，以免學生遺失。

### D. 由家長送膳前來的學生

1. 送膳家長，須於每日 12:35 p.m. 至 12:55 p.m. 前把午膳飯盒送至地下或 6 樓閘門附近的餐車上收集處。
2. 校工會於 12:55 p.m. 把飯盒送到課室門外，學生自行前往領取。
3. 家長送膳時必須使用密封之盛器，並放進環保袋，袋上請清楚註明學生的姓名及班別。請勿使用玻璃盛器，以免發生危險。
4. 午膳後，各學生須將自己的午膳盒用袋收藏好，放學後才帶回家處理。
5. 為推動健康飲食文化，家長為子女準備午餐時，務請參考衛生署編製的「小學生午膳營養指引」及「小學生小食營養指引」，詳情請瀏覽以下網址：<http://www.eatsmart.gov.hk> 或 [https://www.chp.gov.hk/files/pdf/snack\\_guidelines\\_bi.pdf](https://www.chp.gov.hk/files/pdf/snack_guidelines_bi.pdf)

#### E. 自備午膳或乾糧的學生

1. 學生自行攜帶回校的午餐不能為湯、粥類或多汁的食物，以免溢漏，發生危險。
2. 學生必須採用不易爆破及安全的盛器。
3. 由於衛生及安全理由，學校不設翻熱及冰箱存放服務。
4. 由於食物的儲存時間頗長，某些食物容易變味變壞，請家長注意。

#### F. 全校學生必須在校內進行午膳。

#### G. 託辦午膳而須告假的學生

學生如因病假或事假需要取消當日午膳，請家長於當天早上 9:00 前致電午膳承辦商客戶服務熱線(2662 2202)或 Whatsapp (6101 9865)辦理即日退餐，並記錄於退餐時收到的「退餐編號」，日後如有任何有關已退餐的查詢，家長必須提供該天的「退餐編號」，而款項則會於隨後一至兩個月內的餐單中自動扣除。

#### H. 參考資料

1. 小學生午膳營養指引

[https://www.chp.gov.hk/files/pdf/lunch\\_guidelines\\_bi.pdf](https://www.chp.gov.hk/files/pdf/lunch_guidelines_bi.pdf)

2. 小學生小食營養指引

[https://www.chp.gov.hk/files/pdf/snack\\_guidelines\\_bi.pdf](https://www.chp.gov.hk/files/pdf/snack_guidelines_bi.pdf)

3. 衛生署「健康飲食在校園」運動

<https://www.chp.gov.hk/eatsmart/>