

為設計及製作適合老人及身障者的菜單，使老人或身心障礙者能在用餐之餘，顧及營養需求及健康，因此由臺南市政府社會局及嘉南藥理大學餐旅管理系舉辦 2015 老人及身障者營養餐飲設計及製作比賽，藉此宣導社會大眾對老人及身障者等弱勢團體飲食營養的重視，減緩老人及身障者健康退化。本比賽相關活動資訊如下：

#### 一、參賽資格：

個人組：凡中華民國國民皆可報名。

團體組：凡全國機關團體(含)學校皆可報名。每隊參賽限定人數 2 至 5 人。

#### 二、比賽時間地點：

收件日期：即日起至 104 年 2 月 18 日(星期三)截止。

地點：嘉南藥理大學 臺南市仁德區二仁路一段 60 號餐旅管理系

報名方式：請將報名表（附件）填妥後，連比賽同意書一併上傳至[報名網站](#)。

#### 三、比賽獎勵：

初賽：

凡入圍初賽者獎金 1,000 元。

決賽：

個人組

第一名：獎金 30,000 元、獎牌及獎狀。

第二名：獎金 20,000 元、獎牌及獎狀。

第三名：獎金 10,000 元、獎牌及獎狀。

佳作十名：獎金 1,500 元、獎牌及獎狀。

團體組

第一名：獎金 30,000 元、獎牌及獎狀。

第二名：獎金 20,000 元、獎牌及獎狀。

第三名：獎金 10,000 元、獎牌及獎狀。

佳作十名：獎金 1,500 元、獎牌及獎狀。

#### 四、聯絡人：

嘉南藥理大學餐旅系林美芳助理教授

Email: [mayfang@mail.cnu.edu.tw](mailto:mayfang@mail.cnu.edu.tw)

TEL: (06)2664911ext3515 或(06)2664911ext3600

附件

老人及身障者營養餐飲設計及製作比賽報名表

參賽團隊基本資料

作品類別	<input type="checkbox"/> 老人	<input type="checkbox"/> 身障者
競賽組別	<input type="checkbox"/> 個人組	<input type="checkbox"/> 團體組
參賽者		
姓名	參賽單位	單位名稱：
身份證字號		通訊住址：
出生年月日		
聯絡手機或 通訊電話	E-mail	
姓名	參賽單位	單位名稱：
身份證字號		通訊住址：
出生年月日		
聯絡手機或 通訊電話	E-mail	
姓名	參賽單位	單位名稱：
身份證字號		通訊住址：
出生年月日		
聯絡手機或 通訊電話	E-mail	
姓名	參賽單位	單位名稱：
身份證字號		通訊住址：
出生年月日		
聯絡手機或 通訊電話	E-mail	
姓名	參賽單位	單位名稱：
身份證字號		通訊住址：
出生年月日		
聯絡手機或 通訊電話	E-mail	

通訊電話			
------	--	--	--

指導人員/老師(無則免填)			
---------------	--	--	--

姓名		參賽單位	單位名稱：		
身份證字號			通訊住址：		
出生年月日					
聯絡手機或 通訊電話		E-mail			
姓名		參賽單位	單位名稱：		
身份證字號			通訊住址：		
出生年月日					
聯絡手機或 通訊電話		E-mail			
比賽聯絡人		聯絡電話		E-mail	

投稿步驟及內容：

1. 說明飲食設計比賽的適用對象
2. 計算適用對象的熱量及三大營養素需求(依照性別、年齡、活動量、健康狀況等條件設計)。
3. 各類食物供應份數計算，請列出計算過程。

一人份一日餐點總熱量\_\_\_\_大卡

	百分比	熱量(kcal)	重量(g)
蛋白質			
脂肪			
醣類			

填寫一人份一日飲食之菜單設計。(如欄位不敷使用，請自行增加欄位)

餐別	菜名	材料 (含調味料)	食物類別	EX	簡述作法	成本計算

自我簡介：（菜單設計內容之優點及特點，50-100字以內）

成品照片(一人份一日飲食)

a. 食譜需拍攝 2-6 張，至少包含：

①含所有食材未烹調前照片 1 張。

②成品照片 1 張。

b. 參賽者請務必使用自行拍攝的照片，切勿引用網路或其他出處之圖片，務必確認所提供之照片著作權或所有權、肖像權，若經採用產生糾紛，應由參賽者負責相關法律責任，主辦單位、承辦單位概不負責。

<p>請將相片插入本框內 操作步驟：word 工具列插入→圖片→從檔案→ 選取檔案所在位置→插入</p>	

## 2015 老人及身障者營養餐飲設計及製作比賽同意書

立書人:

競賽組別: 個人組

團體組

- 一、參賽選手等為參加嘉南藥理大學(以下稱承辦單位)所主辦之 2015 老人及身障者營養餐飲設計比賽，茲切結所提創意理念與作品乃係立書人等原創並未抄襲他人。
- 二、參賽選手必須遵守競賽規則，配合承辦單位人員安排及接受主辦單位和評審團的指揮。
- 三、參賽選手同意無條件，無限期授權在本次活動中所拍攝有關文字、相片及肖像，均可在主辦及承辦單位網站及相關刊物使用，主辦及承辦單位就該著作全部享有完整之著作權。
- 四、競賽選手同意以上所有的規則條款。

此致

承辦單位

嘉南藥理大學

單位名稱: \_\_\_\_\_

代表人簽(章): \_\_\_\_\_

立書人簽(章): \_\_\_\_\_

日期:        年    月    日

# 2015

# 老人及身障者

## 營養餐飲設計及製作比賽

### 參賽資格

- (1) 個人組：凡中華民國國民皆可報名。
- (2) 團體組：凡中華民國國民自行組隊或全國機關團體(含)學校皆可報名，每隊參賽限定人數2至5人。

### 參賽規則

- (1) 需指定供應對象(老人或不同類別身心障礙者)，可依其生理健康狀態設計一人份一日菜單，設計原則依衛生福利部國民健康署『每日飲食指南』與『國民飲食指標』的建議，並符合老人及身心障礙者飲食營養需求，每人每日食材費用規定300元以內。
- (2) 各項菜單的設計內容需列出包括餐別、菜名、食材材料(含調味料)(可融入臺南在地食材)、食物類別、份數、簡述製作方式以及成本，自我評析其優點或特點，並附成品照片。

### 賽程

- (1) 初賽評選：主要審核設計者的書面作品(包括菜單設計內容及成品照片)，預計初賽評選(包括個人組及團體組)共104組。
- (2) 決賽評選：由初賽參賽者中，選出個人組及團體組各十三組進行決賽發表，以製作一日飲食中的中餐為決賽主題(一餐六人份)，於決賽當日親自烹調。

**收件日期** 即日起至104年2月18日(星期三)截止。

### 獎項

- (1) 初賽：  
凡入圍初賽者獎金**1,000元**，以資鼓勵。
- (2) 決賽：  
**個人組**  
第一名：獎金**30,000元**、獎牌及獎狀。  
第二名：獎金**20,000元**、獎牌及獎狀。  
第三名：獎金**10,000元**、獎牌及獎狀。  
佳作十名：獎金**1,500元**、獎牌及獎狀。

### 團體組

- 第一名：獎金**30,000元**、獎牌及獎狀。
- 第二名：獎金**20,000元**、獎牌及獎狀。
- 第三名：獎金**10,000元**、獎牌及獎狀。
- 佳作十名：獎金**1,500元**、獎牌及獎狀。

### 報名方式

詳閱報名簡章請參閱網址 <https://sites.google.com/site/cook2015cnuhrm/home>  
或洽聯絡人：嘉南藥理大學餐旅系 林美芳 助理教授  
Email: mayfang@mail.cnu.edu.tw  
TEL: (06)266-4911 ext 3515 或 (06)266-4911 ext 3600



臺南市政府社會局