

# 115 年度連江縣社區營養推廣中心

## 「健康元素加一點」店家招募活動

一、前言：為了提升馬祖四鄉五島地區健康餐飲環境，連江縣社區營養推廣中心推動社區餐飲業者提供「營養、均衡、美味」的餐食，在餐點上增加一些健康元素，例如：減少油炸、減少加工食品、增加蔬菜量等…，一起響應健康生活，創造出屬於自己的健康餐！

### 二、活動資訊：

(一)參與對象：具營業登記之社區餐飲業者。

(二)報名期間：即日起至 115 年 08 月 31 日(一)止。

(三)活動內容與規範：

- 第一階段：有意願接受輔導之餐飲業者，中心營養師會針對現有販售餐食進行輔導並給予相關餐食營養建議，並至少配合完成兩次輔導，期望業者未來可以供應一份專屬的健康餐食。
- 第二階段：完成輔導且符合標準之餐食，將納入本縣的健康飲食地圖，並配合參與中心健康飲食活動一個月，供應健康餐食期間，將隨機抽驗 2 次，若皆符合中心要求標準，即可獲得獎勵。

(四)健康元素加一點標準：

#### ● 便當業者：

- (1)主菜為非油炸類(必要)1 點
- (2)2 格為蔬菜，半葷素料理蔬菜量需多於葷菜量(1.5~2 份蔬菜量)1 點
- (3)主菜及配菜不含加工食品 1 點
- (4)不提供醃製類蔬菜 1 點
- (5)提供全穀雜糧主食 1 點

#### ● 火鍋店業者：

- (1)菜色以天然食物為主，不含火鍋料(必要)1 點
- (2)供應主餐以低脂肉品及海鮮為主 1 點  
(高脂肪肉品如：梅花豬、霜降牛、雪花牛等)
- (3)火鍋湯頭以清湯類為主，例如：昆布湯、柴魚湯 1 點

(五) 獎勵辦法：

- **基本獎勵：**
- 完成一次輔導即可獲得文宣品 1 份。參與業者於健康餐食供應期間，通過兩次隨機抽驗（皆合格）者，依健康元素配合點數及健康餐實際銷售量核給等值商品獎勵，獎勵標準如下表。

店家販售健康餐點獎勵區間表					
健康元素 販售數量	1 點	2 點	3 點	4 點	5 點
50-99 份	500 元	1,000 元	1,500 元	2,000 元	2,500 元
100-199 份	1,000 元	2,000 元	3,000 元	4,000 元	5,000 元
200-299 份	1,500 元	3,000 元	4,500 元	6,000 元	7,500 元
300-399 份	2,000 元	4,000 元	6,000 元	8,000 元	10,000 元
400-500 份	2,500 元	5,000 元	7,500 元	10,000 元	12,500 元

- **【範例】**
  - (1) 配合 3 點健康元素之業者，活動期間健康餐銷售 150 份，可獲得 3,000 元等值商品獎勵。
  - (2) 配合 5 點健康元素之業者，活動期間健康餐銷售 420 份，可獲得 12,500 元等值商品獎勵。
- 活動期間配合 5 項健康元素，且健康餐銷售量達 400 份以上者，最高可獲得 12,500 元等值商品（可自行挑選）及感謝狀 1 幀。

(六) 注意事項：

- 獲獎獎項依中華民國稅法規定辦理，獲獎單位須簽收領據。
- 得獎單位之相關資料皆應正確並與報名資料相符，若得獎單位所繳付之文件及資料有不全、偽造或不實者，或違反本活動辦法，或未在主辦單位指定時間內提出相關證明，或為其他影響本活動公平性行為即視為入選無效，主辦單位有取消其入選資格之權利。該得獎者除應負法律相關責任外，如已領取獎項，主辦單位有權向其追繳已領取之獎項。
- 本活動獎項以公告之獎勵為準。
- 主辦單位保有所有相關活動最終解釋權及活動修改、變更或取消之權利。

(七) 抽驗未達標(獎勵調降規則)：

- **第一次抽驗未達標：**  
未符合健康餐食標準其中一項(含)以上:扣總獎金 10%金額。

- 第二次抽驗未達標：  
未符合健康餐食標準其中一項(含)以上:扣總獎金 50%金額。

(八) 報名方式：

- 填具報名表(附件一)，以郵寄、親送繳交資料。
- 地址：209 連江縣南竿鄉復興村 216 號  
(國民健康科-社區營養推廣中心)。
- ※備註：非親送單位請來電與我們確認，聯絡電話 0836-22095  
分機:8868 林小姐、8869 李小姐、8859 劉小姐。

# 115 年度連江縣社區營養推廣中心

## 「健康元素加一點」報名表

業者名稱		聯絡人	
地址		聯絡電話	
營養元素加一點配合項目(便當業者)			
<input checked="" type="checkbox"/> 主菜為非油炸類(必要)1點 <input type="checkbox"/> 2格為蔬菜，半葷素料理蔬菜量需多於葷菜量(1.5~2份蔬菜量)1點 <input type="checkbox"/> 主菜及配菜不含加工食品1點 <input type="checkbox"/> 不提供醃製類蔬菜1點 <input type="checkbox"/> 提供全穀雜糧主食1點			
營養元素加一點配合項目(火鍋業者)			
<input checked="" type="checkbox"/> 菜色以天然食物為主，不含火鍋料1點(必要) <input type="checkbox"/> 供應主餐以低脂肉品及海鮮為主1點 (高脂肪肉品如：梅花豬、霜降牛、雪花牛等) <input type="checkbox"/> 火鍋湯頭以清湯類為主，例如：昆布湯、柴魚湯1點			

單位簽名：\_\_\_\_\_ 填表日期：115 年 月 日

# 115 年度連江縣社區營養推廣中心

## 健康餐飲輔導審核表-便當業者

業者名稱: \_\_\_\_\_

輔導日期: 114 年 月 日

菜色	1 人份 供應量(克)	菜色	1 人份 供應量(克)

一人份可提供的六大類食物份量

主食類		豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類
精製	未精製			
份	份	份	份	份
乳品類	油脂與堅果種子類		熱量/蛋白質	
	油脂	堅果種子		
份	份	份	大卡/ 克	

配合項目	達成項目
<input checked="" type="checkbox"/> 主菜為非油炸類	<input checked="" type="checkbox"/> 主菜為非油炸類
<input type="checkbox"/> 2 格為蔬菜或蔬菜量含 1.5~2 份	<input type="checkbox"/> 2 格為蔬菜或蔬菜量含 1.5~2 份
<input type="checkbox"/> 主菜及配菜不含加工食品	<input type="checkbox"/> 主菜及配菜不含加工食品
<input type="checkbox"/> 不提供醃製類蔬菜。	<input type="checkbox"/> 不提供醃製類蔬菜。
<input type="checkbox"/> 提供全穀雜糧主食 1 點	<input type="checkbox"/> 提供全穀雜糧主食 1 點
改善建議	

輔導營養師簽名: \_\_\_\_\_

# 114 年度連江縣社區營養推廣中心

## 健康餐飲業者輔導審核表-火鍋店業者

業者名稱: \_\_\_\_\_

輔導日期: 114 年 月 日

菜色	1 人份 供應量(克)	菜色	1 人份 供應量(克)

一人份可提供的六大類食物份量

主食類		豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類
精製	未精製			
份	份	份	份	份
乳品類	油脂與堅果種子類		熱量/蛋白質	
	油脂	堅果種子		
份	份	份	大卡/ 克	

配合項目	達成項目
<input checked="" type="checkbox"/> 菜色不含火鍋料 1 點	<input checked="" type="checkbox"/> 菜色不含火鍋料 1 點
<input type="checkbox"/> 供應主餐以低脂肉品及海鮮為主 1 點	<input type="checkbox"/> 供應主餐以低脂肉品及海鮮為主 1 點
<input type="checkbox"/> 火鍋湯頭以清湯類為主	<input type="checkbox"/> 火鍋湯頭以清湯類為主
改善建議	

輔導營養師簽名: \_\_\_\_\_

# 114 年度連江縣社區營養推廣中心

## 健康餐飲業者抽驗表-便當業者

業者名稱: \_\_\_\_\_

抽驗日期: 114 年 月 日

菜色	1 人份 供應量(克)	菜色	1 人份 供應量(克)

配合項目	達成項目
<input checked="" type="checkbox"/> 主菜為非油炸類	<input checked="" type="checkbox"/> 主菜為非油炸類
<input type="checkbox"/> 2 格為蔬菜或蔬菜量含 1.5~2 份	<input type="checkbox"/> 2 格為蔬菜或蔬菜量含 1.5~2 份
<input type="checkbox"/> 主菜及配菜不含加工食品	<input type="checkbox"/> 主菜及配菜不含加工食品
<input type="checkbox"/> 不提供醃製類蔬菜。	<input type="checkbox"/> 不提供醃製類蔬菜。
<input type="checkbox"/> 提供全穀雜糧主食 1 點	<input type="checkbox"/> 提供全穀雜糧主食 1 點
★ 是否符合抽驗標準 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>	
★ 不符合標準原因:	

其他建議:

抽驗者簽名: \_\_\_\_\_

# 114 年度連江縣社區營養推廣中心

## 健康餐飲業者抽驗表-火鍋店業者

業者名稱:\_\_\_\_\_

抽驗日期:114 年 月 日

菜色	1 人份 供應量(克)	菜色	1 人份 供應量(克)

配合項目	達成項目
✓ 菜色不含火鍋料 1 點	✓ 菜色不含火鍋料 1 點
<input type="checkbox"/> 供應主餐以低脂肉品及海鮮為主 1 點	<input type="checkbox"/> 供應主餐以低脂肉品及海鮮為主 1 點
<input type="checkbox"/> 火鍋湯頭以清湯類為主	<input type="checkbox"/> 火鍋湯頭以清湯類為主
★ 是否符合抽驗標準 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>	
★ 不符合標準原因:	

其他建議:

抽驗者簽名:\_\_\_\_\_