

# 校園快訊

## ESS at a Glance

《校園快訊》主要為讀者提供衛生署「健康飲食在校園」運動的最新動態和相關健康訊息

今期內容：

2018年4月號

- ◇ 「開心『果』月」2018 - 「果」然有「營」
- ◇ 《選擇學校午膳供應商手冊》最新版本

### 「開心『果』月」2018 - 「果」然有「營」

每逢四月都是一年一度的「開心『果』月」。今年的活動已獲得超過 1,300 間學前教育機構、小學、中學和特殊學校報名支持，參與學生人數更超過 51 萬！我們對參加學校數目再創新高感到非常鼓舞，衷心感謝所有學校在推動學童健康飲食上的不遺餘力。

#### 熱點推介



「開心『果』月」2018



今年「開心『果』月」的主題是「『果』然有『營』」，我們希望同學們除了每天進食至少兩份水果外，更能對不同種類的水果、其營養價值及對健康的益處有更深入的认识，並感染身邊的人，使家人、親戚和朋友都養成每天吃水果的習慣，吃得更健康！

為響應今年「開心『果』月」的主題，我們全新推出了「水果常識挑戰站」，每次以十條問題測試大家對水果及其營養的認識。請立刻到「水果常識挑戰站」網頁連結接受挑戰吧！完成挑戰後，如欲學習更多有關水果營養的知識，亦歡迎瀏覽「開心『果』月」主題網站內的「水果營養資訊」。



「學校午膳減鹽計劃」簡介及參與之午膳供應商資料

#### 活動預覽

5月

- ◇ 「2018 開心『果』月」-「水果漫畫填色及創作比賽」：網上投票



水果常識挑戰站

另外，今年「開心『果』月」的重點項目是現正進行得如火如荼的「水果漫畫填色及創作比賽」。

有關比賽分初小組（小一至小三）及高小組（小四至小六）兩個組別。學生需於本署提供的「水果漫畫填色及創作紙」上創作，然後由學校選出優秀作品參賽。請注意，參賽學校需參與或支持本年度「開心『果』月」活動，而每間參賽學校於每個組別可提交最多 10 份作品，並需於 4 月 30 日（星期一）或之前遞交作品。本比賽除了設有豐富獎品外，優勝作品更有可能在未來的「開心『果』月」宣傳物資中出現呢！記得把握最後機會，踴躍參加！



水果漫畫填色及創作比賽

如欲知道更多有關本比賽的詳情，請瀏覽「[水果漫畫填色及創作比賽](#)」網頁。有關於本比賽的查詢，請致電 2492 2202 或電郵至 [fruitcomic@gmail.com](mailto:fruitcomic@gmail.com) 與比賽秘書處聯絡。

## 《選擇學校午膳供應商手冊》最新版本

自從小學推行全日制後，小學生大多留校進食午膳，並選購由午膳供應商提供的午膳餐盒。無論老師或家長都希望學生能享用健康及有質素的午膳，因此選擇合適的午膳供應商至為重要。

衛生署多年前與教育局及相關持分者合作編寫《選擇學校午膳供應商手冊》，以協助學界及家長選擇合適的午膳供應商。手冊內容會適時更新，我們剛剛完成最新修訂版本。

今次修訂的主要內容包括：

1. 衛生署於 2017 年開展「學校午膳減鹽計劃」，鼓勵午膳供應商提供減鈉餐款，以逐步降低學校午膳的鈉含量，幫助學生養成健康的飲食習慣，避免因長期進食高鈉食物而增加患上高血壓、心血管疾病等的風險。新版手冊中加入了與計劃有關的資料，以鼓勵學校於選擇午膳供應商時考慮供應商對午膳減鹽作出的承諾。
2. 根據新版《學生午餐營養指引》，修訂《午膳供應商服務承諾書》及《試食會邀請信》範本。
3. 更新教育局、環境保護署、廉政公署等政府部門及機構的相關通告和指引等。

最新手冊版本已上載至「健康飲食在校園」運動網站。歡迎學校參考手冊內的建議流程及範本文件，制定措施以選擇合適的午膳供應商，在校園實踐健康飲食。

《學生午餐營養指引》(最新版本)



《選擇學校午膳供應商手冊》  
(最新版本)

