**基隆市108年度國高中小「幸福席“卷”“午”星級」料理競賽**

**實施計畫**

**108.4.22 修訂**

一、依據基隆市107-110年環境教育永續發展中程計畫。

二、目的：

（一）透過食農與食魚教育推廣相關活動，讓學生從小養成健康飲食習慣。

（二）認識基隆在地食材，由親子料理過程，注重餐餐營養均衡。

（三）增進親子幸福情感，培養惜福愛物的觀念。

(四) 培養學生合作的精神，發揮料理專長，達到自我實現。

三、主辦單位：基隆市政府、基隆區漁會

四、承辦單位：基隆市七堵區七堵國民小學

五、參賽對象：基隆市國民高、中、小學學生及家長。

(國小部分：12班（含）以上學校**至少派1隊參加**，12班以下學校自由參加；國高中部分:每校**至少派1隊參加**。)

六、比賽分組：分為國小親子組、國中便當組、高中高職宴席組。

七、組隊方式：

(一)國小親子組：2人1隊。(1名小學生，搭配1名家長並**穿著親子裝**組隊參加。)

(二)國中組：同校學生2人組成1隊參加。

(三)高中高職組：為個人參賽，1人1隊。

八、活動時間：

（一）報名時間：即日起至108年4月30日止。

由學校統一收件並核章後，放置公文交換櫃或送件至七堵國小(地址：20642基隆市七堵區明德一路184號)

（二）初賽時間：書面審查108年5月10日止。

(國小組名額錄取30組，國中組名額錄取10組，高中組名額錄取10組，於5月17日前公告於基隆市政府教育處網頁，並個別e-mail通知決賽隊伍。)

（三）**決賽時間：108年6月2日(國小親子組、國中便當組、高中高職宴席組)**。

（四）**決賽地點：碧砂漁港。每組可免費停一部車(B區停車場)，請於(附件一)提供車號。**

九、活動進程：

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 評選方式 | 初審(108年4月至5月) | 總決賽(108年6月1日)  **地點：碧砂漁港(漁產銷售中心旁廣場)** | 總決賽  評選方式 | 頒獎 |
| (一)國小親子組  (二)國中便當組  (三)高中高職宴席組 | (一)辦理方式：進行書面初審及初評  (二)辦理期程：  1.書面繳交資料期限：108年4月30日  2.書面審查：108年5月10日止 | 辦理方式：  (一)參加隊伍於108年6月2日當日上午9時30分前至比賽現場  (二)請自備比賽相關食材、調味料品及烹飪器具  (三)進入決賽隊伍，可至基隆區漁會領取一份冷凍小卷，練習製作料理使用。 | (一)書面初審 (40%)  (二)專家評選(40%)  (三)現場來賓(20%) | 時間：108年6月2日上午 |

\*總決賽流程：

時間：108年6月2日上午(國小組、國中組、高中高職組)

地點：**碧砂漁港**(附件四)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 流程 | 時間 | 活動內容 | 地點 | 備註 |
| 1 | 09:00-09:30 | 報到**(當天欲搭乘基隆嶼船班，請帶證件登記。)** | 碧砂漁港 | 七堵國小 |
| 2 | 09:30-09:40 | 長官致詞 | 教育處 |
| 3 | 09:40-09:50 | 特級廚師大展身手！(料理示範) | 教育處 |
| 4 | 09:50-10:00 | 歡樂海洋舞蹈表演 | 教育處 |
| 5 | 10:00-11:10 | **「幸福席“卷”“午”星級」料理總決賽**  1.現場提供1份未煮熟冷凍「生鮮小卷」(約8-10隻，小卷長度頭到尾不包含觸鬚約10公分)，比賽使用。  2.料理食材及整理環境時間1小時，10分鐘預演廚師上菜流程。  3.所有料理食材(可事先處理，如削皮、清洗、已熟未調味米飯、麵皮發酵等)、調味料品及烹飪器材須自備。  4.2人1隊於料理過程，**務必一起參與並完成料理**。  5.需製作2盤，1大盤(四人份)展示用，1小盤(一人份)由評審評分。  6.可自行準備裝盛及造型展示的餐具。  7.現場僅提供卡斯爐、小瓦斯罐、1個大圓盤(直徑約35公分)展示用、1個小圓盤(直徑約15公分)評審用。 | 教育處 |
| 6 | 11:10-12:00 | 1.大廚上菜(每組介紹菜色1分鐘，**國小組必須由學生親自介紹**。)  2.品嚐幸福滋味(請自備用餐餐具)  3.專家及現場來賓評分 | 七堵國小 |
| 7 | 12:00-12:30 | 公布及頒獎 | 七堵國小 |

十、報名辦法：

(一)填妥報名資料(報名表、同意書、菜單說明書)ㄧ式三份及光碟一份，於108年4月26日前，由學校統一收件後，放置公文交換櫃或送件至七堵國小(地址：20642基隆市七堵區明德一路184號) (以郵戳為憑)。

(二)報名應備資料如：(1、2、3一式三份，光碟一份)

1、報名表紙本(附件一)

2、參賽者同意書 (附件二)

3、菜單說明書(附件三)

4、光碟【內含報名表、參賽者同意書、菜單說明書表格、照片原檔（團隊合作過程照、成品照等）等電子檔，並於光碟上標明學校及隊名】

十一、活動內容：

（一）初賽

1、參賽者參考「學校午餐食物內容及營養基準」，利用基隆在地「小卷」食材，可加入自己種植之農作物或基隆在地食材(如：竹筍、山藥等)，配合低油、低鹽、低脂、低糖、高纖之健康為原則，設計出具有基隆在地海鮮飲食文化特色，且適合國高中小學學生食用之食譜。

2、設計1道主食或菜餚，為4人份量，以1盤(鍋)為原則。國小親子組以主食類，如米飯、麵食類為主；國中便當組以配菜類，如鮮炒、川燙等為主；高中高職宴席組以宴客類，如梅花彩蔬卷、奶油佐蒜香卷等。

3、若收件數不足或未達標準，經工作小組會議議決可酌予調整名額、獎項或予以從缺處理。

（二）決賽

1、決賽時間：108年6月2日，國小組、國中組及高中高職組。

2、決賽地點：碧砂漁港(附件四)

3、決賽辦法：

（1）參賽者每隊請依初賽所設計之菜單製作，進行比賽時不得更改菜色，違者不得參賽。**當場需製作兩盤**，**一盤(四人份)**送至會場展示用，**一盤(一人份)**送至評審室評分。

（2）所需材料請參賽者自行準備，材料可初步處理(如削皮、清洗、已熟未調味米飯)，唯不可使用市面上半成品。

（3）參賽者請自行攜帶慣用烹飪器具(鍋碗瓢盆、砧板、刀具)，**現場不供應插頭及配電**，提供卡斯爐、小瓦斯、1個大圓盤展示用及1個小圓盤評審用。

（4）請參賽者提供菜餚特色說明(附件三)，以利大會製作各組解說看板供評審參閱。各組需準備1分鐘講稿(現場計時每組1分鐘)，可搭配創意動作或效果，**國小組需由學生親自介紹**。

（5）比賽期間請選手穿戴整齊口罩、帽子、穿著包鞋及圍裙(請自備)，違者扣總分5分。

（6）菜餚完成後，請徹底打掃工作及周圍環境，並請工作人員確認後方可離開會場，違者扣總分5分。

（7）參賽者與比賽期間不得有交換食材或干擾他組比賽的行為，違規者視情況扣分。

（8）所有參賽者需在指定時間內完成作品，未完成之作品將不予計分。

（9）**加入學生自己種植之農作物或基隆在地農作食材**(如：竹筍、山藥等)，**初審時優先錄取**。

**4、評分標準：創意及特色20%、在地食材20%、健康飲食原則20%、視覺美味度20%、衛生安全20%。**

5、獎勵辦法：分為國小親子裝組、國中便當組及高中高職宴席組，每組

《金牌主廚》 3,000元等值禮券及獎狀乙幀 錄取1名

《銀牌主廚》 2,000元等值禮券及獎狀乙幀 錄取3名

《銅牌主廚》 精美伴手禮乙份及獎狀乙幀 錄取5名

(1)獎金等值禮券、伴手禮與獎狀於現場頒發。

(2)國中學生組隊參加者，為每人獎狀乙幀。

(3)以上獎項，若參與人數不足或未達標準，經評選專家會議議決可酌

予調整名額、獎項或予以從缺處理。

(4)產業發展處提供**國小親子組**進入決賽隊伍免費搭乘環基隆嶼並登島

船票(單張市值800元，航程約1小時)。凡進入決賽之國小組隊伍於

現場發贈一組，使用期限二個月內，當天即可使用。而決賽當天搭

乘者：報到時，需帶個人證件登記登船順序，賽程結束後依序搭乘。

6、其他事項：

（1）參賽作品由評審依序品嚐後評分，其餘參賽組請自行準備餐具。

（2）所有參賽人員寄出資料後不得更改參賽項目及名稱。

（3）**比賽中不得出現任何暗示參賽者背景或代表學校標誌**。

（4）參賽者繳交之相關資料，均不退件，請參賽者自行留底備分。

十二、預期成效：

（一）提升家長及學生對食農教育的重視，並養成健康飲食習慣。

（二）注重飲食營養均衡，由親子烹飪健康具有在地特色的料理。

（三）增進親子互動溝通，吃出健康也吃出幸福感。

(四) 促進青少年同儕合作，參與健康活動並發展專長。

十三、注意事項：

(一)報名需繳交之資料如不齊全，且經主辦單位催繳後仍未能於報名截止日

前補交者，主辦單位得取消其報名資格。

(二)凡報名參賽者，視同認同本簡章知各項內容及規定，如有未盡事宜，得

予主辦單位隨時修訂並另行公佈；詳情洽詢電話(02)24567116#35。

十四、本比賽計畫若有未盡事宜，得由主辦單位修正補充，並於決賽前公告。

十五、本計畫辦理有功之人員，由本府統一辦理敘獎，敘獎獎勵為主辦及承

辦人員各記功乙次，協助人員各嘉獎貳次。

十六、活動經費：由基隆市政府相關活動經費支應。

十七、本計畫經核定後實施，修正亦同。

**基隆市108年度國高中小「幸福席“卷”“午”星級」料理競賽報名表**

附件一

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 學校名稱 |  | | | | □國小組  □國中組  □高中高職組 | | 編號：  (由主辦單位填寫) |
| 參賽隊伍名稱 |  | | | | |  | |
| 菜餚名稱 |  | | | | | | |
| 成員 | 參賽者(ㄧ) | | | 參賽者(二) | | | |
| 姓名 |  | | |  | | | |
| 出生年月日  (僅供保險使用) | 年 月 日 | | | 年 月 日 | | | |
| 身分證字號  (僅供保險使用) |  | | |  | | | |
| 聯絡電話或手機 |  | | |  | | | |
| 聯絡地址 |  | | |  | | | |
| 電子信箱 |  | | |  | | | |
| 決賽當天需免費停放車輛之車號  (限一部，以供主辦單位辨識。未開車者免填。) | | |  | | | | |
| 學校主要承辦人 | 姓名： | 職稱： | | 電話：  手機： | | | |
| 學校地址 |  | | | | | |
| e-mail |  | | | | | |
| 備註：  1.各校參賽隊伍**1隊填寫1份**初賽資料，請勿多隊填一份。  2.請校方統一收件並核章後，於108年4月26日前放置公文櫃或直接送件至**七堵國小**，逾期視同棄權。  3.請務必詳閱參賽計畫內容，報名需繳交之資料如不齊全，催繳後未能於報名截止日前補交，主辦單位得取消其報名資格。  4.學校承辦人資料及參賽者資料務必確實填寫，以利主辦單位聯絡相關事宜。所有參賽作品及相關資料恕不退件。  5.報名應繳交資料：**(1)、(2)、(3)一式三份+光碟一份**  (1)報名表紙本(附件一)  (2)參賽者同意書(附件二)  (3)菜單說明書表格(附件三)  (4)光碟【內含報名表、參賽者同意書、菜單說明書表格、照片原檔（團隊合作過程照、成品照等）等電子檔，並於光碟上標明學校及隊名】  6.如有參賽相關問題，請洽活動聯絡人游老師，電話(02)24567116分機35。 | | | | | | | |
| 承辦人 單位主管 校長 | | | | | | | |

附件二

**基隆市政府教育處**

**基隆市108年度國高中小「幸福席“卷”“午”星級」料理競賽**

**參賽者同意書**

(參賽者一人一張)

1. 參賽者應尊重評審委員的專業評議，對評審結果不得有異議。
2. 參賽者於決賽場地使用器具，須妥善使用，如有損壞、遺失等情形，

由參賽者負責賠償。

1. 參賽者保證參賽內容確實無侵犯他人著作財產權，並擔保作品內容絕無直接抄襲他人著作或其他違法情事。日後若有涉及作品版權糾紛，參賽者同意放棄得獎資格，並歸還頒發獎金、獎狀，即願自負法律全部責任，賠償所有損失。

以上，同意依主辦單位規定辦理，不會有任何異議。

1. 同意無償授權基隆市教育處，將參賽者著作以紙本、光碟片及網路等各種方式公開傳輸發行，且為了學術發展之用，同意基隆市教育處將參賽者著作編成學術專書，並得重製著作。

五、 同意拍攝、修飾、使用、公開展示本人之肖像，由拍攝者使用於基隆市政府教育處所舉辦之基隆市108年度國高中小「幸福席“卷”“午”星級」料理競賽活動及成果展示上。本人同意上述著作（內含上述授權之肖像），該拍攝者就該攝影著作享有完整之著作權。

立同意書人：

立同意書人(其監護人)：

中 華 民 國 年 月 日

**基隆市政府教育處**

**基隆市108年度國高中小「幸福席“卷”“午”星級」料理競賽**

附件三

**菜單說明書**

編號：(由主辦單位填寫)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **菜餚名稱：** | | | |
| **食譜(1道4人份)** | | | |
| **項次** | **材料或調味料** | **重量(g)** | **烹調過程及方法(請條列式詳細說明)** |
| 1 |  |  |  |
| 2 |  |  |
| 3 |  |  |
| 4 |  |  |
| 5 |  |  |
| 6 |  |  |
| 7 |  |  |
| 8 |  |  |
| 9 | 以上項次可自由增減 |  |
| **菜餚特色說明：(**限250字以內，請用**14號字**，**標楷體**，說明設計理念、菜色創意、在地食材及自己種植農作物運用、健康飲食等特色，文字中不得出現任何暗示參賽者的背景及學校**)** | | | |
| **菜餚成品照及團體合作(高中高職組為個人賽)過程照：(**照片中不得出現任何暗示參賽者背景或代表學校標誌**)** | | | |

**\*決賽時，需製作2盤，1大盤(四人份)展示用，1小盤(一人份)由評審評分。**

附件四

**基隆市108年度國高中小「幸福席“卷”“午”星級」料理競賽**

**決賽場地交通**

**一、決賽地點：**

**基隆市碧砂漁港(八斗子觀光漁港 地址：基隆市中正區北寧路211號)**

**(一)自行開車：**

**1、沿中正路東行接二號省道近麥當勞店後左轉即抵。**

**2、沿著中山高速公路交流道→基隆市區後便往基隆港務局大樓前方的**

**中正路方向前進，順著基隆港東岸碼頭直走→經過海洋大學到北寧路**

**即可到達。**

 **B區免費停車場：(決賽者每組限停一部)**

[**地址**](https://www.google.com/search?site=async/lcl_akp&q=%E5%81%9C%E8%BB%8A%E5%A0%B4+%E5%9C%B0%E5%9D%80&stick=H4sIAAAAAAAAAOPgE-LVT9c3NEwuLi4zLUiu0pLNTrbSz8lPTizJzM-DM6wSU1KKUouLF7EKPG2c82J319MFWxSeztnwdG4DAGJcZqJDAAAA&ludocid=17999833104259925330&sa=X&ved=2ahUKEwi0vanvsOXgAhUV8LwKHaMdBFMQ6BMwBHoECAEQMw)**：**202基隆市中正區漁港三街2號

[**電話**](https://www.google.com/search?site=async/lcl_akp&q=%E5%81%9C%E8%BB%8A%E5%A0%B4+%E9%9B%BB%E8%A9%B1&ludocid=17999833104259925330&sa=X&ved=2ahUKEwi0vanvsOXgAhUV8LwKHaMdBFMQ6BMwBXoECAEQNg)**：**[02 2463 3341](https://www.google.com/search?tbm=lcl&ei=rHh7XJrpJ9TEmAWdiY-gCg&q=%E7%A2%A7%E7%A0%82%E6%BC%81%E6%B8%AF+%E5%81%9C%E8%BB%8A%E5%A0%B4&oq=%E7%A2%A7%E7%A0%82%E6%BC%81%E6%B8%AF+%E5%81%9C%E8%BB%8A%E5%A0%B4&gs_l=psy-ab.12...0.0.0.89426.0.0.0.0.0.0.0.0..0.0....0...1c..64.psy-ab..0.0.0....0.kjPsTdCYsDs)

****

**(二)公路客運：**搭基隆市公車103號往八斗子至碧砂漁港下車。

附件六

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 日期(國曆) | | 內容 | 負責人 |
| 3/20 | 三 | 呈報實施要點及經費概算 | 七堵國小/教育處 |
| 3/29 | 五 | 製作海報 | 七堵國小 |
| 3/29 | 五 | 計畫公告、海報放置各校公文櫃 | 教育處 |
| 3/29 - 4/26 | | 徵稿期間(交件**置公文櫃或送件**至七堵國小) | 七堵國小 |
| 4/26 | 三 | 邀請表演隊伍 | 教育處 |
| 4/26 - 5/10 | | 初審 | 七堵國小/審查人員 |
| 5/17 | 五 | 處務公告：決賽隊伍 | 教育處 |
| 5/17 | 五 | mail聯繫決賽隊伍相關注意事項 | 七堵國小 |
| 5/17 | 五 | 發文邀請長官貴賓、參賽學校校長、消防救護單位及警察局決賽當天支援與協助、通知記者並發放新聞稿 | 教育處 |
| 5/24 | 五 | 製作完成：文宣品、獎狀等 | 七堵國小 |
| 5/24 | 五 | 禮券(國小組第一、二名：基隆區漁會)  伴手禮及船票(國小組第三名：產發處) | 基隆區漁會/ 產發處 |
| 5/24 | 五 | 國高中獎品 | 教育處 |
| 5/30 - 5/31 | | 場地布置 | 七堵國小 |
| 5/30 - 5/31 | | 舞台、桌椅、裝水桶(每組一個) | 基隆區漁會 |
| 6/2 | 日 | 卡斯爐 | 產發處 |
| 服務台、簽到處 | 七堵國小 |
| 停車(B區) | 基隆區漁會 |
| 消防(滅火器) | 消防局 |
| 救護(救護車、受傷處理：護理系學生支援) | 衛生局/經國管理學院 |
| 周邊交通秩序維護 | 警察局 |
| 音控 | 七堵國小 |
| 會場場控與引導 | 七堵國小 |
| 典禮主持人 | 產發處 |
| 活動流程 | 教育處 |
| 頒獎 | 七堵國小 |
| 餐盒發放 | 七堵國小 |
| 場地維護與整理 | 基隆區漁會 |
| 垃圾清運及廚餘桶放置 | 環保局 |
| 預計7月底 | | 成果冊製作 | 崇右影藝科技大學 |
| 預計8月 | | 處務公告：成果冊發放 | 教育處 |

附件七

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 108年基隆市「幸福席卷午星級」料理競賽活動場地表 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  | |  | |
| 港口 | | | | | | | | | | | | | | |  | |  | |  | |
|  | |  | |  | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | | 停車場 | | | |
| 20頂帳篷(國中及高中高職組) | | | 舞台 | | | 貴賓席 | 服務台 |  |  |  |  |  |  |  | | |  | | --- | |  | | |
|  | **(停車場到決賽會場路徑)** |  |  |  |  | |  | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |
|  | 消防組  醫護組 |  |  |  |  |  |  |  |  | 評審室 | |  |  |  | |  | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |
|  |  |  | **決賽會場** | | |  | 10頂帳篷(國小組) |  |  |  |  |  |  |  | |  | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |
|  |  |  |  |  |  | **\*漁產銷售中心(室內)** | | | |  | |  | |
|  |  |  |  |  |  |  | |  | |
|  | 10頂帳篷(國小組) |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |
|  |  |  |  |  |  |  | |  | | --- | |  | |  |  |  |  |  |  | |  | |  | |  | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **室內展示場**  **(主廚上菜)** | | | | | |  | |  | |  | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  | |
|  |  | 10頂帳篷(國小組) | | | | | **(主廚上菜路徑)** |  | |  | |  | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  | |  | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  | |  | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  | |  | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  | |  | |
|  | 洗手間 | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  | |  | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  | |  | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  | |  | |

\*\*\*此僅為場地相對位置分配圖，以實際現場為主。\*\*\*