

# 臺南市政府社會局辦理「111 年咱叨灶咖ㄟ古早味— 長者營養菜單製作比賽」簡章

## 一、目的：

為改善長者飲食與營養狀態及傳承在地特色古早味，希冀激勵各社區、單位等個人發揮巧思運用在地食材及古早味料理設計出色、香、味俱全且符合長者的營養菜單，透過比賽將獲獎菜單納入食譜發行並進行推廣教學，作為社區長者料理指引，以落實於日常生活中，享受銀髮健康飲食生活。

## 二、比賽內容：

- (一)初賽：採書面進行評審，參賽者須設計 3 道(含主食、主菜、副菜)，每道 5 人份，運用在地食材及古早味元素設計出符合長者的營養菜單，詳填報名表(附件 1-4)及附上成品照片，以書面寄送主辦單位，單位或個人組隊僅限投件一組作品，共評出 20 組進決賽。
- (二)決賽：採實地烹調方式進行評審，參賽者須實地烹調初賽作品，主辦單位提供每組食材費 1,000 元。
- (三)參賽資格：本市社區照顧關懷據點、社區發展協會、合作社團體、各農會家政班等個人組隊，每隊 3 人為限。
- (四)菜單設計以適合長者咀嚼，並將營養的設計概念帶入，例如高蛋白、高纖、高鈣、豐富植化素、均衡等概念。
- (五)評分標準如下：

### 1. 初賽

- (1)食材選擇 30% (古早味料理、當地的食材、未過度加工)
- (2)健康性 30%(有益長者健康亮點、食材營養價值、烹調方式)
- (3)整體創意美觀感 20% (整體顏色配搭及外觀)
- (4)菜單完整性及可行性 20% (作法敘述完整、成品照清晰)

### 2. 決賽

- (1)菜餚口感 20%
- (2)衛生安全 20%
- (3)健康性 30% (有益長者健康亮點、食材營養價值、烹調方式)
- (4)整體創意美觀感及可行性 30% (色香味、配搭、新鮮度)

**(六)獎勵辦法：**

(1)第一名(1名)：商品禮券 10,000 元，獎狀 1 只。

(2)第二名(1名)：商品禮券 6,000 元，獎狀 1 只。

(3)第三名(1名)：商品禮券 3,000 元，獎狀 1 只。

(4)優選 5 名：各頒發商品禮券 1,000 元，獎狀 1 只。

**三、初賽徵件時間：**即日起至 7 月 15 日(星期五)截止

**四、決賽時間及地點：**111 年 8 月中旬假本市專業烹飪教室(暫定)

**五、食譜手冊發表時間及地點：**111 年 9 月假本府 6 樓新聞發佈室(暫定)

**六、注意事項：**

1. 報名比賽作品，包含照片圖檔、食譜內容皆須為原創，不得盜用。
2. 參賽隊伍應簽署附件之肖像權及著作權授權同意書，有關參賽作品涉及之著作財產權，悉依授權同意書及著作權法規定辦理。
3. 所有參賽作品均視為無償授權主辦單位使用，且同意主辦單位使用於日後相關活動推廣所需之媒體，主辦機構保留權利複製、保留或棄置參加者遞交的參賽作品，以及編輯其參賽作品或描述字句。
4. 每隊需設隊長 1 人，擔任主要連絡人，完成報名後，不得更換參賽組別及隊員，且每人(單位)，不得重複報名。
5. 不論是否入選，報名時所繳交之表件一概不予退還。
6. 本簡章若有未盡事宜，主辦單位有權修改公告之，並以臺南市政府社會局官網活動快訊之最新公告為準。
7. 主辦單位保留修訂是次比賽細則的最終決定權，一切有關是項比賽消息以主辦單位網站發佈為準。比賽獎項以評審團最終裁決為依歸。