

「109 年冬令乳製品食譜徵件活動」報名簡章

一、目的

根據 2013-2016 年國民營養健康狀況變遷調查結果顯示，有高達 8-9 成的國人每日乳品類攝取不足 1 份，7 歲以上的國人鈣質攝取量僅達建議量之 30-50%。為此，衛生福利部國民健康署(以下簡稱國健署)與行政院農業委員會(以下簡稱農委會)為響應每年 6 月 1 日「世界牛奶日」，舉辦了「強棒出擊，牛奶鈣有力」記者會，推廣每天喝 2 杯牛奶，補充每日所需鈣質，同時發布含乳製品的各式時令飲品、清爽沙拉等夏日美味餐點，讓初學者也能輕鬆上手。

為鼓勵民眾在冬季持續食用乳製品，國健署特舉辦冬季乳品入菜料理競賽，除了一般的個人組別外，更邀請全國各地社區共餐據點、團體膳食業者共襄盛舉，創造多元的冬季當令乳製品入菜料理，讓民眾在冬天也能補充鈣質，改善國人的飲食與營養狀態。

二、主辦單位：衛生福利部國民健康署

三、辦理時間

(一)報名日期：即日起至 109 年 11 月 8 日(日) 23:59 止

(二)得獎公佈：109 年 11 月 20 日(五)

(三)領獎作業：109 年 11 月 23 日(一) 至 109 年 11 月 27 日(五)

(四)獎項配送：109 年 11 月 30 日(一) 至 109 年 12 月 4 日(五)

四、報名須知

- (一)活動分成「個人」及「團膳」兩種組別。
- (二)無論是報名個人組或是團膳組，若未年滿 20 歲，於得獎後除本人之身分證明文件之外，另需提供法定代理人(或監護人)之身分證明文件。
- (三)以下第 1 到第 4 點，為針對「團膳組」之細部規範。
1. 需為中央核准成立之共餐據點(例如：社會關懷據點、綠色照顧站)、農漁會家政班，或是團膳公司方可參與報名。
 2. 報名時需登錄中央核准日期、單位全銜等。
 3. 每組報名人員不可超過五位。報名時需登記參賽者名單，並設立一位主要聯絡人。
 4. 各共餐據點、團膳單位不限報名組數，但每人只可參加一組。

五、徵件內容及規範

(一)徵件主題

徵件主題為「109 年冬令乳製品徵件」，限定以臺灣在地冬令食材作為烹調主要食材，加入乳製品如鮮奶、奶粉、優格、優酪乳、起司、乾酪、蒸發奶、乳酪絲…等一種(含)以上乳製品；不得以其他類品項，如：煉乳、奶油乳酪、鮮奶油、奶油、豆漿、豆奶、豆製品、椰奶…等代替。

參與活動者，需繳交「食譜」以及「成品照片」兩項資料。

(二)徵件規範

1. 料理食譜需詳述所有食材份量，以及從備料至完成之步驟說明。
2. 需拍攝至少 1 張料理完成後之成品照片。
3. 食材份量規範：

- A. 「個人組」的食材份量，以 1~4 人份為限，且需於食譜清楚標明，成品照片也需符合食譜之規劃，並以 1~4 人份呈現。
- B. 「團膳組」的食材份量，以該單位平時之供應量為基準，但需於食譜標示清楚該食譜為幾人份，成品照片則以 1 人份呈現即可。
4. 菜單設計請以少鹽、少油、少糖為原則，並兼具製備、料理之實用性，及未來應用推廣之可行性。
5. 參賽的食譜內容，以原創料理為主，請勿抄襲現有的食譜菜單。

六、評分方式

(一) 評審：邀請專業餐飲、食品、營養等專家學者進行書面審查。

(二) 評分基準：

1. 個人組：

項目	說明	比重
在地當令食材運用及創意	選材是否採用在地當令食材、可配合在地特色節令飲食	20%
切合乳製品入菜主題及營養價值相關性	乳製品的比例(不可使用市售成品，例：現成水果優格或木瓜牛乳)	40%
符合健康飲食概念	少油、少糖、少鹽	10%
食譜完整性及可行性	操作步驟敘述完整而正確、食材及成品照片清晰	30%

2. 團膳組：

項目	說明	比重
在地當令食材運用及創意	選材是否採用在地當令食材、可配合在地特色節令飲食	20%
切合乳製品入菜主題及營養價值相關性	乳製品的比例(不可使用市售成品，例：現成水果優格或木	40%

	瓜牛乳)	
符合健康飲食概念	少油、少糖、少鹽	10%
食譜完整性及可行性	操作步驟敘述完整而正確、食材及成品照片清晰，符合團膳製備之實用性	20%
食材成本	成本符合一般餐食之預算	10%

註一：符合製備之實用性係指不需繁雜之步驟及烹飪器具

註二：食譜需包含「食材、操作步驟、烹調時間及所需器具」

七、得獎獎項

獎項與名額(個人組)			
頭獎	貳獎	參獎	佳作
名額 1 名	名額 2 名	名額 3 名	名額 10 名
超市禮券 貳萬元	超市禮券 壹萬元	超市禮券 伍千元	超市禮券 參千元

獎項與名額(團膳組)			
頭獎	貳獎	參獎	佳作
名額 1 名	名額 1 名	名額 1 名	名額 10 名
超市禮券 參萬元	超市禮券 貳萬元	超市禮券 壹萬伍千元	超市禮券 伍千元

(一) 各組之前三名可獲得上品禮券和獎狀一紙。

(二) 獎項將於收到得獎者檢附之領款相關資料後，方進行寄送。

八、報名方式

請至活動網頁「109年冬令乳製品食譜徵件活動」，並點選「馬上報名」，填寫、上傳資料後，確認無誤後送出，即報名成功；亦可將資料印出填寫，及備妥相關資料後，郵寄至「台北市信義區基隆路二段51號9樓本號」，並註記「109年冬令乳製品食譜徵件活動」活動小組收。(郵寄者，請在11/8號前寄出，以郵戳為憑)

九、注意事項：

- (一) 本活動主辦單位為國民健康署，主辦方有權做最終資格審查。
- (二) 參賽者未於截止日前完成報名表、成品食譜繳交手續，或文件不齊全，經主辦單位通知2日內未補齊者，視同未完成成品。
- (三) 主辦方對於活動有最終解釋權。
- (四) 不論是否獲獎，報名時所繳交之表件一概不予退還，各項資料若有需要請自行影印留存。
- (五) 投稿食譜不得抄襲或使用未經授權之素材，若有抵觸任何相關法令，一切法律責任由參賽者承擔，主辦單位概不負責。
- (六) 每件食譜限投稿1次，若經主辦單位查證，參賽食譜有重複上傳、過於類似、抄襲或腥羶色等不當內容，主辦單位將有權取消參賽資格。
- (七) 所有參賽者所上傳至活動頁面之食譜，均視為無償授權主辦單位使用，且同意主辦單位使用於相關活動推廣所需之媒體。
- (八) 本活動之所有獎品不得更換或折換現金。獎項以公佈於本網站上的資料為準，如遇不可抗力之因素，主辦單位保留更換其他等值獎項之權利。
- (九) 本活動依中華民國稅法規定，舉凡中獎金額或獎項年度累計價值超過新臺幣1,000元者，將列入本年度之個人綜合所得稅申報，中獎人需按規定繳交相關資料；請於活動公告得獎名單後於規定期間內與承辦單位聯繫並簽立「個資提供同意書」與「著作權轉讓同意書」，逾時即視為無異議自動放棄得獎資格，由候補人選獲得該獎項，若中獎者無法配合，將視同放棄中獎權利。

十、聯絡方式

(一)聯絡人：李先生

(二)聯絡電話：02-2735-5555 分機 204

(三)E-MAIL：mail204@scweb.com.tw

附件

參賽編號

本欄由主辦單位填寫

「109年-冬令乳製品食譜徵件活動」報名表 (個人組)

基本資料			
姓名		手機	
性別		市話	
E-mail		Line ID	
出生年月日		身分證字號	

參賽食譜介紹	
料理名稱：	
所需食材(須包含調味料)：	
詳細料理過程	
作法：	

料理照片

照片需符合食譜之設計份量

「109 年-冬令乳製品食譜徵件活動」報名表 (團膳組)

參賽代表 基本資料			
姓 名		手 機	
電 話		傳 真	
E - m a i l		Line ID	

單位資料			
單 位 名 稱		單 位 核 准 成 立 日 期	民 國 年 月 日
單 位 地 址			

隊員資料	
隊員 1 姓名	
性 別	
出生年月日	
身分證字號	
隊員 2 姓名	
性 別	
出生年月日	
身分證字號	
隊員 3 姓名	
性 別	
出生年月日	
身分證字號	
隊員 4 姓名	
性 別	
出生年月日	
身分證字號	

隊員 5 姓名	
性 別	
出生年月日	
身分證字號	

參賽食譜介紹

料理名稱：

所需食材(須包含調味料)：

詳細料理過程

作法：

料理照片

團膳組 照片以 1 人份呈現即可