

「113 年銀養點心創意競賽」報名簡章

一、活動目的

根據 2017-2020 年國民營養健康狀況變遷調查，19 歲以上成人及高齡長者的每日乳品類攝取不足 1 份比例高達 9 成，而衛福部公告的每日飲食指南建議國人提高未精製全穀攝取，以未精製全穀取代精製穀類並占主食之 1/3 比例，以增加礦物質的來源。為打造延緩社區長者失能之高齡友善環境，致力於改善銀髮族飲食與營養狀態，為此辦理銀養點心創意競賽。

二、活動辦法

(一)組別及參賽對象：

組別	參賽對象	每隊報名人數
一般組	高中職以上餐飲、食品、營養相關科系師生、社區關懷據點、老福機構、一般民眾等。	2-3 人
專業組	農會家政班、餐飲業者以及烘焙業者等。	2-3 人

※經檢舉報名不實者，取消參賽及得獎資格。

(二)比賽採二階段進行如下：

1. 【初賽】：書面審查

時間：113 年 5 月 10 日(五)，17:00 截止；113 年 5 月 25 日(六)17:00 前公告決賽入圍名單。

2. 【決賽】：現場銀養點心實作（上、下場次）

日期：113 年 6 月 20 日(四)，09:00-17:00

地點：中臺科技大學(臺中市北屯區廍子路 666 號)

一般組時間（上）：09:00-12:00，共計 3 小時，於 12:30 頒獎。

專業組時間（下）：13:30-16:30，共計 3 小時，於 17:00 頒獎。

(三)比賽內容規範：

1. 需設計菜單並製備 2 道銀養點心，每道皆為 6 人份，且成分須包含未精製全穀類及乳品類各一種。
 - (1) 未精製全穀雜糧類：如糙米、全大麥片、全燕麥片、糙薏仁、紅豆、綠豆、芋頭、地瓜、玉米、馬鈴薯、南瓜、山藥等。
 - (2) 乳品類：如牛乳、羊乳、乳酪、起司、乳粉、優酪乳等。
2. 需計算出每份點心所含的熱量及三大營養素，並詳述材料份量、製作過程，及設計理念等。點心建議熱量為每日熱量攝取的 10%，約 150-250kcal。
3. 禁止氫化的植物油用於食品，如人造奶油、起酥油等。
4. 加分項目：
 - (1) 設計原則可配合衛生福利部銀髮族『每日飲食指南』與『均衡飲食』之建議。
 - (2) 使用國產原料佔全部原料 60%以上。
 - (3) 盡量少使用食品添加物。

(四)食材費補助：

1. 凡入圍決賽並到場完賽且無違規者，每隊得補助食材費及布置費，決賽隊伍每隊補助 NT\$1,500。
2. 由每隊隊長於比賽結束後，持參賽證及身分證至服務台，繳交比賽使用單據後領取，請一律開立統一編號 78951384，抬頭：朝陽科技大學，或免用統一發票收據，未符合上述規則恕無法發放費用。

三、報名方式

- (一)報名時間：自 113 年 3 月 1 日至 5 月 10 日 17:00 截止。
- (二)報名方式：請備妥相關報名資料以 word、PDF 電子檔型式寄至計劃信箱 113snack@gmail.com，並將報名資料紙本於 5 月 10 日前(郵戳為憑)郵寄至朝陽科技大學休閒事業管理系陶冠全老師收(41349 臺中市霧峰區吉峰東路 168 號)。
- (三)報名資料收到後，會寄送電子檔回覆文件是否需補充，若三日內未回覆請

與計畫辦公室聯絡確認相關事宜。「113 年銀養點心創意競賽」辦公室連絡電話：04-23323000 分機 7295。

四、評審方式

(一)比賽採二階段進行如下：

階段	組別	比賽方式	優勝組數
【初賽】 書面審查	一般組 及 專業組	<ol style="list-style-type: none"> 1. 參賽隊伍須將作品照片及內容介紹寄至計畫辦公室，自 113 年 3 月 1 日至 5 月 10 日 17:00 截止。 2. 邀請專業食品營養專家及學者等 3 人組成評審團進行書面審查。 3. 入圍名單公告:預計於 113 年 5 月 25 日(六)17:00 前公告。 	各組取前 8 隊入圍 (另備取 2 隊)，以電話及寄信通知。
【決賽】 現場實作	一般組 (上半場)	<ol style="list-style-type: none"> 1. 比賽日期：113 年 6 月 20 日。 2. 比賽時間：09:00-12:00。 3. 依報名表提報 2 道點心料理(6 人份)並於 180 分鐘內完成現場實作及擺設。 4. 現場僅提供長桌，其他桌巾、菜卡等裝飾器具請參賽隊伍自行準備。 5. 每道料理成品(6 人份)各須準備 1 式 2 份，1 份提供評審團試吃評分，1 份置於指定地點之展示供媒體拍照與攝影使用。 	於比賽當天 12:30 頒獎典禮公布獲獎獎項，如獎勵辦法。

	專業組 (下半場)	1. 比賽日期：113 年 6 月 20 日。 2. 比賽時間：13:30-16:30。 3. 依報名表提報 2 道點心料理(6 人份)並於 180 分鐘內完成現場實作及擺設。 4. 現場僅提供長桌，其他桌巾、菜卡等裝飾器具請參賽隊伍自行準備。 5. 每道料理成品(6 人份)各須準備 1 式 2 份，1 份提供評審團試吃評分，1 份置於指定地點之展示供媒體拍照與攝影使用。	於比賽當天 17:00 頒獎 典禮公布獲 獎獎項，如 獎勵辦法。
--	--------------	---	--

(二) 評分標準：

1. 初賽(書面審查)

(1) 書審評委由食品、營養專家及學者等 3 人組成評審團。

(2) 分數權重配比如下(總分為 100 分)

項目	比重
切合全穀及乳品主題符合性	20%
營養價值及健康元素	30%
菜單設計創意及豐富性	15%
成品完成度及整體呈現	15%
設計理念及銀髮族適合度	20%

(3) 依評審總分高低排序，每組擇優 8 隊入圍決賽，備取 2 隊。

2. 決賽(現場實作)

一般組別：

(1) 一般組評委由食品、營養專家及學者等 3 人組成評審團。

(2) 一般組分數權重配比如下(總分為 100 分)

項目	比重
切合全穀及乳品主題符合性	20%
營養價值及銀髮者健康元素	30%
菜單設計創意及豐富性	15%
成品完成度及整體呈現	15%
設計理念及銀髮族適合度	20%

(3) 依評審總分之高低排序，進行評選；如有同分之情況則再由評審第二輪投票表決，參賽者不得異議。

專業組別：

(1) 專業組評委由食品、營養專家及學者等 3 人組成評審團。

(2) 專業組分數權重配比如下(總分為 100 分)

項目	比重
切合全穀及乳品主題符合性	20%
營養價值及銀髮者健康元素	20%
菜單設計創意及豐富性	20%
成品完成度及整體呈現	20%
設計理念及銀髮族適合度	20%

(3) 依評審總分之高低排序，進行評選；如有同分之情況則再由評審第二輪投票表決，參賽者不得異議。

(三)注意事項：

1. 初賽、決賽選手必須相同，經現場查核身分證明，如有不符者，即取消參賽資格。
2. 參賽者所製作之成品內容需與報名時相同，異動範圍不得超過 20%，如違反規定酌予扣分。
3. 如有遲到、料理使用違禁調味品或違規添加物、夾帶成品或半成品進場等違規情事，當場取消比賽資格。逾時未完成或成品未熟之料理將不予計分。
4. 競賽成品中西式皆可，請以適合銀髮族長輩食用及盡量使用國產食

材為主。

5. 營養標示的計算如有需要協助可與計畫辦公室聯絡，提供計算方式作參考使用。
6. 決賽餐盤請自備，主辦單位僅提供以下器具及設備如有其他需求請自行準備。
7. 現場提供長桌 60*180cm 一張，參賽隊伍所需桌巾、菜卡等其他東西請自行準備，桌面擺設列為評分參考。
8. 決賽現場不得使用微波爐加熱。
9. 所有決賽作品均需現場製作，可先洗滌不得先行切割。
10. 嚴禁使用半成品或冷凍成品進行加熱擺盤。
11. 本次競賽成果會匯集成 USR 計畫成果手冊，參賽者須提供計畫辦公室授權使用。(授權切結書)

五、獎勵辦法

組別	名額與獎勵				
	第一名	第二名	第三名	佳作獎	優選
一般組	名額 1 隊 商品禮券 壹萬貳仟元	名額 1 隊 商品禮券 壹萬元	名額 1 隊 商品禮券 捌仟元	名額 2 隊 商品禮券 每隊伍仟元	名額 3 隊 商品禮券 每隊貳仟元
專業組	名額 1 隊 商品禮券 壹萬貳仟元	名額 1 隊 商品禮券 壹萬元	名額 1 隊 商品禮券 捌仟元	名額 2 隊 商品禮券 每隊伍仟元	名額 3 隊 商品禮券 每隊貳仟元

(一) 以上得獎隊伍除商品禮券外，均有獎框 1 組及獎狀發放。

(二) 未進入決賽隊伍(參加獎):每隊參賽證明 1 張。

(三) 商品禮券將於決賽結束，參賽隊伍檢附完整領款所需之相關資料後，於 7 日內以郵寄方式撥付。

六、其他注意事項

(一) 參賽須知：

1. 每隊需設隊長 1 人，擔任主要聯絡人。
2. 各隊完成報名後，不得以任何理由更換參賽組別及隊員。
3. 每人限報 1 隊，不得重複參賽。每隊以參加 1 組為限，重複報名者，主辦單位得逕行指定其參加之組別，不得異議。

(二) 成品食譜繳交者須於繳交後，3 日內主動以電話聯繫本活動小組，以確認完成報名無誤。

(三) 參賽隊伍未於截止日前完成成品食譜繳交手續，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。

(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) 競賽會場提供每隊之設備及器具詳如附件，不得帶走及損壞，如有上述情事參照市價賠償。

(六) 參賽隊伍應簽署附件之肖像權及著作財產權授權同意書，有關參賽作品涉及之著作財產權，悉依該授權同意書及著作權法規定辦理。活動過程將全程錄影及開放媒體採訪，但以不妨礙選手為前提。

(七) 初賽入圍之隊伍，主辦單位將主動通知隊長。若無法承諾參加決賽者，以備取者遞補。

(八) 主辦單位保留活動內容調整之權利，本簡章若有未盡事宜，主辦單位有權修改公告之，詳情以主辦單位活動粉絲頁及競賽活動官網之最新公告為準。

七、聯絡方式

- (一) 聯絡人：朝陽科技大學休閒事業管理系 陶冠全老師
- (二) 連絡電話：04-233-23000 轉 7295
- (三) 電子信箱：113snack@gmail.com
- (四) 歡迎參賽隊伍加入競賽群組以利後續聯繫。



競賽群組歡迎加入

