

111年臺北市政府教育局高中職以下學校  
「從田園到餐桌〈食譜〉徵件及  
創意田園食譜展示觀摩飲食教育博覽會」活動簡章

壹、依據:111年3月11日北市教體字第1113036103號會議決議內容辦理。

貳、目的:

- 一、提供本市小田園教育計畫執行學校伸展舞台，凸顯小田園農產素材，透過從田園到餐桌觀摩與展示的方式，收集並彙整田園到餐桌電子食譜，讓更多小田園實務工作者有更寬廣的分享平台，擴展小田園教育計畫的發展內涵。
- 二、運用田園到餐桌食材料理應用電子書，讓食物烹調料理及健康飲食，透過實地執行成果，落實當季、在地、多元均衡飲食概念，培養學生飲食教育素養。
- 三、引導師生發揮創意及想像力鼓勵創意食譜的設計，藉由徵件與分享活動，提供優質食譜供本市親師生觀摩學習，推廣田園到餐桌的健康飲食理念。

參、主辦單位：臺北市政府教育局

肆、承辦單位：臺北市中正區螢橋國民小學

伍、協辦單位：

臺北市士林區劍潭國小、臺北市士林區文昌國小、

臺北市士林區百齡國小、臺北市士林區葫蘆國小、

臺北市北投區桃源國小、臺北市松山區中崙高中

臺北市北投區清江國小

陸、活動內容

(一)「從田園到餐桌〈食譜〉徵件」對象包括:

1. 本市高中職以下公私立各級學校(含特殊學校)歡迎親師生組隊參加，人數不限(詳報名表)。
2. 本市高中職以下公私立各級學校(含特殊學校)50班(含)以上學校，每校務必至少報名1件田園到餐桌食譜徵件。

(二)報名表件：

1. 報名表（附件一）。
2. 從田園到餐桌食譜設計表格紙本（附件二-1及附件二-2）。
3. 從田園到餐桌食譜製作表格紙本（附件三）。
4. 著作權及肖像權使用同意書紙本（附件四）。
5. 實際支用明細表（核銷附件五、五-1、五-2)詳見經費補助。
6. 報名表核章後之掃描檔、原始 word 檔、紙本附件及原始照片檔以通訊方式寄送主辦單位外，連同電子檔光碟一份，並同時上傳到主辦單位指定雲端網址 <https://reurl.cc/d2z5EM> 上傳時請注意：檔名標註學校名稱、含本次報名所有資料附件名稱及紙本核章掃描等，一校一個總資料夾)
7. 相片規格：小田園種植過程1張、採收成品照1張、未烹煮全部食材照1張、親子或師生烹調菜餚互動過程照1張及菜餚成品照1張共至少5張照片(照片不得少於5張)，除貼在附件二-1、二-2外，另提供未經壓縮之原始照片檔(影像尺寸1600\*1200dpi 以上；照片解析度300dpi 為佳)，每張相片應命名。
8. 即日起至**111年6月3日（五）**截止收件(以郵戳為憑)。請將報名核章表件紙本1份，連同電子光碟1份寄送「100051臺北市中正區詔安街29號 臺北市中正區螢橋國小學務處李素珠營養師 收」，信封上請註明「從田園到餐桌<食譜>徵件」資料。

(三)徵件審查：

1. 審查標準：

項 目	比 分 (%)	內 容
主題命名 理念說明	30	料理名稱具創意性並與料理本意相符 菜餚設計說明、健康訴求說明、校內推動情形
創意與實 用性	30	菜餚凸顯小田園素材特色。具創意性並可於日後用在家庭親子共同體驗，可執行好操作
整體搭配	40	食材搭配、烹調技巧簡單、菜餚美感

2. 審查徵件補充說明:附件(一、二、三)詳細書寫「田園應用食譜菜

餡設計理念及創意想法說明」、「應用田園菜餚材料、其他材料」、「烹調方法」，該內容將列入評分依據。

3. 徵件投稿學校須知注意事項:參加學校同意授權審查機關潤飾，俾製作「從田園到餐桌<食譜>徵件及創意田園食譜展示觀摩飲食教育博覽會」活動相關媒體宣傳資料及電子書應用。投稿學校所送之資料，不論入選與否，一律不退件，請自留底稿。
4. 審核徵件食譜原則：  
投稿學校皆需以(A)田園種植素材為原則，可為一種或多種當季蔬菜(含香辛料)或校園野菜(龍葵、咸豐草、魚腥草等)或香草植物(如迷迭香、薄荷、薰衣草、艾草、香茅等可食用香草植物為食材，自由搭配(B) 配料食材，A+B 食材種類5樣以內(含5樣)，以當季、在地、烹調簡單為發想，設計一道健康營養四人份料理，且菜單日後用在家庭親子共同體驗為佳。
5. 審核過程:由主辦單位、協辦單位依評選標準進行文字內容校稿及評估執行可行性，再進行外聘專家審查。
6. 若作品件數不足或未達評選標準，作品以從缺處理。
7. 應徵作品須符合未曾出版、發表或獲獎，切勿一稿多投，本活動以一校一攤一稿為原則。若有抄襲、模仿或冒用他人名義之侵犯他人著作權等情事者，經查屬實者，將取消資格及追回獎勵金，並由作者自負一切相關的法律責任。
8. 參賽作品無論得獎與否恕不退件，獲獎作品著作權仍歸原作者所有，但主辦單位保有於修改、轉載及出版之權利。

(四)徵件結果公布：

1. 預計於**111年6月底前**於臺北市中正區螢橋國小學校首頁「從田園到餐桌<食譜>徵件及創意田園食譜展示觀摩飲食教育博覽會」活動專區**公布審查結果**，並函知入選學校。
2. 本案結合飲食教育博覽會辦理，活動前辦理之行前說明會請食譜徵件入選學校務必配合參加，會議時間及地點將另行通知。

3. 本案徵件入選食譜成果將於博覽會活動結束後彙集成田園到餐桌食材料理應用電子書，於本市酷課雲分享給全國親師生，參加學校若送交資料不齊全、不符合者，需於期限內補件完成，以利日後成果彙整。

(五)經費補助：

1. 「從田園到餐桌〈食譜〉徵件」經審查入選後，每件作品核予新臺幣2,000元。
2. 徵件審查入選學校需配合於111年7月中旬成果分享並參與設攤活動，每個攤位補助材料費3,000元。(確切設攤時間地點，及詳細進場佈置及撤離時間，將另函通知)
3. 請學校提供原始憑證(含設攤食材費及撰稿費，其中撰稿費部份請依最新規定以電子領據核銷)及校內核章後之實際支用明細表(含食譜徵件費及攤位材料費共計5,000元、收支明細之收據憑證、校內開立收據(詳見附件五、五-1、五-2及填寫範例五-3))。
4. 核銷文件可於活動結束後一週內，將相關資料寄送臺北市立螢橋國民小學，以利後續完成撥付款程序。

柒、其他補充說明：

- 一、博覽會由主辦單位統一製作每攤主題看版，活動內的可以進行食材烹調，一律禁用一次性餐具。
- 二、博覽會設攤田園成品展示區人員必需全程配戴口罩。活動現場不提供專屬飲食區域供民眾脫下口罩飲食。
- 三、活動現場全場免費，現場不提供金錢交易、亦無義賣活動。
- 四、依大安森林公園管理處相關辦法，不得使用明火(卡式爐)，每攤提供一頂阿里山帳篷(3\*3規格)+2張長條桌+3張椅+3個用電插座，請於報名表註明使用加熱設備器具，以利主辦單位管控用電量。
- 五、凡報名本案徵件學校，視同認同本簡章之各項內容及規定，如有未盡事宜，得予主辦單位隨時修訂並另行公佈。

六、 對相關內容若有疑問詳情洽詢

螢橋國小李素珠營養師02-23325941(上午時段專線)

02-2305-4620分機159(下午時段)

電子郵件:luluawu@yces. tp. edu. tw

劍潭國小張穎嫻營養師02-2885-5491分機825

111年臺北市政府教育局「從田園到餐桌<食譜>徵件」報名表

學校名稱：		填表人姓名：		職稱：	
食譜名稱					
特色說明					
參加教職員、學生 或家長 (姓名及稱謂)	稱謂		姓名		
主要連絡人	姓名		性別		
	聯絡電話含分機：( )			手機：	
主要報名者地址	□□□-□□				
主要報名 e-mail					
預計博覽會使用電 器名稱	電器名稱(注意不得使用電湯匙)(現場每攤提供3個110V用電插座)				
備註	1. 徵件入選學校需同時參加「從田園到餐桌<食譜>徵件及創意田園食譜展示觀摩飲食教育博覽會」設攤活動。 2. 依公園管理處相關辦法，不得使用明火(卡式爐)，每攤提供3個110V用電插座，請於報名表註明使用加熱設備				

承辦人：

處室主任

校長

(本頁如不敷使用請自行增加頁面)

臺北市政府教育局「從田園到餐桌〈食譜〉徵件」

菜餚製作表格

<p>學校名稱</p>	
<p>食譜名稱</p>	
<p>田園食譜 菜餚設計理念 及 創意想法說明 (不得少於150字)</p>	
<p>照片 (菜餚成品照) 請檢附未經壓縮之 原始照片檔 (影像尺寸1600* 1200dpi 以上；照片 解析度300dpi 為佳)</p>	

臺北市政府教育局「從田園到餐桌<食譜>徵件」

00 學校菜餚製作表格

<p>食譜名稱</p>	
<p>照片 (小田園 種植過程照)</p>	
<p>照片 (作物採收成品照)</p>	
<p>照片 (未烹煮食材照)</p>	
<p>照片 (料理過程照)</p>	
<p>照片 (菜餚成品照)</p>	



(本頁如不敷使用請自行增加頁面)

附件三

作品編號(由收件學校填寫):

臺北市政府教育局「從田園到餐桌<食譜>徵件」

00 學校食譜製作表格

食譜(總份量 4人份)請標註田園使用食材					
項次	材料		項次	調味料	
	品名	重量(公克)		品名	重量(公克)
01			01		
02			02		
03			03		
04			04		
05			05		
			06		
			07		
			08		
			09		
烹調方法(請依條列式敘述)(不得少於150個字)					

**【參考範例】**

**臺北市政府教育局「從田園到餐桌〈食譜〉徵件」**

**菜餚製作表格**

<p><b>學校名稱</b></p>	<p>螢橋國小</p>
<p><b>料理名稱</b></p>	<p>米食飄香之艾草粿</p>
<p><b>食譜菜餚設計理念 及 創意想法說明 不得少於150字</b></p>	<p>每年清明節前後正值艾草生長茂盛時期，配合中年級社會課程家鄉風情畫之家鄉的特色及國語文課程，文化廣角之米食飄香等米食與節慶的體驗活動，結合小田園種植艾草製成艾草粿，在體驗過程中，讓學童瞭解飲食與人際互動的關係、瞭解食物在烹調的變化認識食物原貌、學生學習同儕互相合作的可貴，進而體驗家人平時為其準備食物的辛勞，養成不浪費食物的習慣。藉由田園到餐桌的連結讓學生了解傳統節慶食物與生命禮俗的關係，拉近學童與家人的距離，再者讓學童覺察人們對農作物與農產品的認識，培養愛家、愛鄉的情懷，以及體會祖先巧用身旁植物作料理的巧思。</p>
<p><b>照片 (菜餚成品照)</b></p>	

**【參考範例】**

臺北市府教育局「從田園到餐桌<食譜>徵件」  
螢橋國小菜餚製作表格

食譜名稱	艾草糰
<p>照片 (小田園 種植過程照)</p>	
<p>照片 (作物採收成品照)</p>	
<p>照片 (未烹煮食材照)</p>	
<p>照片 (料理過程照)</p>	

照片  
(菜餚成品照)



## 【參考範例】

## 臺北市府教育局「從田園到餐桌&lt;食譜&gt;徵件」

## 螢橋國小食譜表格

1. 艾草粿食譜(總份量4人份) 一份可製10-15粒艾草粿(依個人喜好決定艾草粿的大小)						
項次	材料		項次	調味料		
	品名	重量(公克)		品名	重量(公克)	
01	水研磨糯米粉	600	01	調 味 料	醬油	15
02	砂糖	150	02		醬油膏	15
03	菜脯米(乾)/香 菇	150/5	03		糖	5
04	田園新鮮艾草	150	04		紅蔥頭	8
05	水	300ml	05		白胡椒粉	5
			06		水	15
			07		沙拉油	15
			08		香油	10
			09		月桃葉或香蕉 葉	依艾草粿大小 截切
<b>烹調方法(請依條列式敘述)(不得少於150左右字)</b>						
<ol style="list-style-type: none"> <li>將已清洗新鮮艾草150-200g加水300ml用果汁機打成艾草汁液，瞬間快速按鈕鍵來攪打，保留更多艾草纖維，用量杯量到450ml(艾草纖維+艾草汁)。</li> <li>菜脯米和乾香菇泡軟備用(勿泡太久失去菜脯米和香菇的香氣)。</li> <li>起油鍋，炒香新鮮紅蔥頭(事先切碎)、香菇切絲、菜脯米，加上述調味料調烹煮好，備用。</li> <li>打開糯米粉一包600g置空瓶+艾草汁450ml+糖150g(可視個人喜好酌減糖量)揉至不黏手即可。</li> <li>準備好月桃葉或香蕉葉或以烘焙紙墊底，事先分切艾草糯米糰秤重、及每個餡料重量，手先沾一些油，艾草糯米糰在手上壓平成圓型，包入餡料，注意艾草封口封緊不可有缺口以防餡料在蒸煮時流出。</li> <li>進行蒸煮時，可使用電鍋，內鍋放蒸架(外鍋2杯水)，注意艾草粿要有適要間隔距離，以免因蒸煮澎脹粘著在一起，或以蒸籠中大火蒸40分即可完成。</li> </ol>						

作品編號(由收件學校填寫)：

臺北市政府教育局「從田園到餐桌〈食譜〉徵件」

著作權及肖像權使用同意書

本人\_\_\_\_\_ (著作人/立約同意人)發表於臺北市政府教育局「從田園到餐桌〈食譜〉徵件」之著作及肖像照，料理名稱- \_\_\_\_\_，同意無償授權臺北市政府教育局，將本人著作及肖像照以紙本、光碟及網路等各種方式公開傳輸發行，且為了學術發展之用，同意臺北市政府教育局將本人著作及肖像照編成學術專書，並得重製本人著作。

著作人擔保本著作係著作人之原創性著作，著作人並擔保本著作未含有誹謗或不法之內容，且未侵害任何第三人智慧財產權及其他任何權利。若因審稿、校稿因素導致著作名稱變動，著作人同意視為相同著作，不影響本同意書之效力。

如果本著作為二人以上之共同著作，下列簽署之著作人已通知其他共同著作人本同意書之條款，並經各共同著作人全體同意，且獲得授權代為簽署本同意書。

立同意書人：

立同意書之監護人(若無可免填)：

中 華 民 國 111 年 月 日

附件五

臺北市政府教育局辦理各項活動實際支用明細表

活動計畫名稱：「從田園到餐桌<食譜>徵件及「創意田園食譜展示觀摩飲食  
教育博覽會」活動

委託機關編號及名稱:05001教育局

受託機關編號及名稱:○○○○○臺北市○○國民小學/○○○○○臺北市立○○國民  
中學

經費：原撥 ○○○元，實支 ○○○元，節餘○○○元

活動結束日：111年06月12日

序號	年	月	日	受款人	用途別	摘要	金額
合 計							

承辦人

業務主管

主辦會計

機關長官

附件五-1

○○○○○○ (請填學校全銜)

## 支出憑證簿

111年度○月份

第○冊 共○冊

憑證自1號起至○號止共○件

外附件 件

計劃名稱	金額
「從田園到餐桌〈食譜〉徵件及創意田園食譜 展示觀摩飲食教育博覽會」活動實施計畫	5,000



臺北市政府教育局委託螢橋國小辦理

111年度「從田園到餐桌〈食譜〉徵件及創意田園食譜展示觀摩飲食  
教育博覽會」活動計畫

匯款專戶調查表

學校校名：\_\_\_\_\_ 學校統一編號：

匯款帳號：

匯款帳戶名稱															
金融機構	銀行名稱： 分行名稱： 銀行代碼：														
帳 號															

填表人：

電 話：

Email：

填表日期： 年 月 日

備註：

請貴校填妥本表後，連同紅色收款正式收據（繳款機關繳款人為臺北市立螢橋國民小學），貴校校內核銷的黏貼憑證正本（如有需要可自留影本），逕寄螢橋國小學務處李素珠營養師收(100051臺北市中正區詔安街29號)

**【參考範例】**

**臺北市政府教育局辦理各項活動實際支用明細表**

活動計畫名稱：「從田園到餐桌<食譜>徵件及創意田園食譜展示觀摩飲食教育  
博覽會」活動

委託機關編號及名稱:05001教育局

受託機關編號及名稱：05488臺北市螢橋國民小學

經費：原撥 5000元，實支 5000元，節餘0元

活動結束日：111年06月12日

序號	年	月	日	受款人	用途別	摘要	金額
1	111	6	12	李0珠	285 講課、稿費、 出席審查、查 詢費	田園食譜撰稿費	2000元
2	111	6	12	李0珠	32Y 其他用品消耗	(各校自行依會計 科目相關規定提 供核銷收據)	3000元
以下 空白					完成核章後檢附核銷田園 材料收據連同此實際支用 明細表+該校轉帳戶及學校		
合 計							5000元

承辦人

業務主管

主辦會計

機關長官