

112 年惜食料理食譜／惜食教案甄選活動簡章

壹、活動目的

透過惜食料理食譜／惜食教案（以下稱食譜、教案）甄選活動，鼓勵在地餐飲相關產業廚師、學生、教師、從業人員、對料理或惜食文化推廣感興趣的人及環境教育人員，可透過惜食料理食譜創造在地惜食好味道，亦可透過惜食教案將惜食理念推廣給更多社會大眾，一同開創料理的新食代。

貳、辦理單位

- 一、指導單位：行政院環境保護署
- 二、主辦單位：嘉義縣政府、嘉義縣環境保護局
- 三、承辦單位：綠信環境科技股份有限公司

參、活動期程

- 一、地方初賽：
 - (一) 時間：112 年 7 月 3 日（星期一）
 - (二) 地點：吳鳳科技大學花明樓 9 樓(暫定)
- 二、全國決賽：
 - (一) 時間：112 年 9 月 16 日（星期六）
 - (二) 地點：新北市醒吾科技大學

肆、活動內容

一、參加對象：

凡餐飲相關產業廚師、學生、教師、從業人員、對料理或惜食文化推廣感興趣的人及環境教育人員皆可參加。

二、甄選組別：

(一) 惜食料理食譜組：

限個人報名參加。

(二) 惜食教案組：

不限個人或團隊報名參加，若以團隊參賽，成員至多 3 名，惟報名時請以 1 人為代表人報名，勿多人同時報名。

三、報名方式：

(一) 報名時間：

1. 線上報名：各組參賽選手採個別報名，自公告日起至 112 年 6 月 15 日（星期四）中午 12 點前，至活動網站(<https://www.cherish-food.com.tw/>)內嘉義縣環保局專區，上傳報名資料即完成報名程序。
2. 紙本報名：填妥報名表後逕自掛號郵寄至嘉義縣環境保護局綜合計畫科，截止期限為 112 年 6 月 9 日（星期五）以郵局掛號郵戳為憑，逾時不予受理；或於上班日下午 5 時前攜報名表相關文件親送至嘉義縣環保局綜合計畫科。

(二) 報名區域：參賽選手可依就讀學校所在縣（市）、戶籍地、居住地或任職所在地為主，且各參賽選手僅能選擇一縣（市）報名且每位參賽者在一個組別僅能報名一次，如有冒名、重複報名或未依前述規定辦理者，一律取消參賽資格。

四、活動時程

表 1、辦理惜食料理食譜／惜食教案甄選活動期程

項目	期程規劃
活動說明會	112 年 4 月 13 日（星期四）
紙本報名	自公告日起至 112 年 6 月 9 日（星期五）
線上報名	自公告日起至 112 年 6 月 15 日（星期四）中午 12 點前
地方初審	自 112 年 6 月 16 日至 112 年 6 月 20 日（星期二）
初賽名單公布	112 年 6 月 21 日（星期三）
地方初賽	112 年 7 月 3 日（星期一）
全國總決賽	112 年 9 月 16 日（星期六）

表 2、惜食料理食譜組地方初賽活動流程（暫定）

時間	內容	備註
08：00-08：30	參賽者報到	1. 驗證參賽者身份 2. 抽籤決定評選順序
08：30-08：40	長官致詞	嘉義縣環保局 (介紹主辦單位、評審委員)
08：40-08：50	說明競賽規則	綠信公司
08：50-09：00	檢視食材、電器及用具等	1. 由主辦單位、評審委員及參賽者相互進行確認 2. 如有疑議請立即提出，逾時恕不受理
09：00-10：30	烹調時間（第一組）	1. 兩梯次烹飪時間各 60 分鐘，須完成烹調 3 人份主餐料理， 並均分 2 份擺盤 ，移至展示桌。
10：30-12：00	烹調時間（第二組）	2. 兩梯次解說菜餚時間各 30 分鐘，每位參賽者限時 3 分鐘。 3. 評審委員聽取說明及品嚐菜餚。
09：00-12：00	惜食教案組委員評審時間	參賽者依序由工作人員引導，至評審室解說教學理念
12：00-12：30	成績統計	參賽者至會場休息
12：30-13：00	頒獎典禮	1. 長官、評審致詞 2. 公布得獎者
13：00		賦歸

五、甄選主題：

(一) 惜食料理食譜組：

1. 以吃全食（零廚餘）、吃格外、食當季、吃在地（低碳排料理）等惜食概念，規劃設計至少 1 道惜食且美味的食譜。另為倡議吃在地的惜食理念，本甄選活動參賽者設計使用的所有食材，必須挑選使用臺灣在地食材。
2. 指定食材：參賽者須挑選至少 2 種指定食材現場烹煮全部入菜，並建議可考量連皮一起進行全食料理。

表 3、惜食料理食譜甄選主題

主題	內容說明	備註
全食物利用 (零廚餘)	採用天然、完整，沒有加工精製過的食材，並將食材完整利用。 如：將蔬菜連根帶葉一起料理運用，做到既美味又不浪費的料理。	不限定主食材、副食材，可混合多個主題進行食譜設計。
即期品、格外品料理	將即期品或市場規格之外(如表皮損傷、過熟、短小或外型不佳等蔬果)但品質無虞的食材，透過料理方式，成為一道賞心悅目的餐點。	
食當季、吃在地 (低碳排料理)	選用當季且在地食材，烹飪出一道低食物里程的低碳料理。	

表 4、指定食材表

編號	指定食材	圖示	編號	指定食材	圖示
1	高麗菜		2	花椰菜 (白色及深綠色皆可)	
3	長豇(菜)豆		4	胡瓜	
5	胡蘿蔔		6	茄子	
7	甜椒		8	結球白菜	
9	碗豆		10	箭竹筍	

(二) 惜食教案組：

以 10 項惜食行動「主動說、可以選、可打包、吃格外、吃全食、吃在地、惜食材、愛地球、愛分享、愛推廣」，規劃設計至少 4 節（可分堂、分天）之惜食教案，涵蓋主題愈多或愈廣、愈有創意、愈能有效提升惜食理念者為佳。

表 5、惜食教案甄選主題

主題	內容說明	附註
主動說	鼓勵主動說明餐點／食品內容或主動詢問餐點內容，不吃的食物可事先表明。	可混合多個主題進行教案設計。
可以選	鼓勵「吃多少，點/買多少」，主動說出份量大小的需求，並可依喜好減少特殊食材。	
可打包	鼓勵打包吃不完的食物，並妥善存放、盡快食用。	
吃格外	不排斥格外品（如：醜蔬果）和即期品；如為即食需求，鼓勵可優先選擇即期品。	
吃全食	煮飯時，鼓勵將整個食材（如果皆可食）全部入菜食用，來一頓零廚餘的料理。	
吃在地	自煮時鼓勵優先購買在地食材；外食時鼓勵優先選擇惜食推廣種子店家、綠色餐廳。	
惜食材	<ul style="list-style-type: none">● 鼓勵每天至少 1 餐，把點的食物全部吃完。● 鼓勵善用食材不浪費（如：骨頭熬湯、果皮堆肥）。	
愛地球	<ul style="list-style-type: none">● 鼓勵一週一蔬食日，並且做好廚餘分類。● 鼓勵自備環保杯、餐具、購物袋。	
愛分享	鼓勵可將吃不完的食材／食物，趁新鮮與親友分享或捐贈給食物銀行／剩食再利用組織。	
愛推廣	鼓勵可適時與親友分享惜食理念。	

六、甄選規格：

(一) 惜食料理食譜組：

(1) 嘉義縣初賽：

1. 依據甄選辦法規定符合惜食概念之主題，由承辦單位先進行初審，其審查內容含報名資料、食譜表、作品授權書或法定代理人同意書等資料完整性，至多取 20 名，通過初審後則可進入地方初賽現場烹調。
2. 以現場烹調方式進行，由評審小組進行現場評分，並於活動現場公布獲獎名單。
3. 烹調份量：共需烹調 3 人份主餐料理，並均分為 2 份擺盤（第 1 份為採訪及拍照用；第 2 份為評審小組審查用）。其中料理擺盤所陳內容，不得出現不可食用之裝飾物品。
4. 烹調時間：料理及擺盤時間為 60 分鐘，參賽選手完成料理擺盤後，將由工作人員協助統一移至展示／評審試吃區域。料理及擺盤時間到，參賽者應立即停止，如未停止，將由主辦單位予以註記納入委員評審考量。
5. 指定食材：參賽者須挑選至少 2 種指定食材現場烹煮及全部入菜（高麗菜、花椰菜、長豇（菜）豆、胡瓜、胡蘿蔔、茄子、甜椒、結球白菜、碗豆、箭竹筍等 10 種當季食材為「指定食材」。
6. 每位參賽者選購食材予以補助金額為新臺幣 1,000 元整。
7. 器具／物品：當天提供之器具／物品及基本調味料如附件 3 及附件 4，其他所需物品請參賽者自行攜帶入場，另當日使用之盛裝器皿及刀具，由參賽者自行準備。
8. 為倡議「吃多少，煮多少」掌握適量食材之惜食理念，競賽前主辦單位將針對各組使用之食材進行秤重，料理完亦將針對剩餘食材進行秤重，計算出食材使用率後作為額外加分項（已入菜之食材不納入剩餘食材秤重），惟如現場烹調份量剩餘過多，將由主辦單位予以註記納入委員評審考量。
9. 服裝規範：參賽者請穿著廚師服或著圍裙、網帽及防滑鞋為宜，並請佩戴口罩；另相關手錶、戒指及手環等配件進入會場時請勿配戴。

(2) 全國總決賽：

1. 以現場烹調方式進行，由評審小組進行現場評分，並於頒獎典禮現場公布獲獎名單。
2. 烹調份量：共需烹調 5 人份主餐料理，並均分為 2 份擺盤（1 份為採訪及拍照用，另 1 份為評審小組審查用）。其中料理擺盤所陳內容，不得出現不可食用之裝飾物品。
3. 烹調時間：料理及擺盤時間為 120 分鐘，參賽選手完成料理擺盤後，將由工作人員協助統一移至展示/評審試吃區域。料理及擺盤時間到，參賽者應立即停止，如未停止，將由主辦單位予以註記納入委員評審考量。
4. 指定食材：現場由主辦單位準備甘藍、花椰菜、長豇（菜）豆、胡瓜、胡蘿蔔、茄子、甜椒、結球白菜、碗豆、箭竹筍等 10 種當季食材作為決賽之「指定食材」，每組參賽者須挑選至少 2 種指定食材現場烹煮及全部入菜（指定食材主辦單位將優先採購格外品，並於決賽當日移除無法食用部分，如：蔬果之蒂頭）。
5. 食材及器具／物品：為利活動公平、公正進行，決賽所需相關物品全數由主辦單位提供，包含基本之國內在地／當季食材（主辦單位將優先採購格外品）、調味料及當天所需使用之相關器具／物品（詳參附件四），並請參賽者於決賽食譜表註明決賽當日所需之料理食材（如肉品、配菜等非上述指定食材）以利主辦單位彙整準備，決賽當日除參賽者本人慣用之基本刀具或小工具外，相關電器、用具（如電鍋、果汁機、烤箱及蒸籠等），以及相關擺盤器皿等設備，統一由主辦單位提供準備，亦不開放參賽者自行攜帶入場。
6. 為倡議「吃多少，煮多少」掌握適量食材之惜食理念，競賽前主辦單位將針對各組使用之食材進行秤重，料理完亦將針對剩餘食材進行秤重，計算出食材使用率後作為額外加分項（已入菜之食材不納入剩餘食材秤重），惟如現場烹調份量剩餘過多，將由主辦單位予以註記納入委員評審考量。
7. 服裝規範：參賽者請穿著廚師服或著圍裙、網帽及防滑鞋為宜，並請佩戴口罩；另相關手錶、戒指及手環等配件進入會場時請勿配戴。

(二) 惜食教案組：

(1) 嘉義縣初賽：

1. 規劃至少 4 節（可分堂、分天）的教案，教學目標、教學對象設定需與教案內容契合，由承辦單位先進行初審，其審查內容含報名資料、教學表、作品授權書或法定代理人同意書等資料完整性，至多取 18 名，通過初審後則可進入地方初賽。
2. 請參賽者依據前揭書面報名文件製作成簡報，初賽當天邀請參賽者進行 10 分鐘精華簡報(含答詢)。經評審委員進行評分，於活動現場公布獲獎名單。
3. 第 1 名參賽組別後續需拍攝剪輯 3 分鐘教學概念影片，影片方式須確實呈現出選題案內容，包含成員自我介紹、惜食金句、教學精華片段剪輯、學生回饋。

(2) 全國總決賽：

1. 參賽者須將設計之教案進行試教，並剪輯為教學影音，依限上傳繳交予主辦單位，決賽當天將採播放參賽者試教概念影片，請參賽者於現場說明理念的方式進行，經評審委員進行評分，於頒獎典禮現場公布獲獎名單。
2. 收件時間：於 112 年 8 月 31 日（星期四）中午 12 時 0 分前完成上傳（以檔案上傳時間為準，逾期不予受理）。
3. 影片內容：影片須確實呈現出教案內容及試教情形，建議包含參賽成員自我介紹、惜食金句、教學精華片段剪輯、學生回饋等。
4. 影片規格(若影片時間或格式不符合規格者，評審小組委員將酌予扣分):
 - A. 建議上傳 3 分鐘內概念影片。
 - B. 解析度至少 1920*1080(1080p)以上並以橫式拍攝，以可支援上傳至 YouTube 的檔案格式（含 MOV、MPEG-1、MPEG-2、MPEG4、MP4、MPG、AVI、WMV、MPEGPS、FLV、3GPP、WebM、DNxHR、ProRes、CineForm 及 HEVC (h265)）為主。

七、 評分標準：

(一) 惜食料理食譜組：

1. 規劃至少 1 道惜食且美味的食譜（若採全食料理可一併提出多道料理的食譜），依本公告甄選活動之評分標準進行，經評審委員進行評分；初審合格後在採「現場烹飪」進行，不得攜帶半成品進場（半成品超過 30% 扣分），每組應製作 1 道菜餚，各參賽者需於 60 分鐘內完成，並於時間內完成擺飾、恢復乾淨之競賽環境。
2. 惜食料理食譜組評分標準：分為書面審查及現場烹飪審查兩部分，書面審查及現場烹飪各佔 50 分。
3. 另有線上人氣票選：於 FB 或 IG 擇一公開發文累積讚數，並於貼文中標註嘉義縣環保局粉絲專頁（輸入「嘉減碳」），以及標記以下兩個專屬 # Hashtag：

#惜食料理

#112 年首惜廚師料理食譜甄選初賽

發文完成後，隨初賽食譜表回傳該貼文之連結，貼文內容須包含：

- (1) 作品名稱、惜食理念（100 字以內即可）
- (2) 使用食材名稱
- (3) 成品照：3 張（料理與使用材料之合照／俯面(上至下)／側面)

※讚數限單一平台(FB 或 IG)、單一帳號、單一貼文累積，不得多平台、多帳號、多貼文加總，確保帳號、貼文皆為公開狀態，若因任何原因導致讚數無法被主辦單位統計者，票數視為零。統計時間為初賽當天 12:00 截止。

表 6、惜食料理食譜組評分標準

評分項目	占分比率	評分標準	備註
在地/當季食材	20%	在地、當季食材運用程度。	食譜審查評分標準
食材利用度	25%	運用適當的烹調技術充份使用食材。	
創意度	20%	菜餚設計(含格外品)、材料搭配創意性。	
應用性	35%	<ul style="list-style-type: none"> ● 食譜理念、內容及說明步驟等完整程度，照片呈現清晰。 ● 食譜實際運用的延展性、複雜性。 	
材料準備及衛生	15%	料理人基本素養，包含工作區域與食材處理之清潔食物的切割浪費程度。	現場烹飪審查評分標準
食材利用度	30%	運用適當的烹調技術充分使用食材。	
創意及創新	20%	菜餚設計、材料搭配創新性。	
菜餚美味程度	20%	比賽成品在食用後呈現最佳風味及平衡。	
設計擺飾與說菜	15%	作品的設計構思、惜食理念及呈現型態，並考驗廚師理念傳達的口語能力。	
★加分項	-	食材使用前、後秤重計算食材使用率，由最終食材使用率最高之 1-4 名，分別於本項目給予加分（第 1-4 名分別加 2、1.5、1、0.5 分），如食材使用率（計算至小數點後 2 位）相同，加分以 4 名為原則。	

(二) 惜食教案組：

參賽者須設計 4 節以上（可分堂、分天）之教案進行試教，並剪輯為教學影音，依本公告甄選活動之評分標準進行，經評審委員進行評分，再公布成績。各組別評分標準說明如下：

表 7、惜食教案組評分標準

評分項目	占分比率	評分標準
教學對象描述	10%	分析教學對象特性。
主題性	30%	根據對象的學習需求設計不同主題，惟主題內容須呼應十大惜食行動設計。
教學結構	20%	包含引起動機、開發活動、綜合活動三大部分，考驗教學的氣氛引導、互動性與流暢度。
創意與創新	15%	教學內容、方式、教材之創意程度。
教學評估	15%	學習成效評估，如學習單、前後測、實作等，需呼應學習目標與主題。
完整性	10%	<ul style="list-style-type: none">● 教案內容是否前後呼應及具連貫性。● 進入決賽者尚須包含影片拍攝的完整度與品質。

八、獎勵辦法：如參賽作品未達評審小組之評定標準，獎項得從缺。

(一) 惜食料理食譜組：

獎項	名額	獎勵	備註
冠軍	1	7,000 元禮卷及獎狀乙紙	
亞軍	1	5,000 元禮卷及獎狀乙紙	
季軍	1	3,000 元禮卷及獎狀乙紙	
創意料理獎	1	2,000 元禮卷及獎狀乙紙	
在地特色獎	1	2,000 元禮卷及獎狀乙紙	
最佳人氣獎	1	1,000 元禮卷及獎狀乙紙	
未獲獎	14	參賽證明書乙紙	

(二) 惜食教案組：

獎項	名額	獎勵	備註
冠軍	1	7,000 元禮卷及獎狀乙紙	
亞軍	1	5,000 元禮卷及獎狀乙紙	
季軍	1	3,000 元禮卷及獎狀乙紙	
創新教育獎	5	1,000 元禮卷及獎狀乙紙	
未獲獎	10	參賽證明書乙紙	

九、甄選活動注意事項：

- (一) 參賽者報名後，即表示同意遵守本活動所有規則、注意事項及內容規範，如有違反前述任一內容主辦單位將取消其得獎資格。
- (二) 初賽當天須出示有貼照片之身分證明文件（身分證、健保卡或護照）供主辦單位驗證與初賽報名人員是否相符，除因突發或不可抗力因素外，不可臨時替換參賽者／隊伍。
- (三) 參賽者保證所有提供之個人資料均為真實且正確，如有不實或不正確之情事，將被取消得獎資格，且如有致生損害於主／委辦單位或其他任何第三人，應負一切民刑事責任。主／委辦單位對於任何不實或不正確之資料不負任何法律責任。
- (四) 參賽者須遵守主辦單位的一切安排。如有違反者，主辦單位有權取消其參賽資格及其所獲獎項。
- (五) 各初(決)賽者／隊伍至少須有 1 位參賽選手代表參加頒獎典禮，除特殊原因外，不在頒獎現場的獲獎者／隊伍將以自動放棄獎項處理。
- (六) 獲獎者同意將本活動所撰寫之食譜、教案內容等著作之著作財產權，無償授權與主辦單位及經主辦單位授權之人（單位）使用，並配合主辦單位邀請，參與後續惜食環境教育工作坊、訪談影片拍攝等相關推廣工作。
- (七) 參賽作品須為自行創作，且無發生侵害第三人著作權利之情事；如有抄襲侵權、或其他違反法令等情形發生，除取消入選資格、追回獎項外，參賽者應負一切相關法律責任。
- (八) 本活動主辦單位將全程錄影，所有相關彩排及比賽的過程，在參賽者簽署「作品授權書及肖像權授權同意書」後，將有可能被運用在主辦單位製作多媒體相關宣傳文宣，參賽者不得異議。
- (九) 參賽者同意主辦單位得對參賽者及其作品得為拍照、錄影。參賽之食譜、參賽者個人簡介與個人照／廚師照，亦同意授權主辦單位使用（包括製作平面刊物、拍攝影像、新聞稿及網站刊登等）。
- (十) 依據所得稅法規定，將開立年度扣繳憑單予本活動獎項得獎者，均須依中華民國稅法規定，由主辦單位代扣應繳稅額後給付，得獎者領獎時需檢附身分證正反面影本、護照或居留證影本（團體創作得獎者，請依報名表填寫主要創作者交付），以便日後扣繳憑單之寄送作業；如得獎者不接受開

立扣繳憑單，或未於規定期限內完成相關手續者，視同放棄得獎權利（依所得稅法規定，本國國人機會中獎之獎項價值超過新臺幣 1,000 元，所得將列入個人年度綜合所得稅申報；若獎品價值總額超過新臺幣 20,000 元，中華民國境內居住之個人須就中獎所得扣繳 10% 稅額；外籍人士不論金額，均須依中國民國稅法扣繳 20% 稅額）。獲獎作品如為共同創作者，應由共同得獎者自行決定獎勵分配。

- (十一) 所有參賽作品及相關資料恕不退件，主辦單位留存備查 1 年後得進行資料封存或銷毀。
- (十二) 依據民法規定參賽者已滿 18 歲或已取得法定代理人之同意，有權參加。
- (十三) 本活動並領取獎項。若參賽者未滿 18 歲，主辦單位有權要求參賽者提供法定代理人書面同意之相關資料。
- (十四) 主辦單位擁有對本活動規則的最終解釋權，並有權修正、更改或刪除相關規定之權利。
- (十五) 如有未盡善之處，主辦單位保留最終修訂及解釋之權利。

十、洽詢方式：

嘉義縣環保局綜合計畫科 黃郁瑩小姐 (05) 362-0800 分機 101

綠信環境科技股份有限公司 林姿伶小姐 (05) 362-3373 分機 51

Email : petc110cy@gmail.com

惜食料理食譜暨惜食教案甄選活動

惜食料理食譜組

參賽編號	(由主辦單位填寫)		
參賽作品名稱			
參賽者姓名			
身份證或護照號		出生年月日	
連絡電話			
學校/服務單位			
年級/職稱			
報名區域 (複選，必填一項)	<input type="checkbox"/> 戶籍地 <input type="checkbox"/> 居住地 <input type="checkbox"/> 任職地 <input type="checkbox"/> 目前就讀學校所在地 (需符合以上任一條件)		
報名主題 (須勾選至少一項)	<input type="checkbox"/> 全食物利用(零廚餘) <input type="checkbox"/> 即期品、格外品料理 <input type="checkbox"/> 食當季、食在地(低碳排料理)		

惜食料理食譜暨惜食教案甄選活動

惜食料理食譜組-食譜表

參賽者作品名稱			
菜單名稱 (不限道數)			
食用人數 (建議份量)			
創作理念 (人氣獎票選之貼文連結註記於此)	(200 字以內)		
10 種指定食材(請勾選至少 2 種預計入菜之指定食材)			
<input type="checkbox"/> 甘藍 (高麗菜) <input type="checkbox"/> 花椰菜 (白色及深綠色皆可) <input type="checkbox"/> 長豇 (菜) 豆 <input type="checkbox"/> 胡瓜 <input type="checkbox"/> 胡蘿蔔 <input type="checkbox"/> 茄子 <input type="checkbox"/> 甜椒 <input type="checkbox"/> 結球白菜 <input type="checkbox"/> 碗豆 <input type="checkbox"/> 箭竹筍			
食材	材料名稱	重量/單位	食材利用說明
所需材料準備 (本表不敷使用可自行增列)			
調味料	用品名稱	數量	
所需材料準備 (本表不敷使用可自行增列)			
烹飪步驟 (本表不敷使用可自行增列)	步驟	內容說明	照片
	1		
	2		
	3		
	4		

附件 1、惜食料理食譜組報名資料

惜食料理食譜組-作品授權書	
作品名稱	
授權人	(簽名／蓋章)
被授權人	嘉義縣環境保護局
備註	請以正楷文詳細填寫
<p>(一) 茲聲明本作品為授權人自行創作，內容未侵犯他人著作權，如有聲明不實，願負一切法律責任。若有抄襲或不實，本人/團隊同意得由主辦單位取消得獎資格，並收回所得之獎項及獎金，並負一切法律責任。</p> <p>(二) 授權人同意無償授權嘉義縣環境保護局及經嘉義縣環境保護局授權之人(單位)使用，得不限時間、地域與次數，以紙本、微縮、光碟或其他數位化方式重製、典藏、發行或上網，提供讀者基於個人非營利性質及教育目的之檢索、瀏覽、列印或下載，或用於廣宣素材(包含廣告、刊物、海報、傳單、報導、電子媒體等平台)，以利學術資訊交流與全民推廣。另為符合典藏及網路服務之需求，被授權單位得進行格式之變更。</p> <p>(三) 本授權為非專屬授權，授權人對授權著作仍擁有著作權。</p> <p>特此切結為憑，此致 嘉義縣環境保護局</p> <p style="text-align: right; margin-top: 20px;">立授權人簽章： _____</p> <p style="text-align: right; margin-top: 10px;">身分證字號： _____</p> <p style="text-align: right; margin-top: 10px;">連絡電話： _____</p> <p style="text-align: center; margin-top: 20px;">填表日期： 年 月 日</p>	

惜食料理食譜組 法定代理人同意書

茲同意本人未成年子女_____

(參賽學生姓名)

參加嘉義縣環境保護局(主辦單位)

舉辦之惜食料理食譜暨惜食教案甄選活動

法定代理人(未成年之參賽人家長或監護人)：

姓名(簽章)：

身分證字號：

連絡電話：

住址：

中 華 民 國 年 月 日

惜食料理食譜暨惜食教案甄選活動

惜食教案組

*若表格不敷使用可自行增列

參賽編號	(由主辦單位填寫)		
參賽作品名稱			
參賽人數			
參賽者名單	(若為團體組需填寫所有成員姓名)		
隊長姓名			
身份證或護照號		隊長出生年月日	
隊長連絡電話			
隊長連絡 Email			
隊長學校/服務單位		隊長年級/職稱	
隊員姓名			
身份證或護照號		隊員出生年月日	
隊員連絡電話			
隊員連絡 Email			
隊員學校/服務單位		隊員年級/職稱	
報名區域 (複選，必填一項)	<input type="checkbox"/> 戶籍地 <input type="checkbox"/> 居住地 <input type="checkbox"/> 任職地 <input type="checkbox"/> 目前就讀學校所在地 (需符合以上任一條件)		
報名主題 (須勾選至少一項)	<input type="checkbox"/> 主動說 <input type="checkbox"/> 可以選 <input type="checkbox"/> 可打包 <input type="checkbox"/> 吃格外 <input type="checkbox"/> 吃全食 <input type="checkbox"/> 吃在地 <input type="checkbox"/> 惜食材 <input type="checkbox"/> 愛地球 <input type="checkbox"/> 愛分享 <input type="checkbox"/> 愛推廣		

<h2 style="margin: 0;">惜食料理食譜暨惜食教案甄選活動</h2> <h3 style="margin: 0;">惜食教案組-教學表</h3>			
教學理念	(200 字以內)		
惜食金句	(20 字以內，說明金句內涵)		
教學對象	(50 字以內，描述特性與學習需求)		
教學目標	項次	內容說明	
	1		
	2		
	3		
教學流程	項次	內容說明/時數	照片
引起動機	1	(1) 活動名稱/時數 (2) 執行步驟簡述	
開發活動	2-1	同上	
	2-2	同上	
綜合活動	3	同上	
教學評估			
教學附件說明			
項次	名稱	內容簡述	
1			
2			
3			

<h2>惜食教案組-作品授權書</h2>	
作品名稱	
授權人	所屬團隊(簽名/蓋章)
被授權人	嘉義縣環境保護局
備註	1. 請以正楷文詳細填寫 2. 如2人(含)以上參賽，授權人請填作品主要代表人
<p>(一)茲聲明本作品為授權人自行創作，內容未侵犯他人著作權，如有聲明不實，願負一切法律責任。若有抄襲或不實，本人/團隊同意得由主辦單位取消得獎資格，並收回所得之獎項及獎金，並負一切法律責任。</p> <p>(二)授權人同意無償授權嘉義縣環境保護局及經嘉義縣環境保護局授權之人(單位)使用，得不限時間、地域與次數，以紙本、微縮、光碟或其他數位化方式重製、典藏、發行或上網，提供讀者基於個人非營利性質及教育目的之檢索、瀏覽、列印或下載，或用於廣宣素材(包含廣告、刊物、海報、傳單、報導、電子媒體等平台)，以利學術資訊交流與全民推廣。另為符合典藏及網路服務之需求，被授權單位得進行格式之變更。</p> <p>(三)本授權為非專屬授權，授權人對授權著作仍擁有著作權。</p> <p>特此切結為憑，此致 嘉義縣環境保護局</p> <p style="text-align: right; margin-top: 20px;">立授權人簽章：_____ (作品主要代表人)</p> <p style="text-align: right; margin-top: 10px;">身分證字號：_____</p> <p style="text-align: right; margin-top: 10px;">連絡電話：_____</p> <p style="text-align: center; margin-top: 20px;">填表日期： 年 月 日</p>	

惜食教案組
法定代理人同意書

茲同意本人未成年子女_____

(參賽者姓名)

參加嘉義縣環境保護局(主辦單位)

舉辦之惜食料理食譜暨惜食教案甄選活動

法定代理人(未成年之參賽人家長或監護人)：

姓名(簽章)：

身分證字號：

連絡電話：

住址：

中 華 民 國 年 月 日

附件 3、惜食料理食譜組初賽提供每組參賽者之用具表

項目	名稱	數量	規格
1	工作檯	1 台	附水槽、調理檯、爐檯
2	抽油煙機	1 台	—
3	瓦斯爐-中式平口爐	乙座	—
4	炒鍋	2 個	
5	炒鍋蓋	1 個	
6	湯鍋	1 個	
7	蒸鍋	1 個	
8	平底鍋	1 個	
9	砧板	2 個	
10	鍋鏟	2 把	
11	削皮刀	1 個	
12	量杯	1 個	
13	量匙	1 個	
14	大漏杓	1 把	
15	濾油網	1 支	
16	調味料容器	1 個	
17	炒杓	1 把	
18	長毛巾	12 條	
19	中式湯匙	2 支	
20	攪拌盆	2 個	
21	漏盆	1 個	
22	馬口碗	6 個	
23	配菜盤	6 個	
24	反口油桶	1 個	
25	瓷扣碗	1 個	
26	大平盤	5 個	
27	中式平盤	7 個	
28	深盤	1 個	
29	腰子盤	2 個	
30	正方毛巾(白)	3 條/人	
31	抹布	3 條/人	
31	打蛋器	1 個	
32	筷子	2 雙	
33	長筷子	1 雙	

※刀具及盛裝器皿請參賽者自行準備

附件 4、惜食料理食譜組初賽提供之調味料

1. 醬油
2. 米酒
3. 鹽
4. 白糖
5. 味精
6. 沙拉油
7. 香油
8. 白醋
9. 烏醋
10. 白胡椒
11. 太白粉

※未列於本表之調味料者，請參賽者自行準備