

健康飲食在校園 健康小食監察表

此監察表有助監察校內食物部或售賣機所提供小食的品質，以及建立健康飲食環境的進度。若在此表第二及第三部份答「是」越多，代表學校在促進健康小食方面的表現越好。

1. 請在適當的空格加上 ✓ 號：

學生可在校內以下地方購買小食： 學校食物部 售賣機 以上兩處

請在適當的空格加上 ✓ 號，如答「否」，請考慮改善現有情況的行動。

2. 健康小食的獲取	是	否	不知道	即將採取的行動 (請參考本指引 7.3 節)
a. 小食的供應是否 只限於 小息時段，以避免學童不吃午餐？				
b. 「宜多選擇」的小食是否在食物部或售賣機有售？（例如低脂肪、低鹽、低糖、高纖維的小食）				
c. 食物部或售賣機是否 沒有 出售「少選為佳」的小食？				
d. 「限量選擇」小食的每週供應日子或數量是否有限制？				
e. 小食售賣處有否貼上清晰的提示，建議消費者進食「限量選擇」的小食時，要適可而止？				
f. 「宜多選擇」的小食價格是否總體上低於「限制選擇」的小食？				
g. 所有的小食是否都是以細小包裝出售（即其份量是不足以影響學生進食下餐的胃口或代替正餐）？				

健康小食監察表（續）

3. 學校/食物部活動	是	否	不知道	即將採取的行動 (請參考本指引 7.3 及 7.5 章節)
a. 家長、學生是否一起參與建立學校的健康飲食政策？				
b. 所有有關「少選為佳」或「限量選擇」小食的促銷或推廣活動，是否在校內全面禁止？（請參考本指引 6.7 節）				
c. 有否嘉許選食「宜多選擇」小食的學生？				
d. 食物部是否清楚區分「宜多選擇」的小食與「限量選擇」的小食，以幫助學生選擇較健康的小食？				
e. 校內有否舉辦健康小食的推廣活動，如五穀週、大豆週、水果週、新鮮果汁週等？				
f. 有否將營養教育編入學校的教學大綱，教導學生如何選擇健康的食物？				