

銀髮樂活風
『美食人生 健康生活』柚香美食節
九九重陽柚子創意健康麵包比賽辦法

一、背景：

「家有一老，如有一寶」，近年吹起銀髮健康風，很多老年人都愛吃水果，但由於身體器官功能較弱，吃水果時往往要選擇對身體刺激較小的水果，才能吃得健康又安心。

柚子是最適宜老年人食用的水果之一，易消化且熱量低，常吃柚子還能預防老年常見疾病。柚子營養豐富，中醫更認為，柚肉具多重保健療效，而柚子風味飲品，亦增添銀髮生活趣味。

二、目的：

1. 推廣餐飲美學觀念、地方農特產品，提供發揮創意及學習的舞台。
2. 將餐飲文化、觀念及知識帶入家庭生活。

三、主辦單位：明新科技大學旅館管理與廚藝創意系

四、活動時間：初賽：111 年 10 月 7 日(星期五)(書面審查)

決賽：111 年 10 月 15 日(星期六)

五、活動對象：高中組 (高中職餐旅相關科系在籍學生)、

大專組 (大專院校餐旅相關科系在籍學生)

六、活動地點：明新科技大學旅館管理與廚藝創意系廚藝教室(立緒樓 1 樓)

七、活動項目：

✓ 創意健康麵包 (柚子主題、自選主題各一)

必須以台灣所產的柚子為主題，搭配在地當季任何食材，由參賽者自由發揮創意及想像力，進行創意健康麵包競賽。

八、報名截止日期：111 年 10 月 5 日(星期三)，郵戳為憑

九、競賽項目說明：

初賽：

採書面審查，參賽人員填妥報名表並附上二成品 4X6 照片各一張，照片請由側邊拍攝，務求清晰為原則。創意緣由、健康理念列為評分要項，請詳細說明。

決賽：

(一)、柚子創意健康麵包: (初賽入選與決賽之麵包、材料、主題內容必須一致)

參賽者以柚子為材料，搭配台灣地區盛產之農特產，設計出具有地方特色之創意健康麵包(柚子主題、自選主題各一)。

競賽時以靜態成品展示，(柚子主題、自選主題各一)、作品各 3 個總計 6 個麵包，產品重 250±10 克，2 顆為正式競賽供評鑑、拍攝食譜及參賽人員觀摩用，另 1 顆供評審人員試嚐用。(試嚐份量以可以分辨出味道及口感即可)

(二)、比賽規則

1. 參賽者須於賽前烘製柚子主題及自選主題麵包各 3 個總計 6 個，於比賽當日帶至比賽場地。
2. 場地提供 90CM*45CM 桌面，參賽者須在 60 分鐘內完成擺放展台
3. 參賽者須自備適合的盤子或是展示裝飾盤以盛放麵包(沒有學校標示)
4. 參賽者需準備一式 3 分食譜(Recipe)予評判參考
5. 參賽者須在作品旁口頭說明創作理念、製作方法及健康訴求，並回答評審提問。
6. 各參賽者自創麵包配方應為原始創作，創作權屬參賽者及主辦單位所有，主辦單位有權使用參賽者之創作品為教學用途。
7. 若有未盡或變更事宜，將公告於明新科大旅館事業管理系網站。

(三)、評分標準：

初賽：

1.材料使用及推廣性	2.健康原則	3.創意性	4.色香味及展示桌觀感
25%	20%	30%	25%

決賽：

1.材料使用及推廣性	2.健康原則	3.創意性	4.色香味及展示桌觀感	5.服裝、衛生、清潔
20%	20%	25%	25%	10%

十、參賽資格：高中職及大專院校餐旅相關科系在籍學生

十一、比賽服裝：請參賽人員著烘焙丙級證照服裝(為原則)

十二、組隊方式：每組以 1 人為限

十三、獎勵：

冠 軍	亞 軍	季 軍	佳作 3 名
獎狀 1 只 獎金 2500 元	獎狀 1 只 獎金 1500 元	獎狀 1 只 獎金 1000 元	獎狀 1 只 獎金 500 元

十四、報名辦法

1. 至明新科技大學旅館管理與廚藝創意系網站下載報名表(報名表見簡章附件)。
2. 或使用附件報表，填寫後傳真至明新科技大學旅館管理與廚藝創意系，照片請浮貼後郵寄：明新科技大學 旅館管理與廚藝創意系
地址：304 新竹縣新豐鄉新興路一號
傳真：03-5578647
3. 報名截止日：111 年 10 月 5 日前(郵戳為憑)，缺件不予受理。
請詳實填寫報名資料表，並將報名應繳資料一併郵寄至明新科技大學。
應繳資料：報名表、作品照片(4X6)。
4. 已入圍決賽者不得更換參賽人員及菜譜。
5. 完成報名手續後，3 個工作天內將會收到 E_MAIL 回覆或電話確認報名完成。
亦可來電查詢是否已完成報名。請務必留下正確聯絡方式。
6. 初審入圍選將於 111 年 10 月 11 日(星期二)以電話通知，書面後寄。
備註：參加決賽組可申請 500 元食材補助費用，發票需抬頭與統一編號：明新學校財團法人明新科技大學、46802708，無抬頭與統一編號則不受理。

旅館管理與廚藝創意系

明新科技大學

304 新竹縣新豐鄉新興路一號

03-5593142 #3754 梁小姐 #3780 廖先生

照片一

品名	
材料	
創作緣由 健康理念	
製作方法	
實體照片 4x6	

照片二

品名	
材料	
創作緣由 健康理念	
製作方法	
實體照片 4x6	