

114健康早餐GO

學力營養雙加分

校園健康飲食抽獎活動



活動對象

本市國中以上
各級學校(國中、
高中職、大專院校)
在學學生

活動期程

114年8月19日起
至
114年10月10日止



活動說明

- 1 活動期間拍下自己搭配的早餐照片及說明，上傳合資格者即可獲得1次抽獎機會
- 2 上傳餐點照片與文字說明須符合
(1)國民健康署我的餐盤6口訣、(2)減糖、(3)減鹽、
(4)多全穀雜糧至少2項健康飲食原則，可參考衛生
福利部國民健康署「我的餐盤」
網址：<https://www.hpa.gov.tw/Pages/List.aspx?nodeid=4686>
- 3 可多次(不同餐點照片)上傳，惟每人累計最多5次抽獎機會，且每人限
得獎1次(不含早鳥獎)
- 4 活動期間將由營養師篩選投件照片，於10月10日活動結束後進行抽獎
- 5 抽獎時間：將於114年10月31日前抽出，並公告至本局官網最新消息



活動上傳



「我的餐盤」



活動獎勵

- 1 早鳥健康獎：114年8月19日徵稿至8月31日止，進行第一梯次抽獎，可獲
得200元禮券，名額30名(每人限領1份)。
- 2 健康生活獎：徵稿至10月10日止，所有資格符合者進行抽獎，可獲得200
元禮券，名額50名(可與早鳥獎重複得獎)。
- 3 健康早餐代言獎：同一參賽者四種類別皆投稿且經營養師評比合格者進行
抽獎，可獲得800元禮券20名，及「最佳健康早餐代言人」獎狀一份。