

北成國小 營養師
陳雅音
2026.08.12

學校午餐標準作業流程

學校午餐標準作業流程



學校午餐供應會

午餐需求評估與採購招標

菜單開立與審查

監廚及查核作業

廚房人員衛生管理

校園食材登錄平臺
3.0

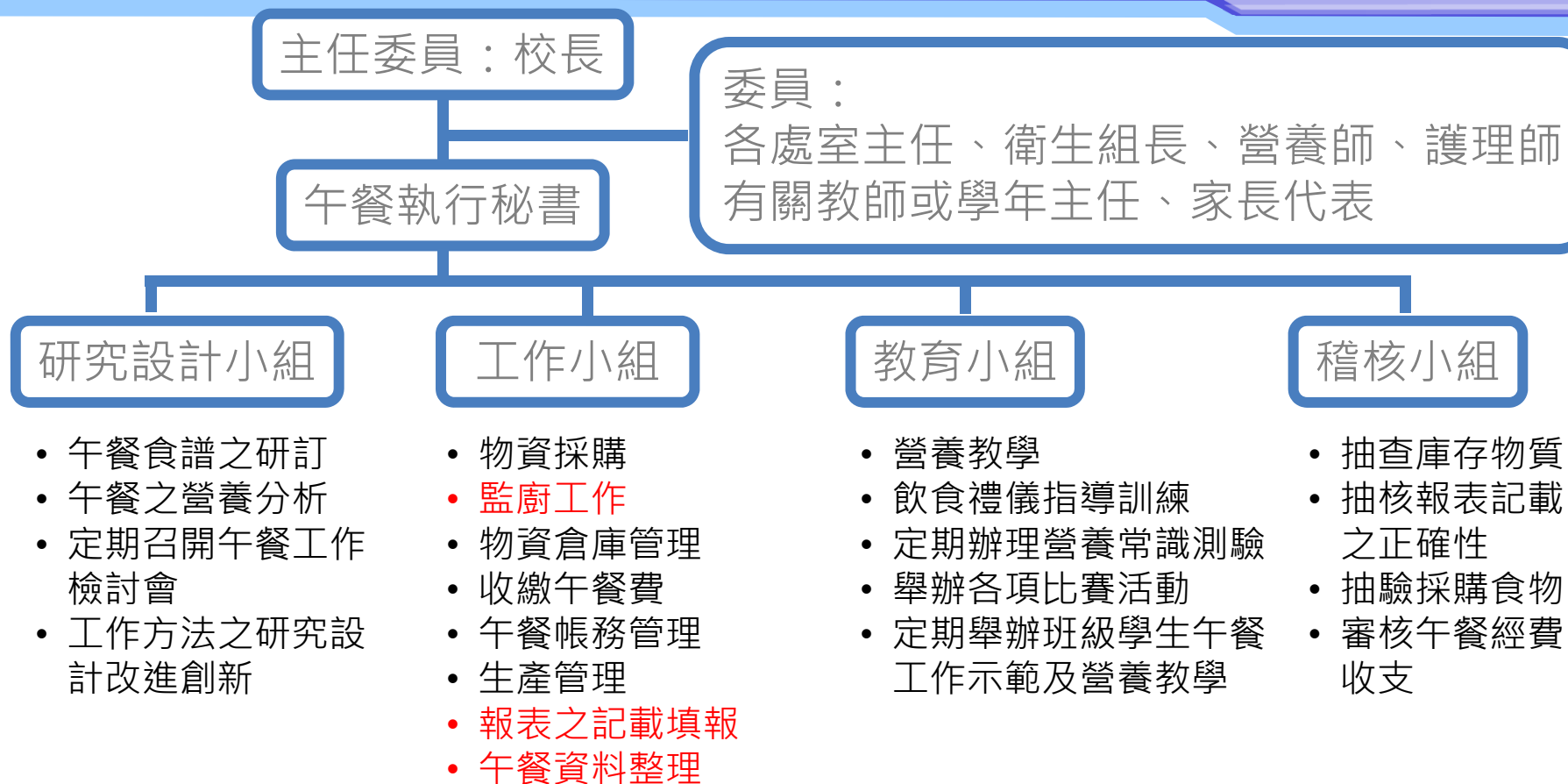
學生用餐管理

廚房設施設備衛生管理

滿意度調查及分析



1. 學校午餐供應委員會



本會置委員七人至十九人，**現任家長應占四分之一以上**…由校長指定當然委員擔任：

(一) 當然委員：學務（訓導）主任、總務主任及主（會）計主任。

(二) 一般委員：家長代表、教師代表、**學生代表**、營養師或學校其他相關人員。

本會每學期至少召開會議二次，必要時得召開臨時會議。

2. 午餐需求評估與採購招標



學期初

- 填報學校午餐辦理情形&補助經費調查表
- 全校教職員暨學生全部參加為原則

學年結束

- 召開會議
- 下學年午餐供應型式
收費標準、
繳費方式、
供應內容和供應、
午餐招標方式。

參考&依據

- 政府採購法
- 宜蘭縣國民中小學學校午餐委外辦理採購招標文件

9月開學前

- 簽訂契約
- 報府備查
- 食材供應商名冊

蔬食

過敏原

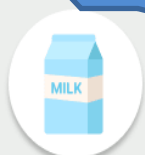


過敏反應



食物類常見過敏原

非過敏原
乳糖不耐症



牛奶



雞蛋



蜂蜜



小麥



海鮮類

螃蟹、蝦子、牡蠣、花枝、小卷



水果類

芒果、鳳梨、草莓、櫻桃、柑橘、奇異果



蔬菜類

四季豆、蘆筍、青椒、竹筍、芋頭



堅果類

杏仁、花生、芝麻、大豆

過敏症狀一次看

皮膚

皮膚搔癢、刺痛、灼熱感、紅疹、蕁麻疹

眼睛

結膜紅腫、乾癢、灼熱感、異物感、眼皮水腫

呼吸道

鼻塞、打噴嚏、流鼻涕、鼻子搔癢、哮喘、咳嗽、呼吸急促、胸悶

腸胃道

嘔吐、腹瀉、腹痛、體重減輕

全身性過敏

可能引起休克反應，讓患者陷入昏迷

過敏原檢測：健保給付的36項急性過敏原檢測(IgE)或自費約數千元至萬元不等



越 L'EXCELLENCE
醫療 美學 健康管理



越 L'EXCELLENCE
醫療 美學 健康管理

午餐行政業務



日

- 驗收(食登)
- 用餐人數
- 廚房/送餐管理
- 午餐留樣

月

- 審查菜單
- 餐費管理
- 定期訪視
(自設廚房/中央廚房)
- 章Q補助

學期

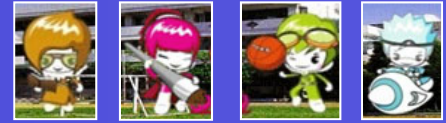
- 午餐滿意度
- 午餐會議
- 貧困生補助
- 有機米(蔬菜)
- 廚房設備

臨時

- 午餐異常
- 貧困生管理
- 其他交辦事項

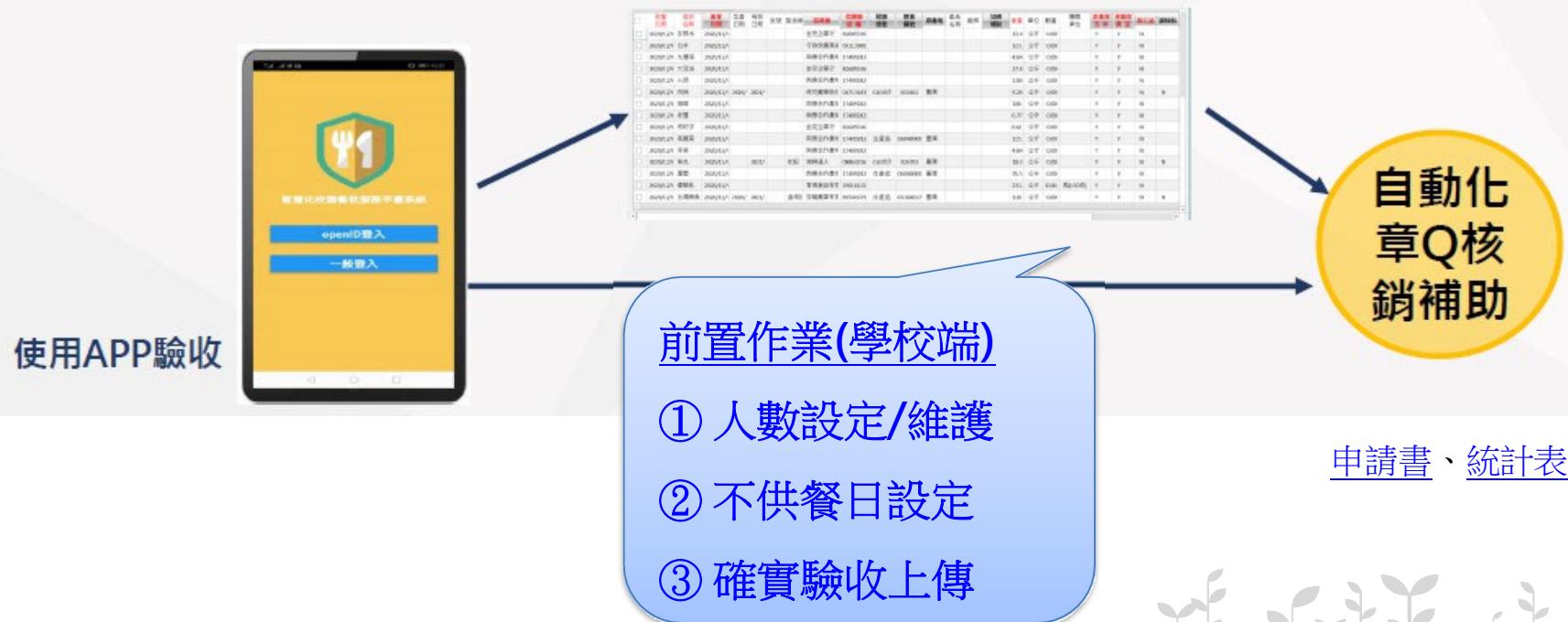


自動化章Q核銷補助



■ E化APP驗收

整合食材資訊，輕鬆完成驗收，節省以往驗收時繁複的剪貼黏與抄寫工作，介接農委會農業共通4.0，即時驗證章Q，同步檢查確認資料，完成驗收資料，系統同步更新章Q核算。



寒暑假貧困學生午餐補助



宜蘭縣國民中小學貧困學生午餐補助經費作業要點

對象

低收入戶

到校活動
中低收入戶
家庭突發
導師認定

天數

寒暑假期間

不含國定假日
及例假日

金額

核實補助

每餐100元



宜蘭寶飽

宜蘭縣政府教育網路中心

3. 菜單開立與審查



依據：教育部《學校午餐食物內容及營養基準》(109.12.28)



國小4~6年級

學校午餐每日食物內容目標值

注意事項
(請看下一頁)



全穀雜糧類
4.5~5.5份/餐



乳品類
3份/週



蔬菜類
2份/餐



水果類
1份/餐



豆魚蛋肉類
2份/餐



**油脂與
堅果種子類**
2.5份/餐

營養基準

熱量 720~830大卡

蛋白質 31克

脂肪 26克

鈣 330毫克

鈉 800毫克

110年第二次營養師考前叮嚀 | 學校午餐食物內容及營養基準

志聖營養師 www.easywin.com.tw





**全穀
雜糧類**

未精製 1/3 以上
糙米/全大麥片/全燕麥片/糙薏仁/紅豆
綠豆/芋頭/地瓜/玉米/馬鈴薯/南瓜/山藥等

全穀雜糧類替代品，不得超過 2 份/週
甜不辣/米血糕等



**豆魚
蛋肉類**

豆製品 2 份/週以上
包括毛豆、黃豆、黑豆或其製品
(如豆腐、豆干、干絲、豆皮)

魚類及各式海鮮供應至少 1 份/週

魚、肉類半成品不得超過 1 份/週
各式丸類/蝦捲/香腸/火腿/熱狗/重組雞塊等



蔬菜類

國小1-3年級 深色蔬菜必須超過 0.5份

國小4~6年級 深色蔬菜必須超過 2/3 份

110年第二次營養師考前叮嚀 | 學校午餐食物內容及營養基準

志聖營養師 www.easywin.com.tw



每月菜單審核機制



 學校午餐菜單審核流程主要包含菜單設計、營養分析、食材選用、烹調方式、衛生安全等面向。審核過程通常由學校午餐供應委員會，或是由專責營養師進行，確保菜單符合營養均衡、衛生安全，且符合學生需求(尤其是過敏原)

1

團膳公版菜單



2

初審-校園營養師



3

複審-學校午餐供應委員會

菜單公佈

4. 監廚及查核作業



自設廚房

每日驗收 (食登3.0)

學校午餐廚房衛生管理檢查表 (每週1次) 保存3年

學校午餐每日自主衛生安全紀錄表(每日)

紀錄者：廚工。督導：午餐秘書

央廚。他校

每日驗收 (食登3.0)

外訂餐盒衛生驗收自主管理檢核表 (每日)

學校午餐廚房衛生管理檢查表

央廚：校群內每週2所學校
他校供應：每2週1次

驗收表單核章完整
保存至少5年



學校午餐表單一覽表



學校午餐表單一覽表

(教育處網頁 <https://www.ilc.edu.tw/>: 教育處/各單位/體育保健科/營養午餐/文件下載)

供餐及被供餐學校相關表單說明：

供餐類型	表單	使用頻率/對象	備註
1. 供餐學校(設有廚房學校)	附件1-1. 每日食材驗收檢核表_自設廚房學校_112.08	每日/學校	目前幾乎為團膳廠商紙本驗收單取代此表單、食登驗收平臺登錄驗收資料
	附件2-學校午餐留樣登記表_112.05	每日/學校(自辦)或團膳(委辦)	團膳(委辦)-學校仍需定期檢查是否確實登載
	附件3. 冷凍冷藏庫溫度管制紀錄表	每日/學校(自辦)或團膳(委辦)	團膳(委辦)-學校仍需定期檢查是否確實登載
	附件4. 乾貨庫房溫濕度紀錄表(自設廚房學校)	每日/學校(自辦)或團膳(委辦)	團膳(委辦)-學校仍需定期檢查是否確實登載
	附件6-1. 廚工每日餐飲衛生自主檢查表_自設廚房學校_112.08	每日/學校(自辦)或團膳(委辦)	團膳(委辦)-學校仍需定期檢查是否確實登載
	附件6-2. 學校午餐廚房衛生管理檢查表_自設廚房學校_112.08	每週/供餐學校	
	附件7. 廚房器具清潔衛生檢查表(自設廚房學校)	每日/學校(自辦)或團膳(委辦)	團膳(委辦)-學校仍需定期檢查是否確實登載
	附件9. 食米用量登記表	每日/學校(自辦)或團膳(委辦)	團膳(委辦)-學校仍需定期檢查是否確實登載
	附件10. 學校午餐每日自主衛生安全紀錄表_112.08	每日/學校(自辦)或團膳(委辦)	團膳(委辦)-學校仍需定期檢查是否確實登載
2. 被供餐學校	附件1-2. 學校午餐(桶餐)驗收自主管理檢核表_團膳及他校供應_112.08	每日/學校	
	附件2-學校午餐留樣登記表_112.05	每日/學校	
	附件6-3. 學校午餐廚房衛生管理檢查表_央廚及他校供應_112.08	央廚:校群內每週2所學校;他校:每週1次	
3. 學校	附件5. 學校午餐異常處理單_111.01	有異常事件時/學校->廠商務必填矯正措施,以預防異常事件再次發生	

※有學校午餐表單使用疑義,可逕洽各校之輔導區營養師詢問。

附件6-2(自設廚房學校) 宜蘭縣國民中小學學校午餐廚房衛生管理檢查表

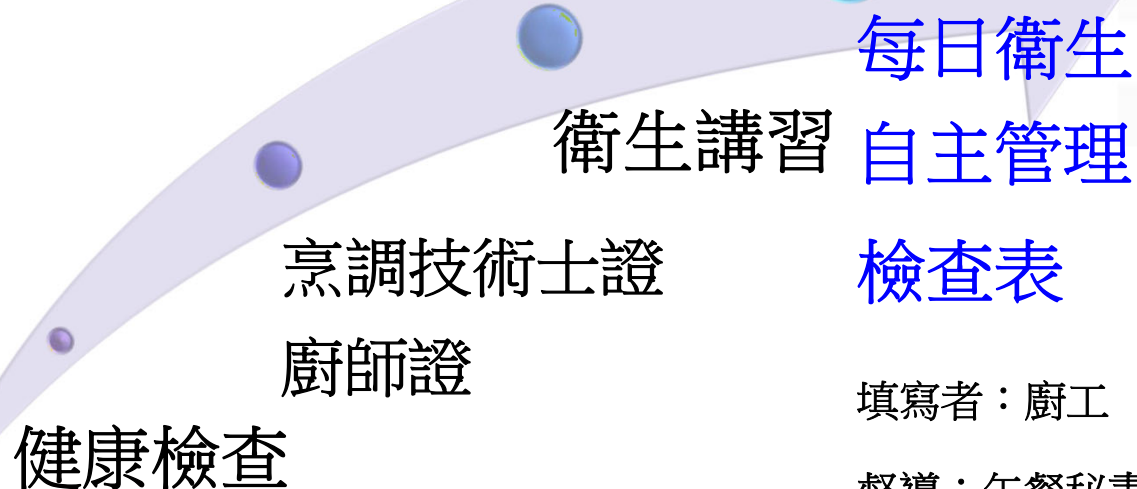
111.06月

學校名稱：北成國小		檢查日期：111年6月
A 檢核項目(A.廚庫工作人員、調理場所管理/C.設施設備衛生及滅菌防治/D.食品及餐具衛生/E.乾貯庫房)		
序號	檢查結果說明(符合√ 不符合× 不适用N,備查原因)	
1	穿著整潔工作服、帽圍(頭髮有效覆蓋)、工作鞋、戴口罩,未著留指環或裝飾物、擦指甲油等,工作中沒有污損食品行為(如:吸菸、嚼檳榔等)。	現場 表單
2	督導每日確實執行手部衛生等自主檢查(見「每日自主衛生安全紀錄表」)。	表單
3	非作業人員之出入應適當管理。若有進入調理場所時應符合作業人員之衛生要求。(※衛生要求:戴口罩、髮髻、手部清潔消毒。《有專業工作服裝或防護衣者為佳》)	現場 表單
4	食品验收、洗滌、餐具洗滌及殘餘物回收作業等區域,應與食品製備、烹調、配膳等區域有效區隔。*(明視牆面非作業區應加蓋「有效區隔」)	現場 表單
5	製備、烹調、配膳等區域之地板應保持清潔且不積水。	現場 表單
B	調理場所不放置私人物品。	現場 表單
7	清潔劑、清潔用具、非食品用化學物質應專區存放,不得與食品、調味品及餐具等混放。*(此處須另標示及清楚標示、調味品及餐具類)	現場 表單
8	廚房工作人員確實填寫「每日學校午餐衛生自主管理檢查表」、廚房環境及設施設備保持清潔(應定期清潔消毒並留存紀錄)。	表單
9	牆壁、支柱、天花板應保持清潔、無污垢、侵蝕、無灰塵、成片剝落、積塵及網垢等情形。	現場 表單
10	照明設備完好(工作檯面或調理檯面需達到200LUX以上),使用的燈管、照明設備應有煙草且保持清潔。*(本條已比照前次評量計畫查核免評,則應照本檢查表註記欄加蓋合格,除附帶證據照片更詳實。)	現場 表單
11	排水系統暢通無異味及有害蟲跡侵入設施,出口柵欄可正常運作。除附帶證據保持清潔即可正常運作外無異常情形。	現場 表單
12	廚房出入口設置有防止病媒侵入之紗窗、紗門、空氣簾或正壓系統等設施且正常運作。	現場 表單
13	廢棄物要依性質(垃圾、廚餘、廢油)分類收集,集存桶要加蓋,集存周圍環境要保持清潔。*(避免產生不良氣味引起來源病變)	現場 表單
14	應留樣保存1份完整午餐樣本(菜、素食各1份)且總重量至少200公克以上,並完整包覆、標示留樣日期、餐別,置於7℃以下冷藏保存滿48小時(應置於廚房冰箱或專用冷藏冰箱),紀錄表最底應有簽署時間(滿48小時當日中午後再丟棄)。 冷冰(-18℃以下)冷藏庫(7℃以下)之食品存放處應保持清潔及每日檢查溫度並紀錄。冰箱儲存容量不宜塞滿(存放約70%容量)。	現場 證書 /表單
16	生、熟食加工、用具、刀具、砧板、容器及冰冷冷藏庫(熱食在上,生食在下且食品應完全包裝包裝加蓋)等嚴禁交互污染,依生、熟完全區隔,其中刀具及砧板需用顯標指示顏色,以利區分、防止交叉污染。	現場 表單
17	D 接觸食品之檯面、器具、餐具要清潔無缺口或裂縫,銳利器皿不得盛裝熱食。 食材及包材、餐點及補(金)餐應直接置於離地、上方必須有遮蔽及離牆5公分,且避光陰太陽直射照入。配膳區內各組級餐櫃(盒)放置處之正上方天花板不得有蛛絲現象(水珠凝結)及督導成品盛裝前應確實煮熟並記錄中心溫度(見「每日自主衛生安全紀錄表」)。	現場 現場 表單
20	裝載餐點之餐車無油膩、異味。	現場 表單
21	餐具洗滌應使用食品級洗滌劑清洗,餐具應置於清潔的餐具存放櫃(架)。	現場 表單
22	每週應抽檢餐具之清潔度(澱粉殘留/脂肪殘留檢測),並紀錄之,不合格者應改善及追蹤管理。	表單
23	庫房內保持清潔整齊、無雜物。物料(品)分類標示清楚地、排列整齊,離地、離牆5公分。*(物料(品)須妥善置放清楚,以防止下洩漏污水洩倒物料(品))	現場 表單
24	E 設置防鼠、防風、防潮(設置塑膠布或不銹鋼材質棧板離地)措施良好並保持清潔。設置濕度計控置乾燥。*(建議室內溫度≥25℃或物料存放室潮濕,溫度降低至70%以下)	現場 證書 /表單
25	食用米、調味料、食品物料之使用應依「先進先出」原則,並在保存期限內使用,如未一次用完,應標示入库日期並妥善包裝儲藏;每日食米進退、使用及庫存數量紀錄表,以及每週代貨進退數量及庫存數量確實紀錄。	現場 證書 /表單
備註	1.本表由自設廚房(含公辦民營或公辦民营)學校填寫,檢核率為:每類1次。 2.本表係依據本校衛生(依GHP規定應保存5年),可根據學校教學單位(教育)或權責人員(衛生)之參考。 3.本表檢核項目及以提撥學校食品衛生、預防疾病發生之目的。填報責任人為衛生人員。 4.所有有關紀錄表應依GHP規定保存5年。*(若有「不符合」項目請在本欄明列改善措施或以異常處理單紀錄。)	

檢査人:	單位主任:	校長:
蔡榮師陳雅音		校長賴尚義

宜珍團膳 TEL: 9281100.9287272.9287373

5. 廚房人員衛生管理



填寫者：廚工

督導：午餐秘書(校長核章)

開學前二週內或新進用前(每年1次定期健康檢查)



廚房人員工作服裝示意圖



資料來源:食藥署餐飲衛生安全面面觀
圖片來源:新竹市建功國小

學校午餐製備流程管理



- 驗收紀錄及標準
- 不合格品處理
- 可追溯來源資料

採購及驗收



倉儲管理

- 先進先出
- 離牆離地
- 溫溼度管制



前處理

- 海鮮、肉品、蔬果分開清洗，防止交叉污染

烹調料理

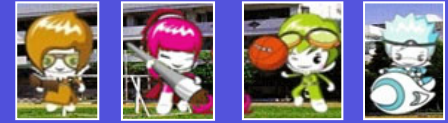
- 作業場所保持清潔，不得有病媒出沒。
- 人員管理：工作中應穿戴工作衣帽及手套，並每年執行供膳人員體檢。
- 防止交叉污染：砧板刀具應分生熟食、待烹煮食材應離地放置。



- 菜餚應維持適當溫度且覆蓋。
- 運輸菜餚時，車輛應保持清潔並做好溫度管控。

配膳供餐

廚房相關表單管理



每週記錄進貨及庫存

調味料

庫房

溫濕度紀錄表

溫度 28°C 以下，溼度40~60%

(午秘)食米申購、食米用量登記表、
糧食出倉單

食米

有機米

(午秘)有機米用量登記表、簽收單掃描、推廣計畫成果報告(含回饋金加菜品項明細表)

冷藏

冷凍

溫度紀錄表

冷藏 7°C 以下，冷凍 -18°C 以下

午餐留樣紀錄表

冷藏溫度 $0\sim 7^{\circ}\text{C}$ 保留48小時
總重300公克以上

留樣

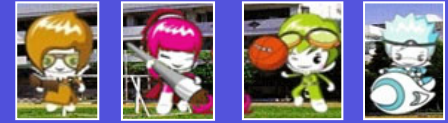
送餐
車輛

中央廚房運輸車
清潔紀錄表

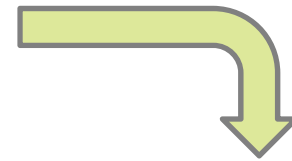
填寫者：廚工

督導：午餐秘書

6. 教育部校園食材登錄平臺3.0



廠商或公辦公營學校
智慧化菜單匯入



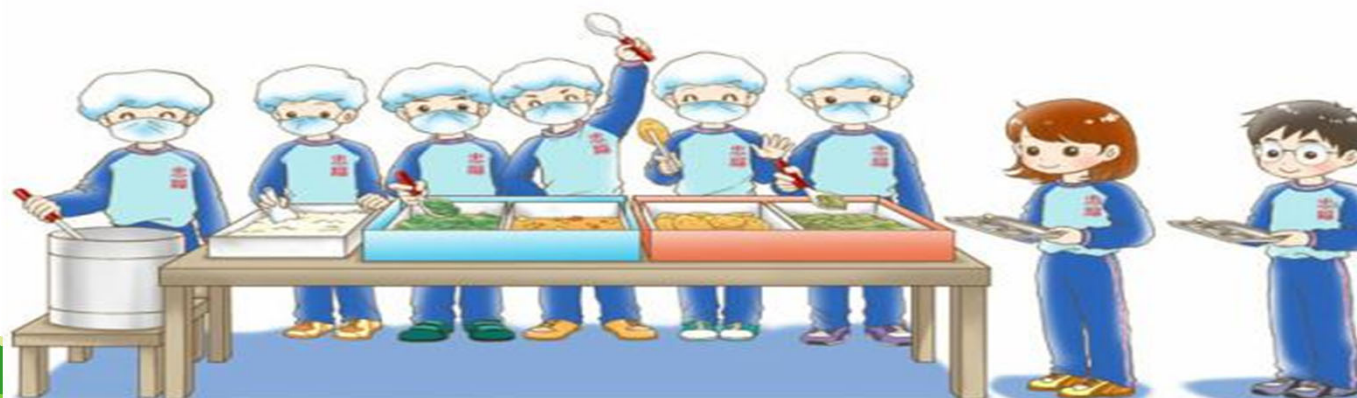
網頁或手機APP



學校驗收、成品拍照



7. 學生用餐管理



學校午餐打菜建議量

北成國小營養師編製

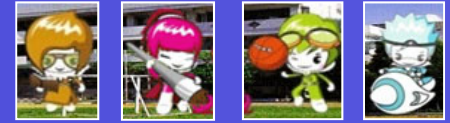
一～三年級

範例	主食	主菜		副菜	青菜	湯
	平平1碗 	滿滿1瓢 	1隻或1塊 或 	滿滿1瓢 	滿滿1瓢 	半碗公 
	3.5份全穀根莖類	1.5～2份豆魚肉蛋類		0.5份豆魚肉蛋類 0.5份蔬菜類	1份蔬菜類	鹹湯或甜湯

四～六年級

範例	主食	主菜		副菜	青菜	湯
	尖尖1碗 	滿滿1瓢 	1隻或1塊 或 	滿滿1瓢 	1瓢半 	半碗公 
	4.5份全穀根莖類	1.5～2份豆魚肉蛋類		0.5份豆魚肉蛋類 0.5份蔬菜類	1.5份蔬菜類	鹹湯或甜湯

疑似食品中毒危機處理



食力 foodNEXT

北市中山國小附幼食物中毒責任，誰來擔？ 無助家長花了3個月追真相

03/24

北市中山國小附設幼稚園因2名校廚請假，改由點心廠商「麥香雅企業有限公司」採購早餐、午餐、午點，當天下午開始陸續有學童上吐下瀉。

03/25

03/28

身體不適的師生人數急升，部分到馬偕醫院急診的學童經確診為沙門氏菌感染，馬偕3度通報台北市衛生局。但到地方診所就診或自行休息的學童，因未做進一步檢驗、多被診斷為諾羅病毒和一般腸胃炎。

03/25

中山國小僅進行校園安全事件通報、傳染病通報，**未做食品中毒通報**。且在衛生局查驗前，因學童嘔吐及新冠肺炎防疫考量，先行消毒環境。

03/25

03/26

北市衛生局到校檢驗，因校方的3/24食餘檢體不足、廠商亦未留樣，衛生局僅能檢驗3/25餐食檢體，隨後的檢驗結果為陰性。

04/01

起

家長認為學校處理態度消極，調查進度緩慢，遂開始找民代投訴。

04/06

起

議員陳怡君協助向馬偕、教育局、衛生局等調資料後，受害規模與過程逐漸釐清，至少有80位師生身體不適。

04/08

北市衛生局回覆議員「**尚難認定此為食物中毒事件**」。

04/11

中山國小校長陳冠英通過連任校長審議、確認連任。

04/15

北市教育局發出新聞稿，明確表示「**排除為食物中毒事件**」。

04/29

05/05

中山國小召開事件說明會，但會中並未釐清事件緣由，家長不滿校方和廠商並未道歉，也未提出有建設性的改善措施與賠償方案。

05/19

因4/22又有學童腸胃不適，中山國小附幼暫停原廠商供餐、改為小學部廠商供餐。

06/11

北市衛生局召開專家會議，從流行病學角度、最終判定為**食物中毒事件**，爾後依食安法裁罰廠商**6萬元**。

06/15

市長柯文哲在議員質詢時回應**不知道此案**，家長質疑教育局和衛生局未上報、擔心事件重演。

06/16

中山國小發給家長「協議授權書」，家長不滿校方在未經協調、賠償條件不明情況下，就要家長跟廠商和解。

06/19

家長因為事件一直未被妥善處理，po文在臉書「爆料公社」，引發後續媒體報導。

06/19

中山國小召開理賠說明會，但家長與廠商對於理賠條件沒有共識、尚待持續協調。

資料來源：《食力》採訪整理。



早餐：海苔壽司、光泉鮮豆漿

午餐：必勝客PIZZA、比菲多

午點：千層蛋糕、光泉鮮乳



《食力》指出4大幼兒園不被重視的食安黑洞：

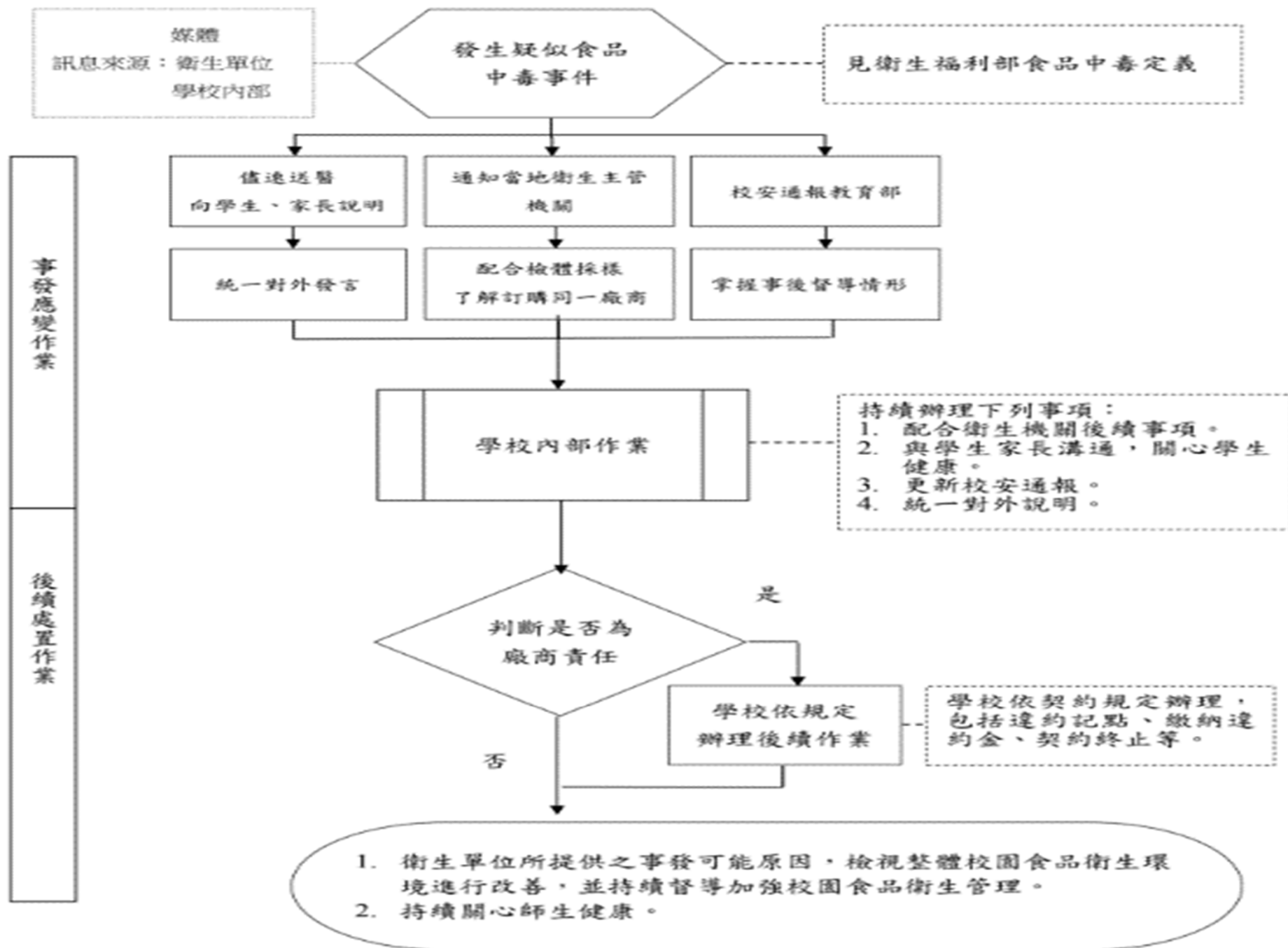
缺失1：幼兒園點心招標管理有漏洞！得標廠商竟向無牌攤商採購

缺失2：中山國小管理鬆散！未做食物中毒通報、沒有處理SOP

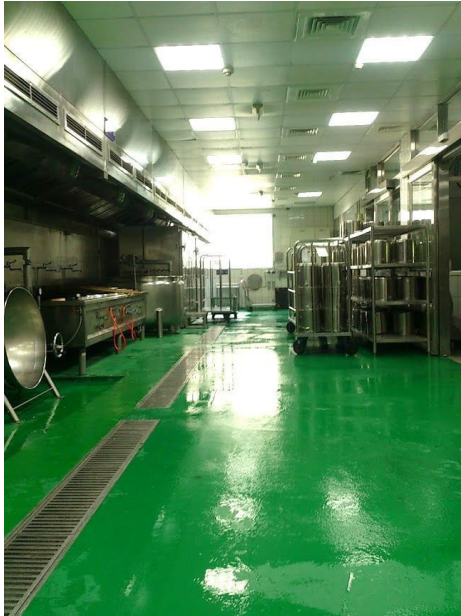
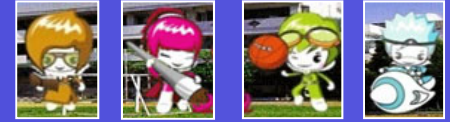
缺失3：北市教育局督導不周！幼兒園食安誰來顧？

缺失4：北市衛生局源頭管理、與教育局橫向配合待加強！

附件三、各級學校發生疑似食品中毒事件處理作業流程圖



8. 廚房設施設備衛生管理



1. 每週至少大掃除一次，並進行廚房內外之消毒，留書面紀錄備查。
2. 每週抽檢一次餐具之澱粉性及脂肪性殘留，並記錄之。
3. 設置有效截油設施並每日清洗。





作業場所

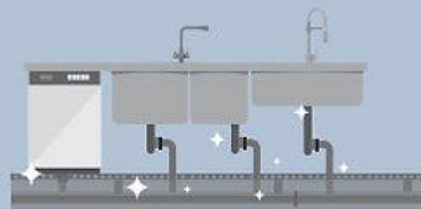
* 場所保持清潔通風，做好病媒防治措施。



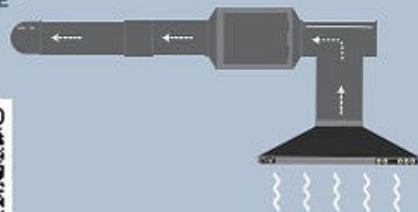
* 作業區清潔度有不同，應有效區隔及管理。



* 排水系統定期清理，保持暢通且無異味。



* 廚房應維持適當空氣壓力及室溫，油煙應有適當處理。



食品良好衛生規範
準則完整條文

115021 臺北市南港區研究院路一段130巷109號
電話：(02)2787-8000
諮詢服務專線：(02)2787-8200



從業人員

* 正確穿戴工作衣帽鞋，
並保持良好衛生習慣，
佩戴口罩。



* 不得蓄留指甲、塗抹指甲油、指甲彩繪、使用
指甲貼片或佩戴飾物。



* 隨時保持雙手清潔，手部傷口包紮後再戴
手套。



* 工作中不飲食不菸酒不檳榔，定期接受教
育訓練。



* 每年接受餐飲從業人員
健康檢查，有症狀不接
觸食品。



餐飲業者應遵守之 食品良好衛生規範 (GHP)準則重點



廣告

衛生福利部
食品藥物管理署
Taiwan Food and Drug Administration

設施衛生管理

【廁所設置】

- * 保持整潔避免異味，標示「如廁後應洗手。」



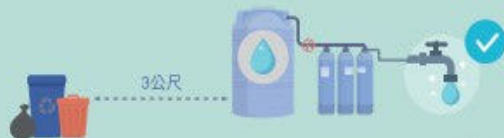
【洗手設施】

- * 洗手設備數量足夠，明顯處標示洗手方法。



【供水設施】

- * 足夠水量及設施，並符合飲用水水質標準。
- * 蓄水設備應保持清潔，設置點遠離污染源。



【設備器具】

- * 設備器具保持平滑，無損壞並保持清潔。
- * 使用前應確認清潔，使用後應清洗乾淨，避免再受污染。



品保制度

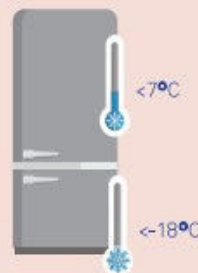
【進貨驗收】

- * 保存原料來源文件，出現問題時可追溯其來源。
- * 進貨時要確實驗收，不合格應明確標示。



【倉儲及運輸】

- * 倉庫整潔良好通風，物品不直接放地面。
- * 冷凍攝氏負十八度，冷藏攝氏七度以下，定期溫度紀錄及除霜。
- * 遵行先到期先出或先進先出原則，並且防止交叉污染。



【製程管理】

- * 製備避免交叉污染，生熟食器具要分開。
- * 製備菜餚徹底加熱，貯存及供應維持適當溫度。
- * 儲放食品與餐具時應有防塵、防蟲措施。
- * 油炸用食用油之總極性化合物當含量超過25%時，應全部換新。

【化學物質】

- * 化學物質或藥劑應明確標示且專區存放，專人保管記錄用量。



【廢棄物】

- * 作業場所及其四周，不得任意堆置廢棄物。
- * 盛裝廢棄物之容器，使用後應清洗消毒。



法定消毒殺菌滅菌法

歷屆試題

(請看下一頁)



100°C沸水

煮沸1分鐘：餐具

煮沸5分鐘：抹布



100°C蒸氣

2分鐘：餐具

10分鐘：抹布/餐具



80°C 熱水

2分鐘：餐具

(不可用於抹布)



消毒櫃

乾熱殺菌法

110°C以上的

乾熱溫度

殺菌30分鐘以上



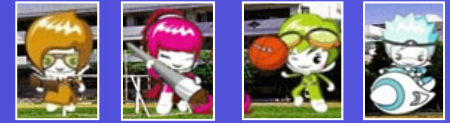
氯水殺菌法

以200ppm的

氯水消毒



廚餘及廢油回收



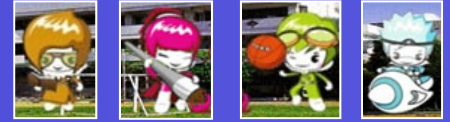
1. 廚餘**初步瀝乾後**應有固定加蓋容器盛裝。**(瀝水減量)**
2. 廚餘桶每日作業後應清洗並晾乾，周遭應保持清潔。
3. 供膳結束後將攔渣槽之殘渣清除乾淨。
4. **每日**將廚餘交由合格簽約廠商收取進行後續處理。



- 廚餘回收紀錄表 (每日)
- 廢油集中由午餐合約廠商交由合格簽約廠商收取(每月)

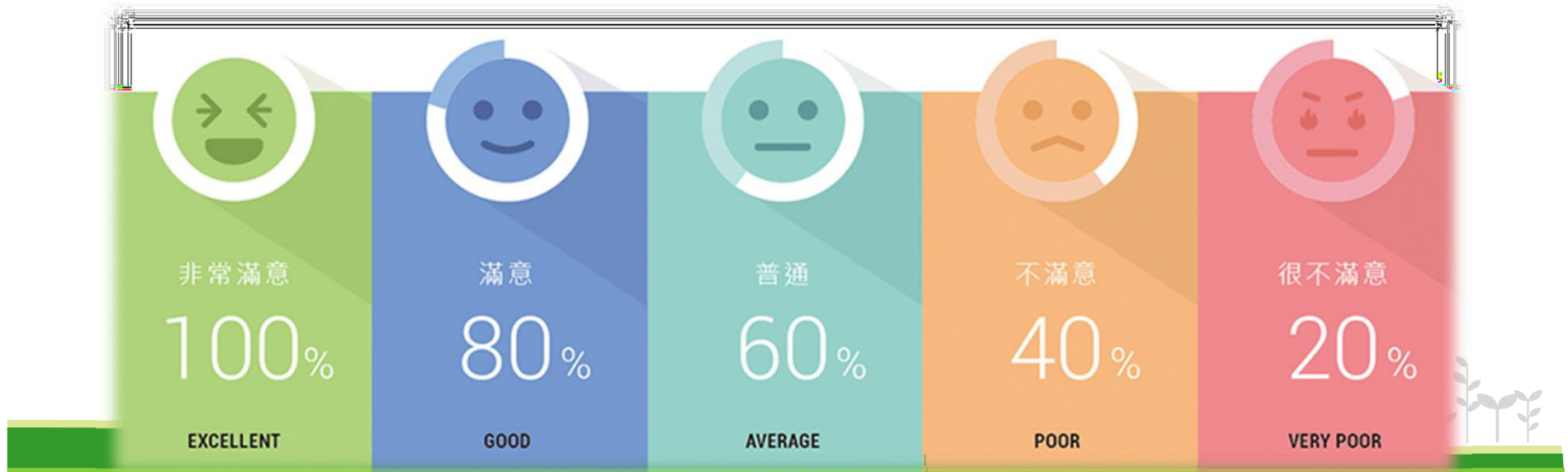


9. 滿意度調查及分析



- 頻率：每學期至少1次(填報2次)
- 形式：紙本、Google表單
- 單位：年級、人數

問卷內容
午餐供應量
午餐之烹調口味(淡、鹹)
午餐之衛生方面(餐具)
菜色豐富多變化
午餐的整體滿意度





謝謝指教

期待它長大.....