

**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 顆供評審人員試嘗用。(試嘗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

<p>銀髮樂活風</p> <p>『美食人生 健康生活』柚香美食節</p> <p>柚子創意健康麵包比賽報名表</p>				<p>浮貼照片</p>	
隊長姓名			出生日期		
隊員姓名(一)			出生日期		
代表單位					
身分證字號	隊長		性 別		
	隊員一				
通訊地址	□□□				
聯絡電話	家： 手機：		傳真：		
電子郵件信箱					

照片一

品名	
材料	
創作緣由 健康理念	
製作方法	
<p>實體照片 4x6</p>	

照片二

品名	
材料	
創作緣由 健康理念	
製作方法	
<p>實體照片 4x6</p>	