



# 全日制 午膳流程

2月1日開飯啦

# 2022全日制午膳流程

- 午膳供應商為「美利飲食有限公司」
- 午膳費用：每餐**24.5元**
- **臨時訂餐**：如遇突發情況，請於當天上午8:00前致電學校，以便通知供應商。
- 每五天**送一次原個水果**（**星期三送**）
- 請班主任每月月尾或月首派發學生個人餐卡，及將全班的訂餐記錄張貼大門上

# 訂飯表格

- 每月上旬派發下月餐單，班主任收妥後，放入文件袋內交給關老師；

- 家長填妥「訂購表格」後，可用支票或到指定便利店或銀行入數，把入數紙(寫名)釘在餐單然後交回班主任；

聖公會聖多馬小學  
2023年2月份餐單  
1A  
系統編號: 1530  
應付餐費: HK\$367.50

此部份需交回美利飲食有限公司

填寫指示  
☑ 正確 請使用黑色原子筆 (不要使用鉛筆)  
☒ 錯誤

日期	A	B	C	D
01/02	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
02/02	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
03/02	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
06/02	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
07/02	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
08/02	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
09/02	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10/02	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13/02	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14/02	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22/02	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23/02	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24/02	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27/02	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28/02	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

家長簽署  
聯絡電話

繳費靈  
繳費靈付款日期: \_\_\_\_\_  
交易號碼: \_\_\_\_\_

繳費靈

陳大文  
6A 33

7-ELEVEN®  
歡迎光臨7-Eleven, HK (1459)  
\*\*\* 顧客備份 \*\*\*  
美利飲食大埔繳費 270.00  
(戶口號碼: 15307884)  
(類別: 99)  
總數: 270.00  
現金: 270.00  
找續: 0.00  
08/12/2022 16:03:22 交易編號: 65852  
收銀機: 002 收銀員: 248  
深水步龍閣村 顧客服務熱線: 22891110

The Dairy Farm Co., Ltd. 牛奶有限公司

# 請假及早退

- 凡有需要請假者，必須於**當天8:00am**前致電學校。以便為通知午膳供應商，並於**隔月**繳費時在餐單上自動扣減請假當天的午膳費用。
- 早退：學生當天**11:00am**前因事或因身體不適早退可申請退飯，若11:00後早退，則恕供應商未能安排，敬請見諒。
- 如未有致電回校請假或校方未能聯絡缺席學生家長，當天午膳款項將**不獲退還**。

## 準備物品



➤ 學生需自備膠盒盛載**濕毛巾**、**紙巾**或**濕紙巾**

➤ 個人餐具用後需帶回家中清洗



➤ 搓手液潔手



➤ **2-3個**後備口罩及**口罩盒**



# 餐墊及食具

\*\*請在餐具盒外貼上姓名及班別貼紙



- 訂購2月午餐的**小一至小三學生**已於1月17日取得供應商贈送的餐具，餐墊已存放在校；
- **小四至小六學生**、自行帶飯者需**自備餐具及餐墊**；
- 請各同學支持環保：校方只會為每班提供1-2套後備環保餐具供學生借用（學生需自行清洗及抹乾），飯商亦會準備少量即棄餐具。



# 家長送飯

- 可於**11:55am-12:15pm**將送膳袋(須寫上班別及姓名)，送到近拍咭機藍色膠籃內，由飯商職員送上課室
- 家長**無需**於午膳後取回午餐飯壺或餐盒，可讓學生於放學時**自攜回家**。
- 學生需使用保溫飯壺或餐盒盛載午餐，本校**不會為學生翻熱食物**。故請家長留意食物的保溫情況。
- 學生應使用塑膠飯壺或餐盒及餐具，切勿攜帶玻璃器皿、玻璃內膽之飯壺回校，以免打破，**避免攜帶流質食物**回校，以免因打翻造成意外。

# 派飯程序

- 午膳期間，若當值教師未到課室，學生不得離開課室或前往洗手間
- 每班設**兩至四位**健康服務大使，協助老師派飯
- 一至三年級班主任需訓練健康服務大使，待熟習後方能讓他們執行職務

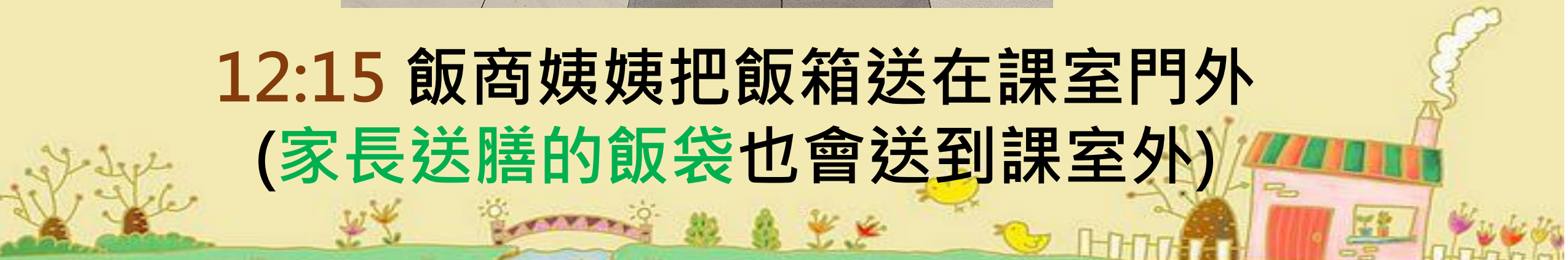
**特別安排：2月將有家長義工到一至六年級支援學生午膳**



# 派飯程序



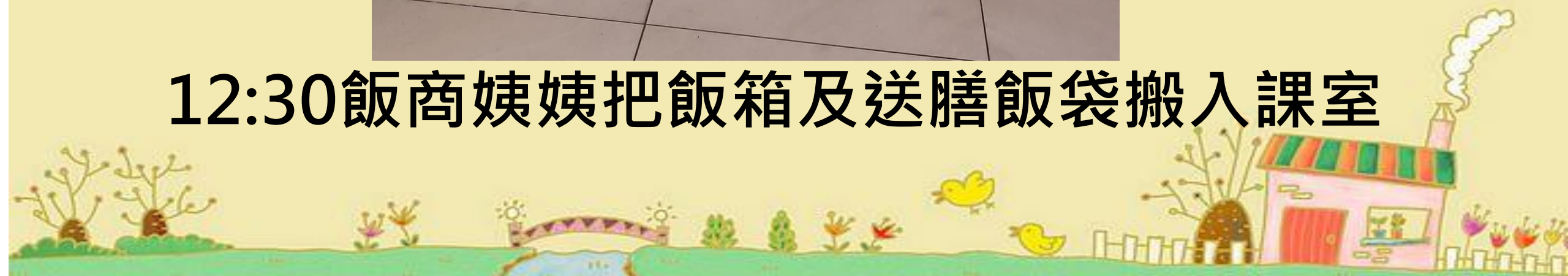
**12:15** 飯商姨姨把飯箱送在課室門外  
(家長送膳的飯袋也會送到課室外)



# 餐前準備



12:30飯商姨姨把飯箱及送膳飯袋搬入課室



# 餐前準備

聖公會聖多馬小學		2023/2				
	一	二	三	四	五	
系統編號：159999			1 B	2 C	3 D	
姓名：陳大明	6 C	7 B	8 B	9 A	10 A	
班別：1A- 35	13 B	14 C	15	16	17	
	20	21	22 A	23 C	24 C	
	27 B	28 C				



同學拿出餐卡看看自己吃哪款餐  
(建議放在手冊第一頁膠套內)

同學放好餐墊及餐具



# 餐前準備



聖公會聖多馬小學

## 2023年2月

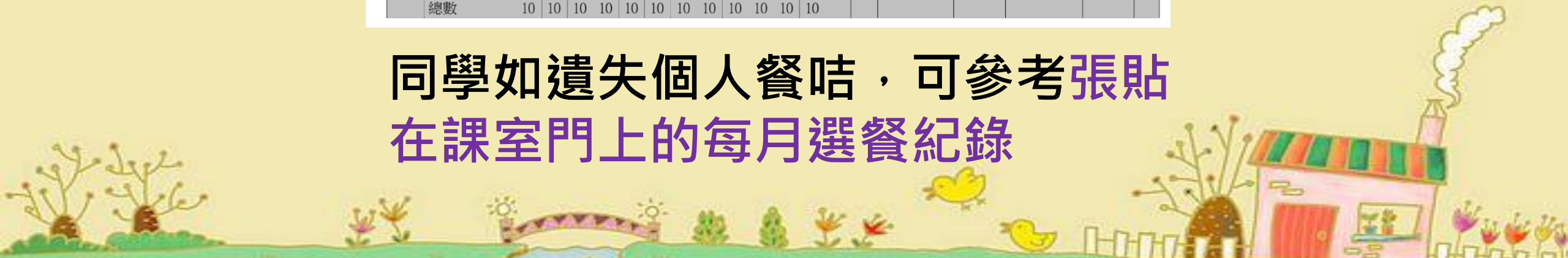
列印日期: 16/5/2022  
11:47:40

更新日期: 16/5/2022  
11:47:15

第11頁, 共18頁

學號	中文姓名	16	17	18	19	20	23	24	25	26	27	30	31																																					
1	陳...***	A	A	A	A	A	A	A	B	A	A	A	A																																					
2	陳...***	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B																																					
6	周...***	B	A	A	A	B	B	B	B	B	A	A	A																																					
8	蔣...***	A	A	A	A	A	A	A	B	A	A	A	A																																					
9	徐...*																																																	
13	江...***	A	B	B	A	A	A	B	A	B	A	B	A																																					
21	馬...***	B	A	B	A	B	A	A	A	A	A	A	A																																					
27	譚...***	A	A	A	A	B	A	B	A	B	B	B	A																																					
30	吳...***	B	B	A	B	B	B	A	A	B	B	A	A																																					
31	邱...**	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A																																					
32	朱...***	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A																																					
	A	6	7	7	8	5	7	6	6	5	7	7	9																																					
	B	4	3	3	2	5	3	4	4	5	3	3	1																																					
	C	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0																																					
	D	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0																																					
	總數	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10																																					

同學如遺失個人餐咭，可參考張貼  
在課室門上的每月選餐紀錄



# 餐前準備

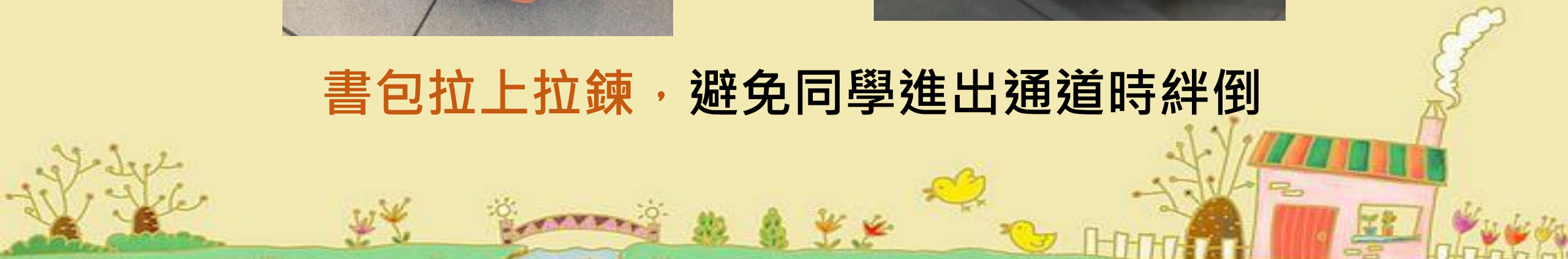


✘ 不正確



✔ 正確

書包拉上拉鍊，避免同學進出通道時絆倒



# 餐前準備



健康服務大使先洗手

2月各班由家長義工幫忙



班主任到達後，  
健康服務大使打開飯箱準備派飯

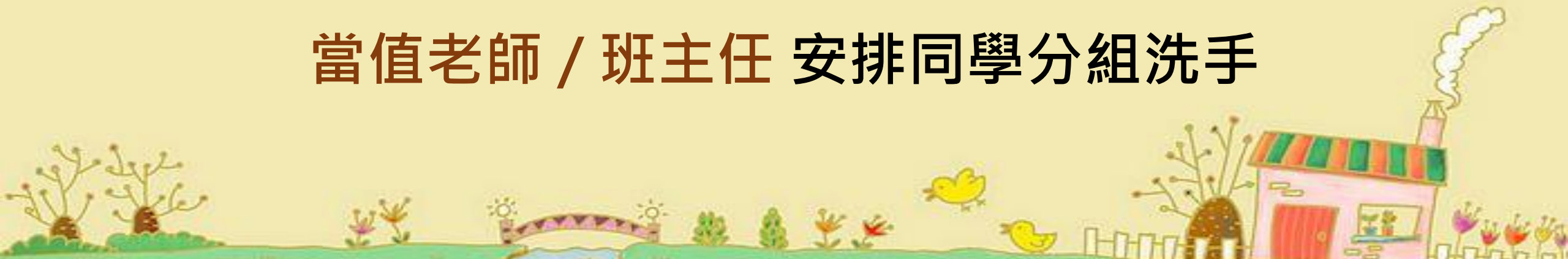
# 餐前準備



注意：

1. 徹底清潔雙手
2. 洗手時帶備毛巾抹乾雙手
3. 保持課室乾爽清潔

當值老師 / 班主任 安排同學分組洗手



# 餐前準備

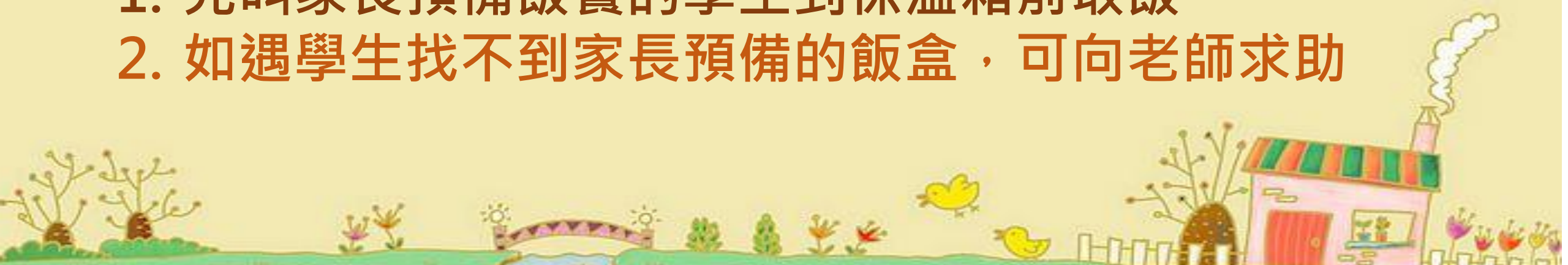


一年級至六年級

學生必須在飯袋及飯壺  
寫下學生姓名及班別

李秉康 Lee Ping Hong P. ( )	李秉康 Lee Ping Hong P. ( )	李秉康 Lee Ping Hong P. ( )
李秉康 Lee Ping Hong P. ( )	李秉康 Lee Ping Hong P. ( )	李秉康 Lee Ping Hong P. ( )

1. 先叫家長預備飯餐的學生到保温箱前取飯
2. 如遇學生找不到家長預備的飯盒，可向老師求助





# 餐前準備



四年級至六年級

1. 先叫該飯餐的學生到保溫箱前取飯
2. 大使按照飯箱內最上位置的飯餐派飯  
(例如:A餐在飯箱面先由A餐開始派發，如此類推)

# 餐前準備



一年級至三年級

班主任按照飯箱內最上位置的飯餐，先叫該飯餐的學生站立，由家長義工將飯盒放在學生桌上

低年級學生由3月起，可嘗試到保溫箱前自取飯盒

# 老師注意事項

開飯前，老師需確保學生已領取飯餐，並沒有拿錯餐

**情況一：學生拿錯餐**

老師需用全班每月訂餐的表格，檢查學生有沒有拿錯。

**情況二：沒有足夠的飯餐 / 某個餐的數量不足**

可到走廊與飯商姨姨換餐

**\*\*把未有同學領取的飯餐放老師桌/老師桌旁的學生桌**



# 忘記帶餐具



- 可向老師借用**後備環保餐具**，**使用前自行清洗**，老師記錄在手冊內。
- 用膳後**自行清洗及抹乾**，交還老師存放在老師桌櫃內。
- 學生寫手冊翌日須帶備**餐具**。



# 忘記帶餐墊



- 請老師給予雙面環保紙，以保持桌子清潔。
- 用膳後包裹好及丟掉環保紙。
- 學生寫手冊翌日須帶備餐墊。



# 進餐

- 所有學生取餐後，由健康服務大使帶領全班祈禱

## 餐前感謝文：

感謝天父，賜我飲食，使我享受，加我能力，  
求主教我，珍惜點滴，更有愛心，與人分享。  
阿們

- 同學一起說：「姨姨/叔叔食飯，老師食飯，  
各位同學食飯」，開始用膳



# 進餐

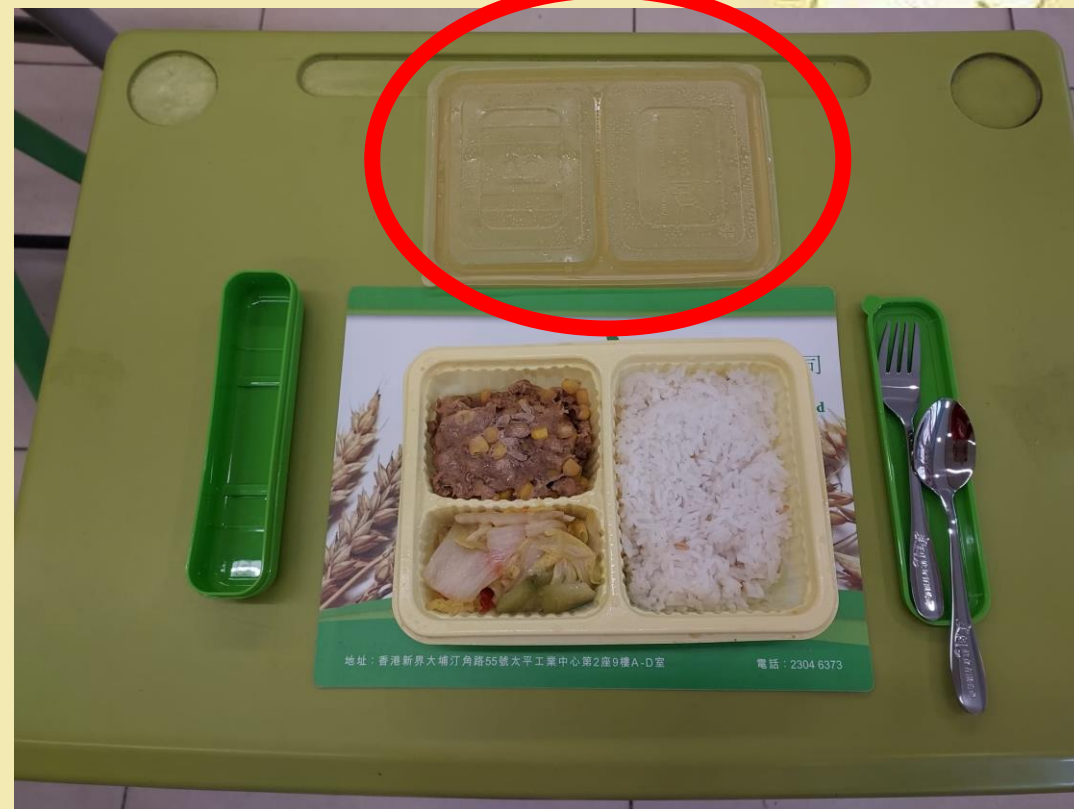


## 加強防疫

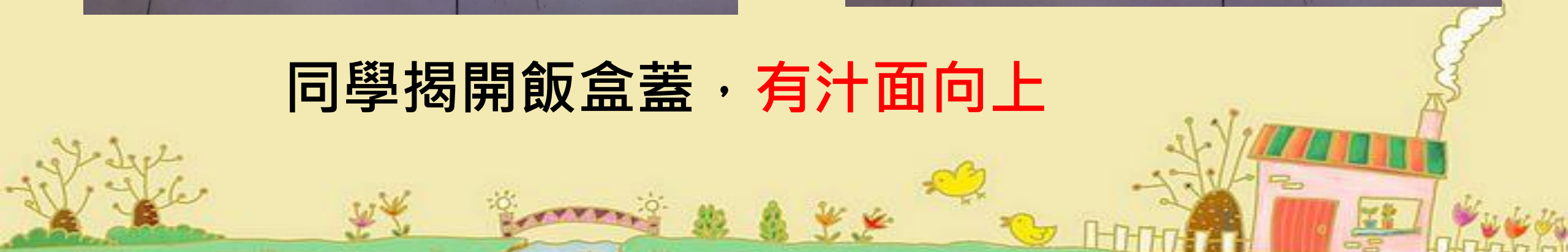
如同學有需要，  
可自備可摺式防飛沫檔板，  
用後自行清潔，  
並可放在抽屜內備用。



# 進餐



同學揭開飯盒蓋，有汁面向上

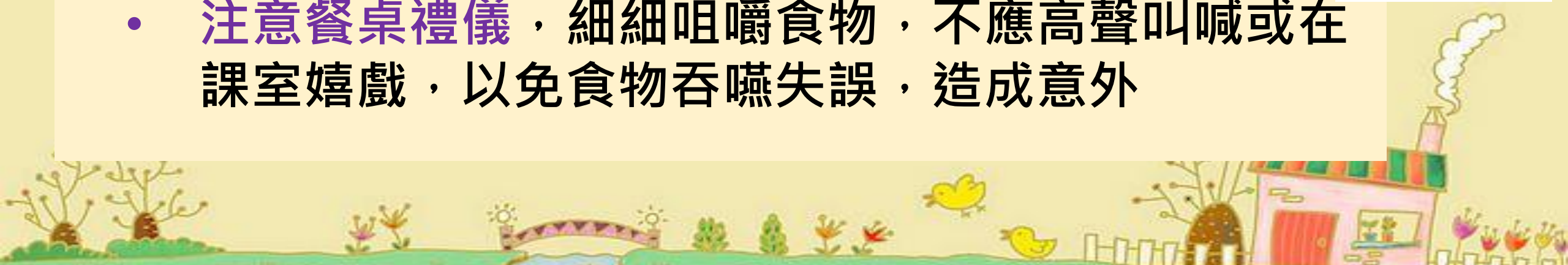




# 進餐期間

## 進食期間學生須注意以下事項

- **進食時才除下口罩**，將口罩存放在口罩盒內或用環保紙包裹好棄置口罩，用膳可換新口罩。
- **進食期間不得談話**，用膳後或需離開座位**必須帶回口罩**
- 不可與人分享飯盒任何食物，亦**不得吃零食**
- **注意餐桌禮儀**，細細咀嚼食物，不應高聲叫喊或在課室嬉戲，以免食物吞嚥失誤，造成意外



# 進餐期間

- 水樽只可在飲用時才打開，飲用後立即緊閉
- 午膳期間留意學生自備午膳餐盒，如發現不健康食物，需向家長反映，加以改善
- 每班有**1盒白飯及1款餸**，學生可用公用餐具添飯及餸
- **飯後應作休息或閱讀**，不宜立即進行劇烈運動。

# 進食完畢

- 學生完成午餐後，先抹嘴，然後帶回口罩
- 學生拿出餐盒讓老師/健康服務大使檢查

## 健康飲食原則：

1. 學校飯盒已按3:2:1份量安排
2. 同學成長期間需要豐富營養，更鼓勵同學多吃蔬菜，減少製造廚餘，為地球出一力。

- 老師需檢查學生進食份量，  
小一至小二學生建議最少進食一半  
小三以上建議最少進食三分之二

HP 衛生防護中心  
Centre for Health Protection

**321** 至醒午餐  
Healthy Lunch  
大人細路都啱  
Suitable for Everyone

穀物類  
Grains

3

2

蔬菜類  
Vegetables

1

肉類  
Meat

穀物類(如飯糰)、蔬菜類和肉類(及其替代品)佔飯盒容量的比例應是3比2比1。  
Grains (such as rice and pasta), vegetables and meat (and its alternatives) in lunch box should be provided in the ratio of 3:2:1 by volume.

「健康飲食專題網站」  
EatSmart Website [www.eatsmart.gov.hk](http://www.eatsmart.gov.hk)  
二十四小時健康教育熱線  
24-hour Health Education Hotline 2833 0111

衛生署  
Department of Health

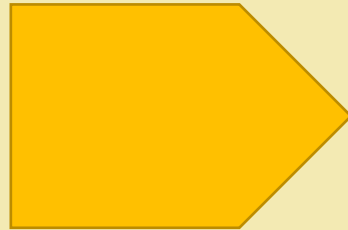
YOUTH  
健康飲食責任校園  
Healthier Schools

衛生防護中心  
Centre for Health Protection

9/17 Revised 2017



進食完畢及檢查後，  
將飯盒蓋好，放回  
保溫箱內



同學用抹布清潔餐  
墊，待乾後可放柜  
桶內，食具帶回家  
清洗，翌日再帶回  
學校使用

## 2月午膳適應安排

- 2月份同學可善用下午12:30-1:10適應及調節用膳時間及速度
- 3月起午膳時間為下午12:30-1:00；下午1:00-1:20為午息時間，學生可進行靜態活動，如休息、閱讀圖書、做家課



祝各位同學午膳快樂，  
享受全日制的校園生活！