

內容及營養基準，期使學校午餐更能符合營養均衡之原則(林薇、張仙平，民 86)。在此基準中，將增加五穀等主食、奶類、蔬菜及水果供應量，但降低肉類供應量，以及減少油脂之攝取。此基準之午餐型態可能和學生、家長、甚至老師原有之「有大塊肉才是好午餐」之傳統看法不同，且由於脂肪量減少，造成口味接受性變差，及菜單設計和製備上之困難，此需要教育宣傳及團膳製備實務研發來克服。故為落實學校午餐內容及營養基準，需改善學校午餐菜單設計、製備方法且對學校老師、學生、家長實施營養教育。

## 第二節 研究目的

基於上述動機，本研究的目的如下：

1. 輔導學校修正菜單，使午餐供應能符合「學校午餐食物內容及營養基準」之階段草案。
2. 編製適用於國小學生，配合「學校午餐食物內容及營養基準」實施之學校午餐營養教育方案。
3. 根據實驗學校在實施過程中產生的問題，提出解決方案，做為未來全面推動之參考。

## 第三節 研究問題

根據研究目的提出的研究問題，期望能由研究結果得到解答。

- 1-1 學校午餐菜單設計是否能符合「學校午餐食物內容及營養基準」？
- 1-2 為符合「學校午餐食物內容及營養基準」，學校午餐應做何修正？
- 2-1 國小學生之營養知識是否因學校午餐營養教育之實施而有所改變？
- 2-2 經由午餐營養教育，國小學生對午餐食物內容之改變是否能接受？
- 2-3 國小學生之飲食行為是否因學校午餐營養教育之實施而有所改變？
- 3-1 學校午餐供應符合「學校午餐食物內容及營養基準」有何實施上的困難？解決方案為何？