

第五章 結論與建議

第一節 結論

本研究之目的在瞭解學校午餐配合「學校午餐食物內容及營養基準」階段草案之可行性之實施之困難，作為未來全面推動之參考。根據研究結果，提出下列結論。

1. 「學校午餐食物內容及營養基準」在營養專業人員指導下，可以落實於學校午餐菜單設計。在研究過程中發現，由營養師開列之學校午餐菜單，基本上均能符合「學校午餐食物內容及營養基準」之階段草案，不需太多修正；但由不具食品營養專業背景之教師負責開列之菜單，在各類食物份量上較不能掌握，需研究人員給予較多修正建議；而經修正後的菜單，廚房工作人員並無製備上的困難。
2. 配合實施營養教育，學生對於符合「學校午餐食物內容及營養基準」之菜單接受性頗高。由接受性調查結果發現，並不是所有的學生均能正確地察覺午餐食物內容的改變，但是在那些正確察覺午餐食物內容各項改變的人中，大多數的人均認為這些是好的或是沒有意見，只有對於甜點供應次數及種類減少，多數學生認為不好。且學生希望學校午餐改進的是奶類和水果的供應量、種類能增加一些，肉類和蔬菜不要太油太鹹，顯示營養教育發揮功效。