

美國公校餐點乏善可陳 應力求改進重視學童健康

School encourage poor food choices

駐波士頓文化組提供，趙維新摘譯
提供時間：九十二年七月一日

研究指出，美國公校應該鼓勵學童不僅在校內食用健康的午餐，而且在課後學習及在家的飲食也應如此，報告內亦提及，學校因自由點餐計畫（a la carte program）獲利而損及學童健康的做法，是否值得繼續下去。

消費者及家長團體最近開始抱怨學校的自由點餐計畫，和把學童愛吃的食品放在販賣機中，與學校均衡營養的午餐相提並論。明尼蘇達大學有執照護士Martha Kubik說，他們可能是全美第一個就學校自由點餐計畫及對學生飲食行為之影響的議題，所提出的第一份報告。她們共蒐集了十六所中學的調查結果，其中三所學校並未把匹薩、薯條及甜點列入自由點餐計畫，他們並詳細記載了這些青少年在調查之前廿四小時的飲食情形。

Kubik 的報告刊登在美國公共衛生雜誌，她說學生除採用學校制式午餐外，可允許選用學校標準之外的食品，往往比政府所建議的脂肪量高，而且蔬菜、水果量不足。她說，她們的研究亦涉及學生在校外的飲食，並由此得知選擇學校自由點餐計畫的學生，往往在校外也不會選擇健康的食物，可見學校環境所造成的影響，此外該研究亦可瞭解學生及同儕的選擇。

據美國農業部指出，百分之九十提供自由點餐計畫的學校，內容都不符合政府的營養標準，亦即每日五份量（Servings）蔬果，及從脂肪而來的卡路里不得超過百分之卅。Kubit 說，她不相信全國各校區會輕易放棄這項在學校營利中，佔有重要地位的食品服務計畫，因為根據美國農業部一九九八至一九九九學年度統計，自由點餐計畫的獲利率為每年平均可從每一千名學生身上，獲利九百一十三美元。

資料原始出處：

- (1)原作者姓名：Maggie Fox
- (2)出版物名稱：波士頓環球報（The Boston Globe）
- (3)出版時間、地點：07/01/2003, 波士頓