

英格蘭地區小學自備營養午餐引發之餐點健康標準爭議

駐英國代表處教育組

為了改善學童飲食習慣並確保兒童與青少年攝取成長時所需的營養標準，中小學學生的營養政策一直是英格蘭政府與民間團體、家長及學校間在中小學教育政策上，爭執不休的議題。近幾年，中小學的營養午餐政策也因為英格蘭名廚 Jamie Oliver 加入推動中小學學校營養午餐菜單的改革，更備受關注。

由於英格蘭政府並未嚴格強制所有中小學學生參加學校自辦的營養午餐，家長可自行選擇是否要參加學校自辦的營養午餐或自備餐盒，也因此，中小學營養午餐政策所涉及的議題，不只是學校辦理營養午餐的經費是否充足、菜單是否多樣且符合營養標準，亦包括了學生自備午餐與學校提供營養午餐兩者間的利弊得失，學校如何控管學生自備午餐內容物等問題。近日，位於艾塞克斯郡(Essex)一間小學，也因為教師禁止學生食用家長為其準備的點心，再度挑起家長與學校間對於「何謂健康的營養午餐」的爭執。

櫻桃樹小學(Cheery Tree Primary School)本月對於數名學生的營養午餐，認為學生的自備餐盒中有「垃圾食物」，以有礙學生身體健康為由禁止學生食用，沒收學生食物直到放學時才歸還。此間學校審查學生自備餐盒的做法之所以引起報章媒體以及社會的關注，是因為被該校教師認定為「垃圾食物」的食品，除了Peperami香腸之外，還包含了屬於英格蘭著名傳統美食之一的「蘇格蘭蛋」(scotch egg)。

對於學校禁止孩童食用部分自備營養午餐的作法，家長質疑的理由有三點：第一，學校在未與家長溝通之前，直接逕自取走學生的食物，並未考量到孩童是否會因此挨餓而影響當天接續的課程學習。再者，家長認為其為小孩準備的餐盒中，除了Peperami香腸與蘇格蘭蛋之外，另備有水果、優格與三明治，Peperami香腸與蘇格蘭蛋僅是孩童的點心，並非全是營養不均衡的餐點。第三，學校提供的營養午餐菜單，主菜部分包含當地生產的香腸、Harry Ramsden公司出產的魚排；配菜包括帶皮烤馬鈴薯(Jacket Potato)、烤豆子、薯條、沙拉；甜點則有手工蛋糕、燕麥酥優格蛋糕。何以學校自己可以提供香腸、慕斯、蛋糕與餅乾等「非健康食物」，卻不允許家長為小孩準備蘇格蘭蛋等類的點心，顯然有「只許州官放火、不許百姓點燈」，標準不一之嫌。

針對的家長質疑，該校發言人說明，「學校非常瞭解孩童的身體健康與學習發展有著密不可分的關連性，孩童唯有攝取足夠的營養，才可能充分發揮學習潛能。因此，學校非常注重孩童的午餐是否攝取均衡且足夠，也因此嚴格地執行所訂的健康午餐政策，該政策也備受多數家長的肯定與支持。」。發言人進一步表示，「學校所訂的健康午餐政策是依據英格蘭政府公布的學校餐點營養標準(School food standards) (註1)，未有特別嚴苛或恣意認定之處。」

根據英格蘭政府新公布的學校餐點營養標準，學校可提供給孩童

的食物必須屬於以下三類：1)高品質的肉類、家禽或魚肉；2)水果與蔬菜；3)麵包、燕麥或馬鈴薯。嚴格禁止學校於餐點或自動販賣機中提供學童含糖飲料、薯條、巧克力或甜食，亦禁止學校提供每周超過兩份的炸物、裹有吐司麵包屑的製成物。據此，櫻桃樹小學認為學校老師禁止學生食用蘇格蘭蛋的做法，是依照法令所為。

社會輿論對於櫻桃樹小學與幾間學校將蘇格蘭蛋列為「垃圾食物」，大多感到驚訝且不解。追溯蘇格蘭蛋的歷史，此道被列為經典的英格蘭美食並非源自蘇格蘭或與蘇格蘭地區有任何關連，反而據說是由英格蘭一間專營高價位食品的 Fortnum & Mason 商場，於 18 世紀所發明的食物。用新鮮的香腸肉製成的絞肉裹上水煮蛋，再蘸上蛋汁與麵包屑，經油炸製成，便於旅客攜帶或野餐食用，在維多利亞時期成為上流階級人士喜愛的零食之一，並被英國著名童書作家 Enid Blyton 寫入「五小冒險系列」(Famous Five)作品之中。雖然此道美食於 90 年代漸趨沒落無名，後經電視名廚 Tom Kerridge 改寫食譜，列入其米其林級酒館的菜單之中，該道食品才再度廣為人知，成為英格蘭街頭酒館的著名小吃之一。

由於蘇格蘭蛋的悠久歷史和廣為人喜愛，故平面媒體社論大多認為部分學校會將此道美食與垃圾食物相提並論，並禁止孩童食用，過於小題大作。然而，若以醫學的角度細究蘇格蘭蛋的營養成份，此顆蘇格蘭蛋所包含的脂肪高達 20 公克之多，遠遠超過政府規定孩童每日可攝取的脂肪標準。由此角度觀之，蘇格蘭蛋此食品確實不適合給孩童食用。不過，既然孩童的營養標準包含各種營養成份的攝取量，倘若家長將蘇格蘭蛋切成小份，且當作是數周或每月一次給予孩童獎勵的特別點心，對於孩童的健康而言，卻不會造成太大的負擔或影響。

註 1：英格蘭教育部於 2014 年春季推出的新學校餐點營養標準，再經過半年多的公聽會與徵詢民間團體意見後，正式於 2015 年 1 月公布施行，要求英格蘭地區所有學校、公辦民營學校，無論是於 2010 年以前成立或 2014 年 6 月以後方成立者，均須依照此營養標準辦理學童在校餐點。

提供日期：民國 104 年 6 月 30 日

資料來源：

10 June 2015, Daily Mail, Hands off our scotch eggs! Angry parents complain after snack favourites are removed from children's lunchboxes by teachers because they are 'unhealthy',

<http://www.dailymail.co.uk/news/article-3117781/Angry-parents-complain-scotch-eggs-Peperami-snacks-removed-children-s-lunchboxes-teachers-unhealthy.html>

12 June 2015, The Telegraph, Scotch eggs branded junk food and confiscated from children's packed lunches

<http://www.telegraph.co.uk/news/shopping-and-consumer-news/11663553/Scotch-eggs-branded-junk-food-and-confiscated-from-childrens-packed-lunches.html> School meals - healthy eating standards,

<https://www.gov.uk/school-meals-healthy-eating-standards>