

「健康飲品在校園」約章詳情

Please scan the QR code for the English version



「幼營喜動校園計劃」將於 2024/25 學年推行第三季「健康飲品在校園」約章，為期三個學年，旨在：

- 加強與幼稚園及幼兒中心合作，締造及強化有利健康飲食的校園環境與文化；及
- 在校園推廣健康飲品，避免提供不健康飲品，以減少幼兒攝取過量糖分。

「健康飲品在校園」約章

1. 內容

| | 承諾項目 | 承諾內容及相關建議行動 |
|----|-----------------|---|
| 1. | 鼓勵幼兒飲用清水 | <ul style="list-style-type: none"> • 確保於校園內提供飲用水，並鼓勵幼兒多喝清水 • 正餐和小食以外的時間只供應清水 |
| 2. | 為幼兒提供健康的飲品 | <ul style="list-style-type: none"> • 為幼兒提供健康的飲品*，例如清湯、低脂奶、低糖豆奶、檸檬水、薏米水 • 如採用奶粉，須遵照奶粉包裝或罐裝上的方法及比例沖調 <p><i>*即熱量、脂肪及糖分較低的飲品</i></p> |
| 3. | 不提供添加糖或含糖量較高的飲品 | <ul style="list-style-type: none"> • 不會在飲品中加入糖、煉奶或淡奶等高糖食材 • 不會提供添加糖的奶品，例如朱古力奶、果味奶 • 不會供應即沖麥芽飲品 • 不會提供高糖的飲品，例如濃縮果汁、果味飲品、汽水、乳酸菌飲品 |
| 4. | 不以食物作獎賞 | <ul style="list-style-type: none"> • 不以食物作獎賞或懲罰 • 鼓勵用食物以外的方法作獎賞，例如以說話鼓勵或點名稱讚、送贈貼紙、印章或文具等小玩意 |



2. 參加方法

- 請填妥、簽署並遞交：
 - **附件二**：「健康飲品在校園」約章承諾書及 2024/25 學年的學校飲品清單，包括於校內提供的所有飲品類別或名稱（請參閱頁 3 的範本）
- 遞交方法：
 - 傳真：3585 2130 或
 - 電郵：startsmart@dh.gov.hk 或
 - 郵寄：香港灣仔軒尼詩道 139 號中國海外大廈 8 樓 A-D 室「幼營喜動校園計劃」秘書處

3. 跟進工作

- 幼稚園及幼兒中心在簽妥「健康飲品在校園」約章承諾書並遞交所需文件後，其飲品清單會由營養師跟進，以確保符合約章要求。飲品清單符合要求的幼稚園及幼兒中心將收到由衛生署發出的約章證書乙份。
- 為表彰各幼稚園及幼兒中心的努力和貢獻，衛生署會將已簽署約章的學校名單上載到本計劃的網站（<https://www.startsmart.gov.hk>），讓大眾知悉並廣為表揚。
- 衛生署製作了全新的「多喝清水」毛巾，供已簽署約章的幼稚園及幼兒中心免費索取。

4. 查詢

- 致電 3151 7621 與本秘書處聯絡；或
- 瀏覽「幼營喜動校園計劃」網站的「健康飲品在校園」約章（主頁 → 關於本計劃 → 「健康飲品在校園」約章）。

學校飲品清單

幼營喜動校園幼稚園 (學校名稱) 將於 2024/25 學年提供予幼兒的飲品類別/名稱，包括以下各項 (請在 內加上「✓」，可選多項)

- | | |
|---|-----------------------------------|
| <input checked="" type="checkbox"/> 清水 | <input type="checkbox"/> 朱古力/果味奶* |
| <input checked="" type="checkbox"/> 清湯 | <input type="checkbox"/> 麥芽飲品* |
| <input checked="" type="checkbox"/> 純牛奶 | <input type="checkbox"/> 濃縮果汁* |
| <input checked="" type="checkbox"/> 低糖豆漿/豆奶 | <input type="checkbox"/> 果味飲品* |
| <input checked="" type="checkbox"/> 薏米水 | <input type="checkbox"/> 汽水* |
| <input checked="" type="checkbox"/> 檸檬水 | <input type="checkbox"/> 乳酸菌飲品* |

其他：(請註明) 蘋果雪梨水 (無添加糖、自製)

羅漢果水 (無添加糖、自製)

新鮮果汁 (無添加糖、自製)

以上飲品皆沒有加入額外的糖、煉奶、淡奶等高糖食材

* 屬添加糖或含糖量較高的飲品



學校飲品清單

幼營喜動校園幼稚園 (學校名稱) 將於 2024/25 學年提供予幼兒的飲品類別／名稱，包括以下各項 (請在 內加上「✓」，可選多項)

- | | |
|----------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> 清水 | <input checked="" type="checkbox"/> 朱古力／果味奶* |
| <input type="checkbox"/> 清湯 | <input checked="" type="checkbox"/> 麥芽飲品* |
| <input type="checkbox"/> 純牛奶 | <input checked="" type="checkbox"/> 濃縮果汁* |
| <input type="checkbox"/> 低糖豆漿／豆奶 | <input checked="" type="checkbox"/> 果味飲品* |
| <input type="checkbox"/> 薏米水 | <input checked="" type="checkbox"/> 汽水* |
| <input type="checkbox"/> 檸檬水 | <input checked="" type="checkbox"/> 乳酸菌飲品* |

其他：(請註明) 煉奶、淡奶

提子汁 (註：因成分含有添加糖)

椰汁西米露 (少糖、自製) (註：因椰汁的飽和脂肪含量高)

橙汁 (註：因成分含有添加糖)

以上飲品皆沒有加入額外的糖、煉奶、淡奶等高糖食材

* 屬添加糖或含糖量較高的飲品

