

項目	指導事項 請導師確實依下列指導學生：並將做到部分於 <input type="checkbox"/> 打勾	注意事項
餐前準備	<p>1. 正確小心運送膳食 <input checked="" type="checkbox"/>食物要加蓋，並使用專用推車運送至各班。 <input checked="" type="checkbox"/>餐桶、湯桶勿直接放置地面，以免造成不潔。</p> <p>2. 整理用餐環境 <input checked="" type="checkbox"/>飯前不做劇烈運動。<input checked="" type="checkbox"/>收拾桌上用品擦拭桌面並鋪好桌墊。 <input checked="" type="checkbox"/>整理用餐環境，開啟門窗讓空氣流通並注意黑板上的粉筆灰吹落餐桶。</p> <p>3. 洗手 <input checked="" type="checkbox"/>餐前要先上廁所，整理好服裝儀容後養成洗手的好習慣。 <input checked="" type="checkbox"/>洗手最好用沖洗法，避免共同使用一桶水反而不衛生。 <input checked="" type="checkbox"/>洗過手後不要再碰觸其他物品。 <input checked="" type="checkbox"/>應注意指甲要剪短，手指要清潔。</p> <p>4. 分配餐具 <input checked="" type="checkbox"/>手指不可放入乾淨的碗盤中或按在碗口上。<input checked="" type="checkbox"/>輕取餐具，儘量不發出聲音。 <input checked="" type="checkbox"/>餐類若不慎掉地，必洗乾淨後才使用。</p> <p>5. 分配菜餚 <input checked="" type="checkbox"/>服務員應穿戴工作衣帽及口罩。 <input checked="" type="checkbox"/>正確的使用菜勺、夾子等器具分配菜餚。 <input checked="" type="checkbox"/>食物如不慎掉落地面，不可再食用。(餐前準備時間約五至十分鐘)</p>	<p>搬時身體勿碰觸食物造成污染</p> <p>桌墊要時常保持清潔。</p> <p>參考正確洗手方法，並注意節約用水。</p> <p>入席後不隨便走動，排好餐具安靜的等候分配。</p>
進餐中	<p>1. 保持良好的進餐姿勢 <input checked="" type="checkbox"/>臥著吃、姿勢歪斜、盤膝，均不是良好的進餐姿勢。<input checked="" type="checkbox"/>餐食不離座位。 <input checked="" type="checkbox"/>不要搖擺身體，保持安靜進食為宜。<input checked="" type="checkbox"/>咳嗽要用手蒙住口鼻。 <input checked="" type="checkbox"/>與鄰座小朋友可細聲交談，但聲音不可過大，並注意唾液勿噴出。</p> <p>2. 保持愉快的心情細嚼緩嚥 <input checked="" type="checkbox"/>要養成細嚼慢嚥的習慣，嚼數為十五至二十次為宜。 <input checked="" type="checkbox"/>要放進口腔裡的食物，一次不宜過多。 <input checked="" type="checkbox"/>不提不愉快的話題或動作。</p> <p>3. 吃法應有順序 <input checked="" type="checkbox"/>依順序食用，並要全部吃完。<input checked="" type="checkbox"/>湯碗用雙手端起，並少量慢慢飲用。 <input checked="" type="checkbox"/>主副食應交互用，不要只吃喜歡的食物。<input checked="" type="checkbox"/>不偏食不挑食。</p> <p>4. 注意各種食物的食用法 <input checked="" type="checkbox"/>饅頭要撕開來吃，不整個拿起來吃。 <input checked="" type="checkbox"/>撕饅頭時，當心小碎片掉在地上。 <input checked="" type="checkbox"/>講解不喜愛吃的食物的營養價值。</p> <p>5. 吃完分配的食物 <input checked="" type="checkbox"/>指導學生吃完分配食物。<input checked="" type="checkbox"/>身體不舒服者應事先提出說明。 <input checked="" type="checkbox"/>吃的速度要適宜，不要比他人快或慢，最好與大家的進度一樣。</p> <p>6. 進餐速度不宜太快或太慢 (進餐時間以二十至三十分為宜)</p>	<p>說明情緒與消化吸收的關係</p> <p>食用麵或湯要小心，不滴漏碗外</p> <p>身體不適者，分配量可酌量減少</p> <p>播輕音樂</p>
進餐後	<p>1. 餐具的收拾與整理 <input checked="" type="checkbox"/>餐具要依照種類分別收拾。<input checked="" type="checkbox"/>指導小心收拾餐具，以免損壞。 <input checked="" type="checkbox"/>沾油的要與未沾的餐具分開。<input checked="" type="checkbox"/>殘餚要倒在廚餘處理桶內。 <input checked="" type="checkbox"/>注意不踩踏落在地上的食物。 <input checked="" type="checkbox"/>清理桌面、收拾桌墊，並把桌椅歸還原位。</p> <p>2. 餐後的衛生 <input checked="" type="checkbox"/>餐後要漱口刷牙，取用具時要安靜。 <input checked="" type="checkbox"/>刷牙後要刷牙、杯子的水份瀝乾，再放入櫃子裡。</p> <p>3. 餐後的休息 <input checked="" type="checkbox"/>餐後整理好桌椅，靜靜的休息。<input checked="" type="checkbox"/>餐後不做激烈的活動。 <input checked="" type="checkbox"/>聽廣播說故事或細聲交談。(餐後整理時間約五至十分鐘)</p>	<p>指導正確的潔牙方法</p>

午餐秘書

訓導組長

教導主任

總務主任

校長

午餐秘書 洪雅萍

教師兼訓導組長 王維煥

教師兼教導主任 高裕明

教師兼總務主任 楊澤夫

仁愛國民小學 校長 沈慧美