**財團法人癌症關懷金會**

**第一屆【親子料理】選拔大賽-「糙」級料理王 簡章**

由最新的國民營養健康狀況變遷調查\_國小童調查報告可知，學童膳食纖維的平均攝取量僅達50%，而「糙米」含豐富的膳食纖維，同時在校園宣導的過程常也發現，學童常因糙米吃起來硬的、煮起來髒髒的，而降低攝取意願，進而帶動家人少烹調此食物，故為鼓勵學童及家庭優先使用未精製的糙米，特辦理「親子料理選大賽-糙級料理王」競賽活動，鼓勵民眾以親子組合參加，期望藉由活動共同發揮創意、設計美味又營養的糙米料理，除了營造家庭健康的飲食環境並創造親密互動回憶。

**一、主辦單位：**財團法人癌症關懷基金會、財團法人陳杜姜基金會、富邦慈善基金會

**二、贊助單位：**廻鄉有機事業股份有限公司

**三、競賽主題：**「糙」級料理王

**四、參賽對象：**

1、本活動採親子共同報名參加，1名家長(父、母、祖父母、或同住親屬)搭配1名學童(需為國小一-六年級生)，每組成員共2人，每位參賽者僅得報名1組。

2、每組參賽隊伍限報名1件參賽作品，請勿重複報名。

3、未依參賽資格報名者恕不接受報名，亦不另行通知報名結果。

**五、活動日程：**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 項目 | 時間 | 備註 |
| 報名日期 | 即日起至111年10月31日止 | 郵戳為憑 |
| 網路人氣票選 | 111年11月14日~111年11月20日 | FB粉絲團 |
| 晉級決賽名單公告及  網路人氣票選結果公告 | 111年11月30日(星期三) | 官網及  FB粉絲團 |
| 寄送食材 - 糙米 | 111年12月5日(星期一) |  |
| 決賽暨頒獎典禮 | 111年12月11日(星期日) | 台北 |

**六、報名條件及方式：**

1、報名日期：即日起至10月31日止。

2、報名方式：以網路報名、郵寄、E-MAIL、親送四種方式。

3、網路報名者，請上網填寫報名表單，連結：https://forms.gle/Xm2jA4hs4h4BDUXeA

4、其他報名方式者，請依附件一、二填寫報名表及個人資料提供同意書。(自行下載列印)

5、郵寄地址：10666台北市大安區復興南路一段129號10樓之一 癌症關懷基金會 競賽小組 收(111年10月31日前郵戳為憑)。

E-MAIL地址：[yangfly99@myccf.org.tw](mailto:yangfly99@myccf.org.tw), 主旨：第一屆【親子料理】選拔大賽-「糙」級料理王

聯絡人：楊川瑩 小姐，電話：02-2775-2529#19

6、進入決賽之隊伍需繳交保證金500元/組，當天出席且完賽，即全額退還。

7、決賽當天會有媒體採訪，入選隊伍需填寫附件三：肖像授權同意書。

**七、活動辦法：分初賽、決賽2階段，另有網路人氣票選賽**

|  |  |
| --- | --- |
| 階段 | 競賽方式 |
| 初賽：  書面資料 | 由專家評選團就參賽隊伍繳交之報名資料、作品資料、照片等內容，依初選評分標準進行評分，總成績排序前6名之參賽作品，晉級決賽。(此階段參賽者相關資料皆會保密) |
| 決賽：  現場實作 | 1、入選決賽之6組參賽隊伍名單會公布於「財團法人癌症關懷基金會」官網上。  2、入圍者應於當天早上9：00前完成報到。  3、依據參賽報名時所列出之料理內容，採「現場烹飪」進行，90分鐘之現場製作、完成擺飾及恢復乾淨競賽環境。  4、請準備4人份，1人份供評審吃及評分、1人份展示拍攝使用、2人份供現場參與人員試吃及進行「最佳人氣獎」投票。  5、活動現場會請專業評審評分，依合計總分選出前三名，獲得獎狀及獎金，獎項依據評審給分評分(得從缺)。  6、最佳人氣獎依當天現場人員投票選出。  7、決賽當天流程   |  |  | | --- | --- | | 時間 | 工作內容 | | 08：30 - 09：00 | 參賽隊伍報到 | | 09：00 - 09：15 | 評審介紹及比賽說明 | | 09：15 - 10：45 | 競賽時間(含收拾乾淨) 【媒體時間10：00】 | | 10：45 - 11：15 | 評審試吃時間及選手提案說明 (每隊5分鐘) | | 11：15 - 11：30 | 評審會議、投票時間及成績計算 | | 11：30 - 12：00 | 頒獎典禮及合影 |   8、注意事項：  (1)未出席決賽及頒獎典禮者視同該隊放棄獎項。  (2)決賽現場，僅提供基本烹煮器具及調味料(內容請參考本簡章第十大項)。  (3)主辦單位預先提供之糙米，可事先在裡浸泡(但不可烹煮)，其他食材需現場進行前處理及烹調。  (4)得獎者領獎時，應配合填寫領據資料(獎金以匯款方式支付，請提供領據簽收人本人之郵局或銀行存摺影本)，並依所得稅法扣繳所得稅額。 |
| 網路人氣選拔賽 | 1、主辦單位會依照每隊參賽隊伍所提供之照片及料理故事(理念)，公告在「癌症關懷基金會」FB粉絲團上，供社會大眾進行投票(以按讚方式進行投票)。  2、同時也會將連結的方式以E-MAIL的方式提供給每隊參賽隊伍，供參賽者們進行拉票。  3、於111年11月21日 早上09：30結算票選結果，以「按讚」數最高者優勝者。 |

**八、評分方式：**

1、評審：邀請專家學者組成評選小組

2、書面評分標準

|  |  |
| --- | --- |
| 評分項目 | 配分 |
| 料理內容營養性 | 30% |
| 料理創意性 | 20% |
| 食材種類多樣性 | 20% |
| 食材顏色多元性 | 20% |
| 料理製作便利性及可行性 | 10% |

3、現場實作評分標準

|  |  |
| --- | --- |
| 評分項目 | 評分標準 |
| 營養均衡度 | 30% |
| 口感風味 | 20% |
| 創意特色及美觀 | 20% |
| 作品構想及在地食材應用 | 20% |
| 衛生安全及整潔 | 10% |

**九、獎項：**

|  |  |
| --- | --- |
| 獎項 | |
| 金鑽料理王1名 | 隊伍獎金8,000元、獎狀1張 |
| 銀鑽料理王1名 | 隊伍獎金6,000元、獎狀1張 |
| 銅鑽料理王1名 | 隊伍獎金3,000元、獎狀1張 |
| 最佳人氣票選王1名 | 隊伍獎金1,600元、獎狀1張 |
| 佳作料理王2名 | 隊伍獎金1,000元、獎狀1張 |
| 網路人氣票選王1名 | 隊伍獎金2,000元、獎狀1張 |

**十、決賽現場設備、器具及調味料：**

1、每隊的基本設備及器具

|  |  |
| --- | --- |
| 品項 | 數量 |
| 工作臺 | 1 |
| 電磁爐 | 2 |
| 卡式爐 | 1 |
| 單柄湯鍋(18cm) | 1 |
| 平底鍋(24cm) | 1 |
| 菜鏟 | 1 |
| 湯勺 | 1 |
| 菜刀 | 2(生食1個；熟食1個) |
| 砧板 | 2(生食1個；熟食1個) |
| 抹布 | 1 |
| 擦手紙 | 1(包) |
| 備註：  (1)現場其他設備依實際場地單位所提供項目為準，如需特殊烹調器具可自行準備，但須以不影響他人參賽工作範圍為主。  (2)會場所提供之用具與器材，不得帶走及損壞，如有上述情事參加市價賠償。  (3)所有器具使用完畢後清洗乾淨，物歸原位。 | |

2、每隊之基本調味

沙拉油、鹽、糖、醬油。參賽者可視個別需求自備辛香料、特殊調味料。

3、共用設備及器具

|  |  |
| --- | --- |
| 品項 | 數量 |
| 炫風烤箱 | 1 |
| 家用烤箱 | 1 |
| 電鍋 | 5 |
| 氣炸鍋 | 2 |
| 手持式攪拌棒組 | 1 |
| 炒鍋 | 2 |
| 備註：  (1)現場其他設備依實際場地單位所提供項目為準，如需特殊烹調器具可自行準備，但須以不影響他人參賽工作範圍為主。  (2)會場所提供之用具與器材，不得帶走及損壞，如有上述情事參加市價賠償。  (3)所有器具使用完畢後清洗乾淨，物歸原位。 | |

**十一、注意事項：**

1、本活動因故無法進行，主辦單位有權取消、暫停或延期本活動。

2、其他未盡事宜，主辦單位保留修改、終止、變更活動內容細節之權利，且不另行通知。