



2026 第五回臺日韓學校午餐
食譜交換及供餐交流計畫
徵件簡章

指導單位 | 農業部農糧署

主辦單位 | 大享食育協會

日期 | 2026 年 4 月

一、緣起

起初只是出於一個簡單的念頭—如果臺灣與日本的孩子們，能在學校餐桌上，交換彼此日常營養午餐滋味，那應該是件相當有趣的事吧？

於是，2022 年，大享食育協會以民間自發的力量，啟動了第一回臺日學校營養午餐食譜交換與供餐計畫。三位臺灣營養師與三位日本營養師交換菜色、理念與心意，透過重現雙方校園餐點並搭配食農教育教材及學習單，孩子們品嚐另一種文化的日常，共同寫下臺灣校園供餐歷史的全新篇章。隔年，在農業部農糧署支持下，我們以「國產食材」為核心展開第二回午餐交換行動，規模擴至臺灣與日本共十所學校。

2024 年，韓國學校午餐從業人員首次加入計畫，臺灣、日本、韓國共三十一所學校彼此分享著充滿在地風土與均衡營養的料理，讓學生們無須出國，就能從午餐中認識彼此的生活與飲食習慣。

2025 年，臺灣與日本各五所供餐單位，以臺日雙方共有的國產食材為主題設計「臺日共通學校午餐食譜」並實際供餐，進一步發展出以共作為基礎的國際交流形式。

今年，第五回學校午餐交流行動持續由農糧署指導推動，再度邀請臺灣與日本、韓國學校營養師以「國產食材」為共同語言，攜手設計彼此都能實踐的共通菜單，讓學校午餐成為孩子認識世界、理解他人，並回望自身土地的重要起點。

二、計畫主旨

臺灣與日本、韓國的學校營養師以共通的國產食材為主軸，攜手設計融合臺灣與日本、臺灣與韓國飲食特色的營養午餐食譜並實際供餐，透過餐桌上的交流，讓師生認識彼此的飲食生活、在地農產與風土民情，進一步深化食農教育，拓展多元飲食文化的學習視野。

三、指導單位

農業部農糧署

四、主辦單位

社團法人大享食育協會

五、計畫主題

2026 臺日韓學校午餐食譜交換及供餐交流計畫

六、計畫說明

- (一) 媒合臺灣與日本、韓國學校營養師以彼此皆有的國產特色食材為主題設計「臺日共通學校午餐食譜」及「臺韓共通學校午餐食譜」，翻譯後提供使用及供餐。
- (二) 邀請臺灣與日本、韓國學校營養師以「共通學校午餐食譜」為主題編製食農教育教學教材，提供雙方學生學習不同飲食文化。
- (三) 配對完成的臺灣與日本、臺灣與韓國的學校，選擇一天供應以「共通學校午餐食譜」製作之餐點，並由主辦單位協助透過線上視訊（或事先錄製影片）等方式進行食農教育國際交流。

七、參加資格

- (一) 學校及團膳營養師，須以供餐學校為單位報名。
- (二) 學校供餐以自設廚房（公辦公營或公辦民營）為限。
- (三) 每單位可提出一份以上的學校午餐食譜，惟每份食譜之設計者（營養師）不得重複。

八、報名日期

2026 年 4 月 13 日（一）中午十二時起至 2026 年 5 月 4 日（一）中午十二時，以電子郵件收件時間為憑。

九、報名須知

(一) 免費報名，無須繳交任何費用。

一律以電子郵件繳交「2026 臺日韓學校午餐食譜交換及供餐交流計畫報名表」電子檔(含 WORD 與 PDF 檔案)，待收到主辦單位回覆確認信函後，始完成報名程序。

(二) 本計畫之供餐對象，須自下列二項範圍擇一辦理。

1. 國小四至六年級
2. 國中生

(三) 作品設計

1. 考量臺灣與日本、韓國學校午餐的規格不同，其食譜內容至少包含主食、一道主菜、一道副菜、一道湯品為基準，牛奶、水果及甜品可自由調整。
2. 本次主題食材為「高麗菜、馬鈴薯、毛豆」，應於三項主題食材組別中至少選用一種(單選或複選)進行食譜設計。
 - (1) 高麗菜組：於主食、主菜、副菜、湯品或甜點中，至少一道菜色選用高麗菜為食材。
 - (2) 馬鈴薯組：於主食、主菜、副菜、湯品或甜點中，至少一道菜色選用馬鈴薯為食材。
 - (3) 毛豆組：於主食、主菜、副菜、湯品或甜點中，至少一道菜色選用毛豆為食材。
3. 應依據《學校衛生法》第 23 條、符合中央主管機關所定學校午餐食物內容及營養基準，以及國人膳食營養素參考攝取量。
4. 須融入「支持認同在地農業」、「培養均衡飲食觀念」、「珍惜食物減少浪費」、「傳承與創新飲食文化」、「深化飲食連結農業」、

「地產地消永續農業」、「彰顯地域生活環境資源與社會歷史」等食農教育精神。

5. 須考量日本與韓國學校實際取得食材之可行性（如常見性、替代性與進口限制等）。
6. 食譜設計與報名組別，可參考下頁舉例表格之說明。

食譜設計與報名組別舉例說明	
可報名組別	食譜設計（僅供示範舉例說明）
高麗菜組	a. 高麗菜飯（主食）、○○（主菜）、○○（副菜）、○○（湯品/甜點） b. ○○（主食）、高麗菜封（主菜）、○○（副菜）、○○（湯品/甜點） c. ○○（主食）、○○（主菜）、蒜香高麗菜（副菜）、○○（湯品/甜點） d. ○○（主食）、○○（主菜）、○○（副菜）、羅宋湯（湯品/甜點） ※至少一道料理使用高麗菜即可，亦可設計多道高麗菜料理組合。
馬鈴薯組	a. 馬鈴薯焗烤義大利麵（主食）、○○（主菜）、○○（副菜）、○○（湯品/甜點） b. ○○（主食）、馬鈴薯燉肉（主菜）、○○（副菜）、○○（湯品/甜點） c. ○○（主食）、○○（主菜）、馬鈴薯沙拉（副菜）、○○（湯品/甜點） d. ○○（主食）、○○（主菜）、○○（副菜）、馬鈴薯濃湯（湯品/甜點） ※至少一道料理使用馬鈴薯即可，亦可設計多道馬鈴薯菜色組合。
毛豆組	a. 毛豆味噌擔擔麵（主食）、○○（主菜）、○○（副菜）、○○（湯品/甜點） b. ○○（主食）、毛豆雞球佐百香醬（主菜）、○○（副菜）、○○（湯品/甜點） c. ○○（主食）、○○（主菜）、宮廷醬炒毛豆（副菜）、○○（湯品/甜點） d. ○○（主食）、○○（主菜）、○○（副菜）、毛豆蒸糕（湯品/甜點） ※至少一道料理使用毛豆即可，亦可設計多道毛豆菜色組合。
高麗菜組 馬鈴薯組 (複選組別)	a. 高麗菜飯（主食）、○○（主菜）、馬鈴薯沙拉（副菜）、○○（湯品/甜點） b. ○○（主食）、馬鈴薯燉肉（主菜）、○○（副菜）、羅宋湯（湯品/甜點） ※至少各有一道料理使用高麗菜和馬鈴薯，亦可設計多道高麗菜與馬鈴薯菜色組合。
高麗菜組 毛豆組 (複選組別)	a. 高麗菜飯（主食）、○○（主菜）、宮廷醬炒毛豆（副菜）、○○（湯品/甜點） b. ○○（主食）、高麗菜封（主菜）、○○（副菜）、毛豆蒸糕（湯品/甜點） ※至少各有一道料理使用高麗菜和毛豆，亦可設計多道高麗菜與毛豆菜色組合。
馬鈴薯組 毛豆組 (複選組別)	a. 毛豆味噌擔擔麵（主食）、○○（主菜）、○○（副菜）、馬鈴薯濃湯（湯品/甜點） b. ○○（主食）、馬鈴薯燉肉（主菜）、宮廷醬炒毛豆（副菜）、○○（湯品/甜點） ※至少各有一道料理使用馬鈴薯和毛豆，亦可設計多道馬鈴薯與毛豆菜色組合。
高麗菜組 馬鈴薯組 毛豆組 (複選組別)	a. ○○飯（主食）、高麗菜封（主菜）、宮廷醬炒毛豆（副菜）、馬鈴薯濃湯（湯品/甜點） ※至少各有一道料理使用馬鈴薯、高麗菜及毛豆，亦可設計多道馬鈴薯、高麗菜及毛豆菜色組合。

十、報名方式

- (一) 掃描右側「2026 臺日韓學校午餐食譜交換及供餐交流計畫網頁 QR Code」，或前往大享食育協會官網 (<https://www.foodiedu.org/>)，下載「2026 臺日韓學校午餐食譜交換及供餐交流計畫報名表」。



- (二) 請以電腦打字方式，完整填寫報名表文件中之「報名資料」與「作品說明」欄位。
- (三) 將填妥之「2026 臺日韓學校午餐食譜交換及供餐交流計畫報名表」文件寄至活動信箱 (schoollunch22@gmail.com)，主旨註明：**2026 臺日韓午餐交換+隊伍名稱 (例：2026 臺日韓午餐交換+台北市大享國小)**，主辦單位將於三個工作天內回信，待收到確認信函後，始完成報名。
- (四) 若您繳交報名文件超過三個工作天後仍未收到確認信函，請務必致電主辦單位 (02) 2708-8812 確認，以免錯失資格。

十一、作品審查與配對

(一) 作品審查

1. 主辦單位將針對報名單位繳交之「2026 臺日韓學校午餐食譜交換及供餐交流計畫報名表」文件進行審查，審查項目如下：
 - (1) 資料完整性 (10%)
 - (2) 菜單實際 (或可以) 應用於日本或韓國學校午餐 (40%)
 - (3) 符合學校午餐食物內容及營養基準 (20%)
 - (4) 彰顯臺灣食材與飲食文化特色 (30%)
2. 每項食材主題預計錄取一至二組作品，實際錄取組數將依報名情形及審查結果調整，主辦單位有權增加或減少名額。

3. 曾報名臺灣學校午餐大賽（第一屆至第九屆）及參與本會相關食農、食魚、惜食教育活動計畫之單位，於同等條件下，得優先錄取。
4. 2026 年 5 月 6 日（三）下午三時，主辦單位將以電子郵件與電話通知入選單位。
5. 接獲入選通知之單位須於 2026 年 5 月 8 日（五）下午三時前，以電子郵件或電話回覆是否參加。若未如期回覆，主辦單位得取消其資格。如有特殊情況，請務必洽詢主辦單位。

（二）午餐交換單位配對

1. 2026 年 5 月 8 日（五）下午三時公布臺日、臺韓學校配對名單。
2. 配對完成後，主辦單位將協助臺灣與日本、臺灣與韓國雙方營養師召開一至二次食譜討論會議，完成「臺日共通學校午餐食譜」及「臺韓共通學校午餐食譜」設計，以及擬定後續供餐行政事項。

以臺灣與日本學校使用高麗菜食材舉例說明：

>日本入選供餐單位：提出高麗菜主題學校午餐食譜 A

>臺灣入選供餐單位：提出高麗菜主題學校午餐食譜 B

>合作完成：1 式臺日共通高麗菜主題學校午餐食譜（A+B=C）

以臺灣與韓國學校使用馬鈴薯食材舉例說明：

>韓國入選供餐單位：提出馬鈴薯主題學校午餐食譜 D

>臺灣入選供餐單位：提出馬鈴薯主題學校午餐食譜 E

>合作完成：1 式臺韓共通馬鈴薯主題學校午餐食譜（D+E=F）

十二、 供餐說明

1. 供應日期：2026 年 9 月至 10 月期間，擇一日供應依照「臺日共通學校午餐食譜」或「臺韓共通學校午餐食譜」製作之餐點。
2. 供餐對象：入選學校之全校師生。
3. 食農教育教材：於 8 月底前完成設計，由主辦單位翻譯後，提供給配對的日本及韓國學校使用。
4. 食農教育線上交流：臺灣參加單位須於供餐當日安排至少一個班級師生（四至六年級生或國中生）與日本、韓國學校營養師進行線上交流活動。
5. 供餐計畫執行期間之相關翻譯事項，由主辦單位負責執行。
6. 本計畫不提供食材、食譜與教材設計等補助費用。

十三、 計畫期程

項目 \ 月份	4 月	5 月	6 月	7 月	8 月	9 月	10 月
報名徵件	●						
配對 / 公告		●					
食譜設計			●				
食農教育教材設計				●	●		
供餐 / 交流						●	●

十四、 權利歸屬與爭議處理

- (一) 主辦單位對食譜作品享有無償使用、修改、重製、改作、散布、發行、公開展覽、宣傳、攝影出版、發表等使用權利，參加者本人則保有著作人格權。
- (二) 入選作品嗣後如涉及著作權糾紛，損害第三人權利者，由參加者自負全部法律責任。
- (三) 如有未盡事宜，主辦單位保留最終解釋、更改及變動之權利。

十五、 聯絡方式

社團法人大享食育協會

聯絡人：陳先生

TEL：(02) 2708-8812

E-mail：schoollunch22@gmail.com

官網：<https://www.foodiedu.org/>