

香港家庭計劃指導會

健康保健 • 飲食新新念

溫馨「吾筲飲食」 創意食譜設計比賽

入圍作品名單

組別	決賽編號	參賽食譜名稱	會員姓名	所屬婦女會
湯水組	01	綠蔴豆雜菜骨頭湯	吳銀屏	元朗婦女會
	02	日日「蠔」「膽」威	梁瑞立	元朗婦女會
	03	親身高鈣清潤魚尾湯	黃雪霞	元朗婦女會
	04	上鮮日靚湯	陸明騰	元朗婦女會
	05	旺旺海寶羹	趙丹春	康樂婦女會
	06	知足常樂	鄧美姿	康樂婦女會
	07	芙蓉錦繡	楊景虹	康樂婦女會
家常餸菜組	01	如意吉祥	劉筠慧	藍田婦女會
	02	稱心如意	鄭唐英	藍田婦女會
	03	色羅蔬春(生菜包)	劉美蝶	藍田婦女會
	04	跳躍繽紛聚滿盆	黃丹娥	藍田婦女會
	05	代代平安	陳美婉	將軍澳婦女會
	06	豆腐魚腩滋味卷	阮佩霞	將軍澳婦女會
	07	健康在你口	朱美玉	將軍澳婦女會
	08	金柚銀針	丘慧賢	將軍澳婦女會
甜品組	01	紅豆豆腐凍糕	任貞嫻	屯門婦女會
	02	木瓜鮮奶杯	梁艷芬	屯門婦女會
	03	濃情融合三色糕	廖李珍	屯門婦女會
	04	鈣之呼喚	鄧潔玲	屯門婦女會
	05	粒粒香芒	脂美蓮	上水婦女會
	06	老鼠開會	陳穗雲	上水婦女會
	07	3芝濃情	康穎思	上水婦女會
	08	愛心甜絲絲	脂美蓮	上水婦女會

香港家庭計劃指導會
健康保健・飲食新觀念
濶擊『唔夠飲食』 創意思譜設計比賽 (決賽)

目的

鼓勵市民從日常飲食習慣中取得適量的鈣質，預防骨質疏鬆，保障骨質健康。

日期

2006年3月8日下午2:30

地點

香港灣仔軒尼詩道130號修頓中心8樓家計會禮堂

參賽組別

湯水組：元朗婦女會 及 康樂山婦女會
家常餸菜組：藍田婦女會 及 將軍澳婦女會
甜品組：屯門婦女會 及 上水婦女會

參賽作品

入圍者須於決賽日當天提交參賽製成品，以供評判試食及評審，並由評判選出優勝作品。未克出席決賽者作棄權論。

評審準則

配合主題、創意、材料、故事內容、色香味

評判

謝寧女士 (嘉賓評判)
殷巧兒女士 (香港家庭計劃指導會副主席)
吳寶儀女士 (香港家庭計劃指導會營養師)

獎項

從「湯水組」、「家常餸菜組」、「甜品組」三大組別中分別選出冠、亞、季軍各一名。

獎項包括：

冠軍：購物禮券港幣\$1,500 及獎座2個。
亞軍：購物禮券港幣\$1,000 及獎座2個。
季軍：購物禮券港幣\$500 及獎座2個。
入圍獎：每組2名，各得購物禮券港幣\$200。

比賽規則

- 家計會職員及家屬不得參加是次比賽，以示公允。
- 參賽作品的版權將歸香港家庭計劃指導會所有。
- 得獎作品將會編印出版，作為推廣健康教育之冊。
- 所有參賽作品不論入圍與否，恕不發還。
- 主辦機構保留一切獎品的最終決定權。