

山佳國小用餐衛生禮儀教育宣導

（一）用餐前—

1. 收拾學用品，擦拭桌面，保持乾淨。
2. 準備好架好個人用餐隔板。
3. 依洗手五步驟清洗雙手，確實做好個人衛生。
4. 打飯菜同學需確實清洗雙手，並配戴餐帽、餐裙、口罩。
5. 取餐同學請戴好口罩，依序排隊領取，不可插隊或交談。
6. 完成取餐學生應就座並保持安靜。

（二）用餐時—

1. 惜食、惜福：盛餐宜斟酌適量而取用，為求營養均衡，不可偏食及浪費食物。
2. 用餐時間 25 分鐘，用餐時應細嚼慢嚥；喝湯不可太大聲，保持禮貌。
3. 用餐時，菜餚、飯粒應避免掉出餐盤，不使菜湯外溢，保持桌面及地板的整潔。
4. 咳嗽或打噴嚏時，要用手帕或衛生紙掩住口鼻，避免病毒或細菌隨著飛沫傳播。

（三）用餐後—

1. 剩餘飯菜，應集中倒入 1 深桶中；再把將餐碗內的食物殘渣刮除乾淨。
2. 自己的餐碗用衛生紙擦拭油漬，帶回家清洗。
3. 用餐後應將桌面及座位四周撿拾、整理乾淨；用餐隔板要定期做消毒工作。
4. 用餐後應刷牙，確保口腔衛生。
5. 全班用餐完畢後，由公差學生將剩餘飯菜、湯汁集中倒入 1 個深桶中，再送回廚房回收。
6. 餐後不做激烈運動，午休時安靜休息。

午餐花絮



打菜公差整齊著裝—戴滿口罩、戴餐帽、穿餐裙、確實洗手 戴手套



取餐同學戴好口罩，依序排隊，不可交談



用餐期間架好隔板，專心用餐，不說話不交談、細嚼慢嚥、飯菜不掉出餐盤