

免費校園午餐～吃得飽更要吃得健康

文 / 林麗維

主婦聯盟環境保護基金會長期關切的校園午餐問題，在經濟寒冬衝擊之下，因為失業家庭增加，加上年底縣市長選舉的效應，最近有不少地方政府競開「免費校園午餐」的支票，引起各方注目與討論。

先不談免費午餐的「問題」，政府能積極關懷下一代「有飯吃」的溫暖，應予肯定。可是就已披露的政策面來看，目前政府只是以每位學童吃得飽為考量，但站在基金會及家長的立場來說，更希望不僅吃得飽，更要吃得健康，進而建立下一代健康飲食的習慣。當我們未來的棟樑有健康的體魄，將來就不會造成社會的負擔，才能增強國力。

所以，我們期盼「校園午餐」的美意，不管是免費與否，都能充分考量下列的目標，並進一步說明如后：

- 一、吃得飽，更要吃得健康。
- 二、為健康教育把關，落實學校營養師制度。
- 三、讓團膳吃得安心，加強採購與品質的管理。
- 四、擴大內需、促進就業，落實地產地銷的精神。
- 五、國土復育，回歸自然健康，支持有機農業。

一、吃得飽，更要吃得健康

許多人提到今天的經濟困頓時，認為現在的物質生活再苦，也沒有以前苦。除了少數的「飢餓」案例外，問題的癥結還是在身心教育等價值的重建。也有人說，經濟的問題在「不患寡而患不均」，其實孩子飲食的問題也是如此。讓發育中的孩子吃得飽確實重要，而讓他們吃得均衡、營養健康，更是美事一樁。

如果「免費校園午餐」是個好政績，更是要好人做到底，不但「免費還要好料」，如此美意才不會打折。如果「免費校園午餐」忽略營養健康需求，對「高鹽」、「高脂」、「高糖」食物不設防，甚至讓低劣食材攻城掠地，那就和減少「校園小胖子」、「少年成人病」的政策背道而馳，更別說如何提升國民的競爭力了。

中小學生正值身體發育階段，飲食、食物對健康的影響深遠，是很重要的課題。學校必須落實「食育」，培養學生選擇健康食物的能力，並建立正確的飲食習慣。這也是主婦聯盟為何一再辦活動宣導，希望參與的師生、親子認識「飲食金字塔」與國民營養健康現況，說明「天天五蔬果」的重要性，並透過「飲食紅綠燈」遊戲，將營養知識落實為生活習慣，可以奠定健康生活的基礎。

二、落實學校營養師制度與功能

94 年 5 月，主婦聯盟舉辦校園「大嚐津」校園午餐營養教育座談會，之後更舉辦了系列研習會及飲食教育講座。95 年接到一封在團膳公司上班的「失望母親」投書，談到「營養午餐的不營養」，希望我們幫忙，不要繼續讓孩子們吃那些「來路不明的食材」。這封信促成主婦聯盟進一步關心校園午餐品質的動力，發現負責學生飲食健康與教育的學校營養師嚴重不足。

學校午餐從民國 46 年開辦五十年來，卻不到三分之一的學校擁有營養師規劃學生午餐，更遑論進行營養、飲食教育。根據學校衛生法規定，班級數達 40 班以上學校，需聘用一名營養師，可是作為全國指標的台北市，竟只有 8 名駐校營養師，遠不如高雄在 84 年（學校衛生法立法前）即已配置 60 多名學校營養師，經過本會關切與輿論的呼籲後，台北市目前已依規定聘足 33 位學校營養師。教育部及行政院在 97 年 7 月也核定充實中小學校園營養師編制實施計畫，協助地方政府補足，預計到 100 年將補助 348 位營養師的聘任經費。

希望政府真正落實中小學營養師制度與功能，為孩子的健康與營養教育把關，防杜廠商為降低成本，將黑心食材流進校園，全面促進學生良好的飲食習慣。

三、加強團膳「吃得安心」的品管

繁忙的工商社會，越來越多的家庭無法為孩子自備餐盒，而訂購學校團膳。自備便當的孩子，若由家長料理可為食材來源及烹煮衛生把關，但是團膳的孩子能否吃得安心、吃得好？在學校營養師制度落實後，有營養師的學校的團膳品質，應可進一步的提升，但是沒有營養師品管的校園午餐，仍令人擔憂。

尤其食材來源是否安全、部分廠商與學校互動關係等等都是隱憂。曾有食物盤商透露三流食材進入監獄、軍隊、學校等團膳的傳聞，更值得關注。以目前一餐約 35 元的預算來說，要兼顧美味營養，真的要費盡心思。高雄市透過聯合採購以量制價的方式，可供其他縣市借鏡；如果能藉由聯合採購的優勢，取得更為安全平價的食材，那更是兩全其美了。我們希望政府不只是補助經費，讓地方、學校各自為政了事，而是進一步的整合採購方式，在兼顧廠商合理利潤下，強化團膳的品質管理機制。

另外，為防止弊端，讓孩子「吃得安心」，家長也應多參與、關心孩子吃些甚麼？全國家長團體聯盟也曾建議，從中央到地方，應該力求營養午餐制度資訊透明化，讓家長有機會參與學校營養午餐的決策與監督。

四、地產地銷，擴大內需、促進就業

校園午餐的食材採購，應以地產地銷為最優先、重視生產履歷。當地當季、台灣的的食材，不但比較新鮮、營養、安全，也有助於擴大內需、促進就業的地

方經濟發展。

落實地產地銷的精神，無論是對支持在地農牧漁業、維繫就業市場活水的效益，或者對節能減碳、生態環保的永續發展之路，都是有其正面的價值。外銷國外與運銷大都市，不是當地好食材唯一的出路；尤其就近讓孩子從小認識、參與、享用本地的食物、產業，這種鄉親土親的感情連結教育，比什麼都有價值。為什麼好東西都要低價外銷，次級品才留著自己用；這種「燒瓷的吃破碗」的觀念，已經落伍了。

推動英國校園午餐改革的名廚奧立佛，把學童帶入農田了解食物的來源；日本讓小學生實習插秧割稻；台灣也漸漸有些有心人士大力推動「耕作教學」，如美濃龍肚國小承租農地，讓學生種稻種菜，體驗耕耘與收穫；花蓮富里國小學生參與無基因改造農業區設立。這些讓食物「從種子到肚子」、「從知識到智慧」的學習過程，不只是課本所閱讀的，而是生命所經歷的。讓「惜福愛物」、「粒粒皆辛苦」，不只是考卷上的答案，更是生活上的體驗，這將成為孩子未來寶貴的資產。

五、回歸自然健康，支持有機農業

許多經濟、環保學者指出，為求人類與地球的永續發展，包括有機農業在內的綠色產業，將是未來的主流產業與新的經濟命脈。台灣在環境負荷超載、國土復育保安刻不容緩之際，力求發展有機農牧漁業休養生息，正是降低民眾災害風險、促進安全健康，創造生產與休閒的「綠金」契機。

近年來有機產品、無毒農業方興未艾，惜因價格不是人人可及，仍難穩定成長。如果有機產業是必行之路，為何政府不像輔導科技業一樣給予支持鼓勵。例如在有機蔬果盛產時，就讓我們的孩子享用這些最好的食物，即使是從一星期一餐開始，即使是政府多補貼一點經費，也是值得的。因為既讓有機農業生根，又讓孩子吃得健康、又體會鄉土之美，如此一舉多得，不是可以稱許的政績嗎？

據報導，英國大學的校園午餐已開始進入有機的階段；香港綠色和平組織也把當地「有機蔬菜午餐飯盒」帶入校園，讓五間中小學的七百名學生享用。台灣則有桃園大溪永福國小利用學校後山開闢「有機農園」，讓小朋友認養耕耘，作為學校營養午餐的部分食材。另外，如圓鄉有機生活館等農民組織把有機蔬菜，推廣到新竹和興等五所國小，雖然只是每周一天「有機日」，卻對尖石鄉原住民部落的有機農業帶來生機。

雖然有機農業已在台灣萌芽，但是政府灌溉的養分不足，難以茁壯。這是今天不做明天就會後悔的綠色產業。只要投入校園午餐的部分資源，就能彼此互惠、相輔相成。

上述五項目標，是主婦聯盟關切校園午餐的緣起與宗旨。當父母官競相推出

「免費校園午餐」時，除了肯定政府重視下一代福祉的作為，也期許「免錢」不會流於「隨便」、不是「資源」的「浪費」，而是優質「食育」的上路，以及更宏觀、深遠的環境永續發展根基的確立。

（作者為本會消費品質委員會委員）

原文刊載於主婦聯盟 232 期會訊（2009.4.1 出刊）