

推廣食農教育，改善國人飲食習慣

指定主題/類別一 食農教育



好點子名稱

食作食堂-
飲食文化改造計畫

團隊名稱:優勝組

團隊成員:鍾依庭，周岳，吳孟桓，張家瑋
(中央大學法律與政府研究所)



提案動機

提案背景

基本構想

桃園設店

早期社會



地產地銷

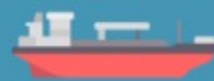
自然食材



家庭共餐

現代社會

仰賴進口，高碳排放
不環保！



精緻飲食，過度加工
不安心！



餐廳林立，外食頻繁
不健康！



餐桌與土地連結斷裂
生活被冰冷的加工食品包圍



1

中小學營養午餐 食材在地化

行政院提出「食安五環」具體政策，加強宣導各種驗證農產品標章，並鼓勵學校營養午餐採用在地生產之可追溯食材，營造學校午餐特色，逐步落實食安政策。

2

推動米食教育：

推動食米學園，食米學園種子師資培訓，製作創意MV進行小學巡迴推廣，促進米食文化傳承。

3

法案研擬

研擬食農教育法，以改善糧食消費，減少糧食浪費及有效利用農業資源，強化飲食與農業之連結，促進全民參與及支持農業發展。

4

推廣行銷

辦理農民直銷站，農夫市集及社區小鋪與市集等。鼓勵學校，親子共同參與農村體驗，輔導農會加強辦理食農教育與健康飲食。

行政院農委會

國中小教育

國中小營養午餐
食米，食農教育

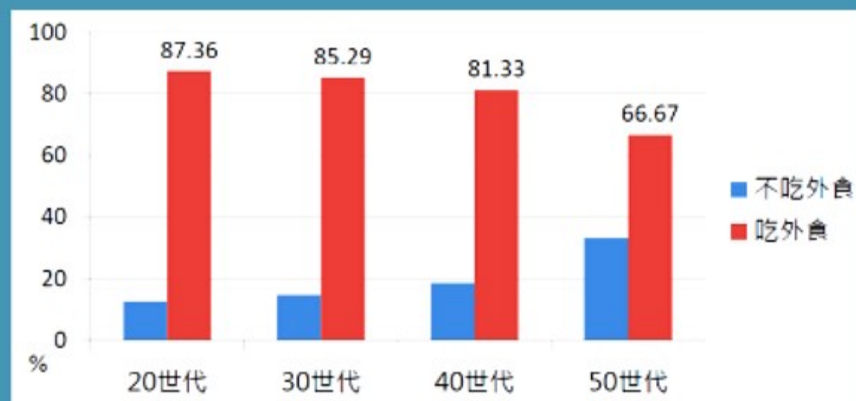
成人教育?

親子教育

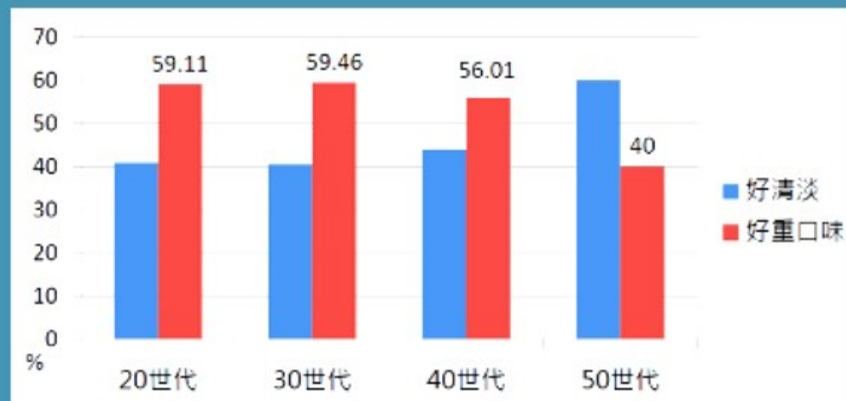
鼓勵親子參與
農村體驗

現代成年人多外食、飲食重口味，世代腸道老化嚴重--台灣乳酸菌協會
然而現行的食農教育與政策，卻較少對於成人教育有所強化。

★ 本團隊希望解決現行政策之不足，以成年外食族為對象，
推廣正確飲食教育、使用在地食材強化與生產者之連結 ★



外食情況普遍！



重口味飲食嚴重！

食作。食驗廚房



提供在地農產及廚房
讓現代人認識食材
並透過食作調理
認知均衡飲食
重建傳統飲食文化

食作 X 食堂

SINCE 2017



購餐、實作、採買
一次滿足消費者需求

食堂。示範餐廳



利用在地食材
製作健康，平價餐點
透過透明廚房
了解餐飲製作過程
傳達食物里程理念
設置農產市集
扶植在地小農

讓外食族能更深刻與食物建立連結，
讓其了解食材挑選及烹飪。

食材區



新鮮當季食材
自由挑選取用

烹煮區



每日更換電子食譜
學生協助實作教學

分享區



用餐以及
彼此分享餐點

★ 現場教學體驗趣味多、家人朋友作夥來食農 ★



晚上主要行銷對象
主要為一般的上班族
搭配聯誼或是健身餐主題
讓其烹飪並交友分享
內容以四菜一湯為主

白天主要行銷對象
為學校以及工商團體
學生讓其穿小廚師服體驗
製作內容以米食甜點為主
較為安全且趣味性較高

假日以親子廚房為主
以親子創意競賽為主題
讓父母與孩童協力
利用在地食材作創意料理

示範餐廳

提案背景

基本構想

桃園設店

起始站

初。食

點餐區

介紹碳足跡概念
每站皆標示碳排量
宣傳低碳飲食

食材區

介紹產地來源
認識食材原形

第二站

揀。食

以透明廚房的概念，
增加與消費者的互動。

終點站

惜。食

取餐區

享用美味餐點
增加在地認同

烹煮區

觀看調理過程
發現食物變化

第三站

烹。食

農夫市集

提案背景

基本構想

桃園設店

示範
餐廳

獲得美味經驗

食驗
廚房

習得烹飪技能

食農教育



農夫市集

取得在地食材



降低實踐食農理念門檻

建立生產者與消費者互動

營運架構

提案背景

基本構想

桃園設店

地點

選定交通便利，
人潮眾多之地點。
盤點都市閒置國有地
活化利用

食材

使用行政區的在地食材
製作健康，低碳，平價
的優質餐飲

食作 X 食堂

SINCE 2017

主廚帶領當地實習生
處理、烹調及營運
並傳達健康飲食理念

人力

中央與地方政府挹注
餐廳本身營收
其他額外獲利

資金

食作X食堂 桃園店



本團隊以桃園市設店為例
選址於桃園市舊火車站
作為推廣食在地、食健康、
食作、食育理念之起點



緊鄰市中心、通勤必經

閒置國有地、腹地廣大

外食人口多、商家林立

鐵路局統計桃園站

★ 每日入出站人數(2017/5/11) ★
入站24528人/出站25035人

食作X食堂 桃園店

提案背景

舊車站大廳



所有權歸屬於鐵路局，
對外招商少數店家營業

車站大廳
示範餐廳



舊一、二月台



鐵路局所有，桃市府認領
作為各局無償靜態展覽用途。

第一月台
設置用餐區
及農產市集

第二月台
食驗廚房

桃園設店

以上資料由鐵路局及桃園市政府所提供，月台部分依【交通部台灣鐵路管理局設施，花木認養要點】使用

★ 桃園市舊火車站平面圖 ★

第二月台
食驗廚房

第一月台
用餐區

食材區

烹煮區

分享區

室外用餐區

市集區

第一月台
市集區

透明廚房
與室內用餐區

碳足跡與食物里程標示

起始站
初。食

第二站
揀。食

車站大廳
示範餐廳

第三站
烹。食

終點站
惜。食

食作X食堂桃園店-人力

提案背景

基本構想

桃園設店

食驗廚房

菜單設計
行政管理
教育訓練

示範餐廳

菜單設計
行政管理
教育訓練



行政主廚



廚師



在地餐飲學校實習生

教導實習生
帶領民眾食作
確保食作教學安全

教導實習生
餐廳主要人力
食材處理與烹調

與民眾說明產地
介紹食材與如何挑選
協助食作過程之進行

內場協助廚師
外場協助點餐
介紹食物里程概念

食作X食堂桃園店-人力

提案背景

基本構想

桃園設店

★ 以桃園餐飲學校學生為食農理念傳達者，
透過產學合作，與校內實習作為結合。 ★



行政主廚

傳達食農精神
完整教育訓練
內容包含：
農業教育
飲食教育
低碳飲食



食農種子



與民眾第一線互動
作為生產者與消費者的橋梁
透過餐廳消費與廚房實作
修補產地與餐桌間的斷裂



外食族

注重自身飲食
認同在地食材
重拾在地歸屬

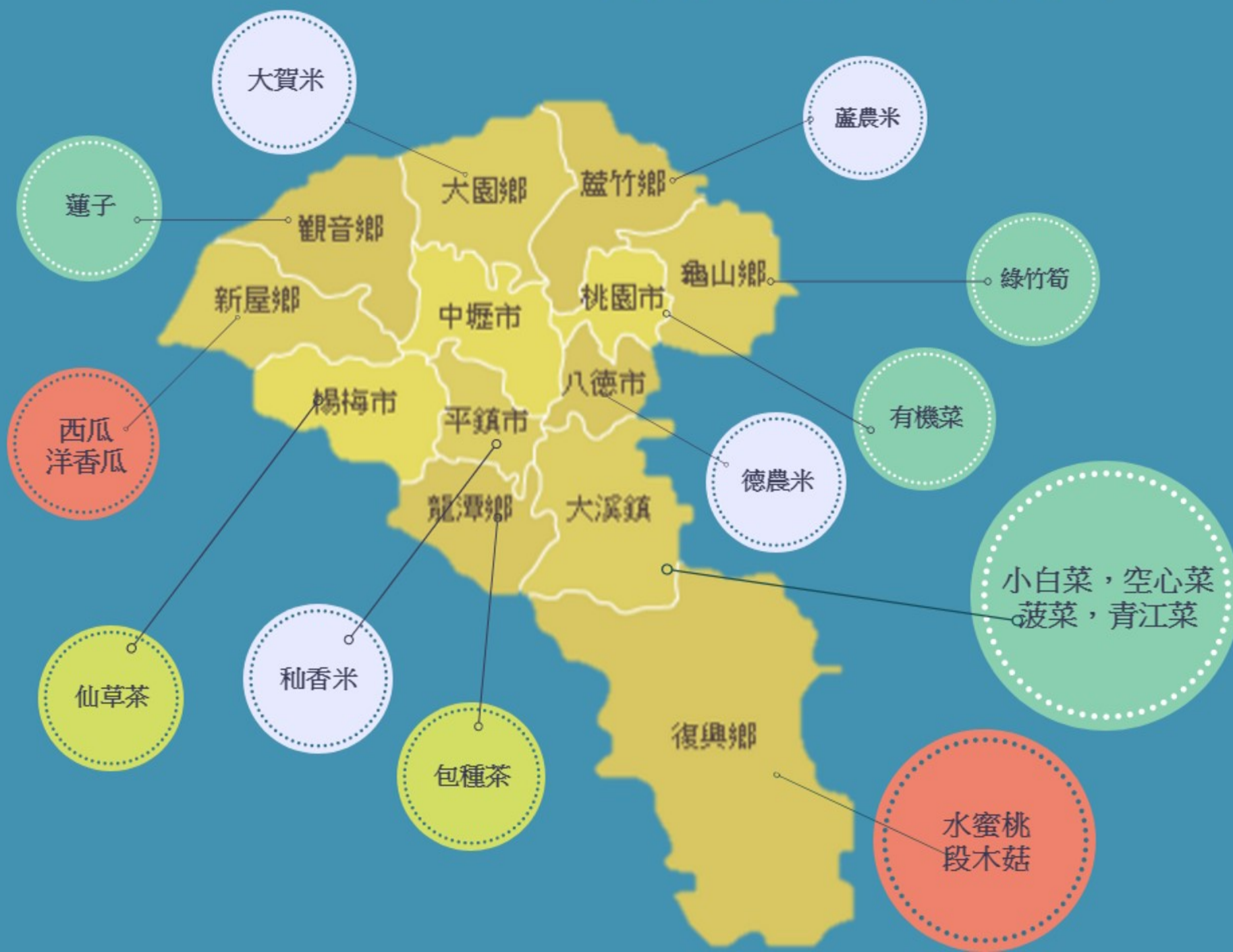
食作X食堂桃園店-食材

★ 採用在地食材四季更換菜單 ★

提案背景

基本構想

桃園設店



食作X食堂桃園店-資金

提案背景

基本構想

桃園設店

收入

餐廳營收、餐飲收入
食驗廚房門票、市集權利金

政府挹注、農委會、
地方農會、桃園觀光局
桃園教育局（學生實習）

其它營收
企業廠商贊助
廣告收入

支出

餐廳租金

人力成本

固定成本



預期效益：外食族食農理念教育

短期（外食族互動）

中期（社區互動）

長期（經驗複製）

提案背景

基本構想

桃園設店

示範餐廳
用餐經驗

外食族

食驗廚房
烹飪知識

小農市集
在地食材

★ 生活與食農理念結合
建立三方完整的教育途徑 ★



社區營造
飲食工作坊
舉辦當地
特色飲食文化季

社區



桃園店成功經驗
複製其他縣市
食農理念
推廣全台

全國

預期效益：食農理念人才培育

提案背景

基本構想

桃園設店

學校



學生從實作中
培養食農理念

業界



廚師從營運中
執行食農理念

食作 X 食作

SINCE 2017

成為食農理念
推廣人才

影響更多
店家及民眾

社會



好點子執行之對應機關

提案背景

基本構想

桃園設店



地點

交通部鐵路局，桃園市經濟發展局
桃園市都市發展局

人力

桃園市教育局，桃園市青年事務局
桃園市餐飲科商職及大學

食材

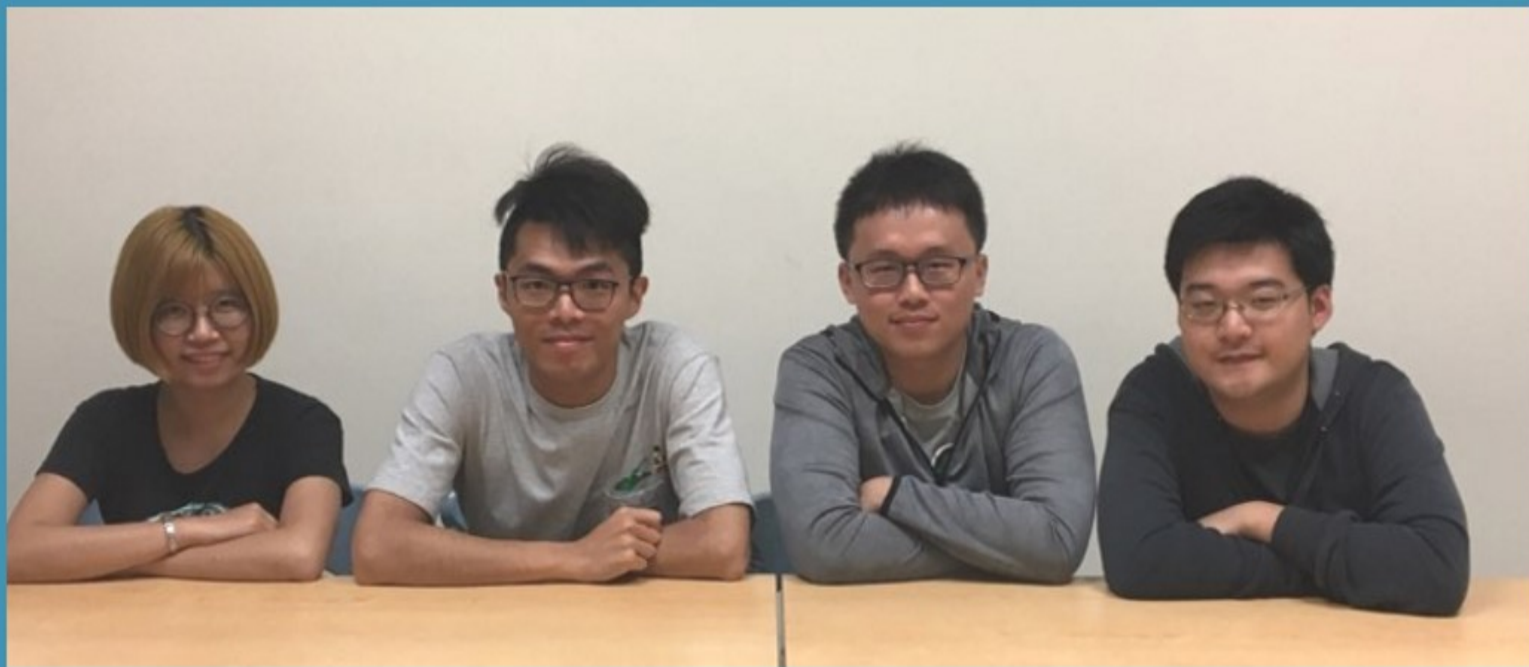
桃園市農業局，桃園市各地農會

資金

行政院農委會，桃園市政府

推廣

桃園市觀光局，桃園市文化局



- 特別感謝
- 羅世超主廚對於本團隊
予以的寶貴意見 ●

