

香港基督教播道會聯會  
中國基督教播道會寶雅幼兒學校

敬啟者：

有關：攜手建立健康小食文化

愛護孩童，不但要使他們走在當行的道路上，提供一個有利健康的成長環境亦相當重要，有見及此，學校將會逐步優化健康小食，引領幼兒建立正確的飲食態度和習慣，讓他們健康地成長，以助預防因不良飲食習慣所衍生的慢性疾病，免除他們日後罹患不必要疾病及痛苦。本校向來已按衛生署編寫的「2-6歲幼兒營養指引」編寫餐單，希望進一步優化生日會飲食文化，雖然生日會是不常會有的慶祝活動，家長也喜歡分享忌廉蛋糕、香口小食等，但在開心的情境下，幼兒不禁把這些食物聯繫到開心的情緒上，產生「吃蛋糕或吃香腸令人開心」的想法。長此下去，幼兒可能會渴望進食這些食物來尋求「開心」的感覺，漸漸形成不良的飲食習慣或不正確的飲食態度。

因此，由2018年8月開始將全面推動健康小食文化，本校不建議家長在生日會購買忌廉蛋糕，學校鼓勵家長可以購買清蛋糕或以芥花籽油代替牛油、提子乾或果蓉代替砂糖自製蛋糕，如家長無時間製作食物，亦可購買小禮物或獨立包裝的原味果仁、全麥高纖餅乾等等，將健康小食琳琅滿目地陳列在幼兒面前，讓幼兒在開心快樂之餘也能建立健康的飲食習慣。深願家長認同學校理念，與學校攜手，共建健康飲食文化。

此致

貴家長

寶雅幼兒學校



校長  謹啟  
(鄭愛琴)

二零一八年五月四日

本函檔號：PNNS 30/2017