

地址：九龍觀塘功樂道九十號
電話：2343 5059
傳真：2304 4668
電郵：ktklgss@edb.gov.hk
網址：<http://www.ktklgss.edu.hk>



ADDRESS : 90 KUNG LOK ROAD
KWUN TONG KOWLOON
TEL : 2343 5059
FAX : 2304 4668
E-MAIL : ktklgss@edb.gov.hk
WEBSITE : <http://ktklgss.edu.hk>

觀塘功樂官立中學

KWUN TONG KUNG LOK GOVERNMENT SECONDARY SCHOOL

通告編號：032 (2023/2024)

各位家長：

2023-2024 年度 親子水耕種植食譜設計比賽

本校家長教師會與學校水耕種植小組合辦「親子水耕種植食譜設計比賽」，是項親子活動讓同學在認識水耕種植的知識之餘，也可提升健康飲食意識。本會誠邀您與學生設計一個別出心裁的水耕蔬果食譜，讓您和孩子透過美食，培養共同興趣，增進親子感情，歡迎有興趣的家長和同學踴躍參與。詳情如下：

參加資格：	中一至中六學生及家長	
參加方法：	1. 創作食譜名稱 2. 預備材料份量 必須包含最少一種水耕的蔬菜： • 沙律生菜/紅珊瑚生菜/羅馬生菜/ 羽衣甘藍/菜心/白菜/車厘茄 3. 簡述烹調方法 4. 拍攝一張製成品相片，以及一張家長與學生及製成品合照(共2張照片) 5. 利用下列連結或智能手機掃描右方的二維碼，填寫 google form 資料 https://forms.gle/w5rg8SLuUWhSg4W27	
截止上載日期：	即日起至12月27日23時59分或之前	
評審標準	1. 食譜名稱(15%) 2. 材料份量(30%) 3. 烹調方法(40%) 4. 菜式相片表達(外觀及創意)(15%)	
評審人員：	1. 嚴淑貞校長 2. 家長教師會主席黃鳳儀女士 3. 水耕種植小組統籌何金耀老師	
獎項：	1. 冠軍：300元超市禮券 2. 亞軍：200元超市禮券 3. 季軍：100元超市禮券	

倘閣下有意參加以上活動，請於12月12日(星期二)或之前填妥電子回條，並參閱通告背頁的例子，於12月27日或之前掃描通告上的二維碼或連結，填妥所需的資料。如有查詢，歡迎致電2343 5059與家教會秘書鄧少興老師或水耕種植小組統籌何金耀老師聯絡。

家長教師會主席



二零二三年十二月五日
TSH/PTA

地址：九龍觀塘功樂道九十號
電話：2343 5059
傳真：2304 4668
電郵：ktklgss@edb.gov.hk
網址：<http://www.ktklgss.edu.hk>



ADDRESS : 90 KUNG LOK ROAD
KWUN TONG KOWLOON
TEL : 2343 5059
FAX : 2304 4668
E-MAIL : ktklgss@edb.gov.hk
WEBSITE : <http://ktklgss.edu.hk>

觀塘功樂官立中學
KWUN TONG KUNG LOK GOVERNMENT SECONDARY SCHOOL

參考例子

食譜名稱：香芒鮮果炒甜蝦

材料份量：

鮮中蝦	10-12 隻
士多啤梨	10-12 粒(按個人喜好增減)
洋蔥	1 個
青椒	2 個
薑	數片
蔥頭、蒜頭	2 粒(切片)

簡述烹調方法：

- 將蝦洗淨去蝦腸，用少許鹽、胡椒粉、麻油醃好，其他材料洗淨開邊切件。
- 燒熱油鑊，把蝦煎成金黃色，盛起備用。
- 再燒熱油鑊，下少許油爆香薑、蒜頭、蔥頭，放入青椒、洋蔥、及少許鹽調味，再加入芒果、士多啤梨、金黃蝦炒香，香芒鮮果甜蝦便完成。

✂-----✂
通告編號：032 (2023/2024)

回條

黃主席：

親子水耕種植食譜設計比賽

本人和敝子弟 ☐ 參加是項活動，並依時上載所需資料。
☐ 不參加是項活動。

家長簽名：_____

家長姓名：_____

學生姓名及班別：_____

二零二三年十二月____日