

新竹好味

豐富營養
活動辦法

健康不累



呷好逗相報

113年10月21日至12月08日

購買「新竹市健康飲食運動地圖網」之餐飲店家餐點一份，並符合三項以上健康元素，拍攝菜色正面照上傳活動網頁，即可參加抽獎！健康元素包含：



全穀及未精製雜糧
一項以上



蔬菜種類或顏色
需達兩項以上



優質蛋白質
豆魚蛋肉類
減少高油脂肉品



減少油炸食品
一份餐食最多只出現一項



減少加工食品
一份餐食最多只出現一項

動手玩創意

113年10月21日至12月08日

利用5項健康元素或參考我的餐盤原則，製作創意的營養餐點，並拍攝菜色正面照上傳活動網頁，即可參加抽獎！



營在起跑點

113年10月21日上午9時開始報名！

於11-12月間辦理8場次營養保健課程，詳情請前往「新竹市健康飲食地圖網」查看與報名。

更多詳細活動資訊，請上活動網頁查詢！



抽獎項目

「呷好逗相報、動手玩創意」兩項活動各抽出【商品禮券伍佰元】50名，總計100名，預計113年12月13日前於衛生局官網中公告得獎名單。



健康飲食運動地圖



新竹市衛生局粉絲專頁



新竹市政府
Hsinchu City Government



新竹市衛生局
PUBLIC HEALTH BUREAU, HINSCHU CITY



新竹市社區營養推廣中心
Hsinchu City Community Nutrition Promotion Center

廣告