

臺南市立鹽水國民中學112學年度第一學期學生[餐前5分鐘]健康護照

班級/ 1 年 1 班

學生人數/ 27

教師/

教師兼師周社緹

112學年度第一學期鹽水國中學生[餐前5分鐘]健康護照

學生欣賞影片名稱暨教師講解	觀看時間	教師簽章
9月 與趴趴亞的邂逅 4:23	112年9月7日	教師兼師周社緹
9月 《精選:詹姆士棒的》帶您認識白沙屯西瓜與南台灣限定西瓜綿 原來這些食材可以這樣料理15:16	112年9月14日	教師兼師周社緹
10月 油夠危險 3:10	112年9月21日	教師兼師周社緹
10月 一起去澆油 3:49	112年9月28日	教師兼師周社緹
10月 名營養師張益堯的「油」衷之言—破除油脂迷思,選對好油的四大重點 7:54	112年10月5日	教師兼師周社緹
10月 沙拉嘿油 4:30	112年10月12日	教師兼師周社緹
10月 選擇烹調用油?發煙點很重要 健康2.0 12:10	112年10月26日	教師兼師周社緹
11月 卷絲攜手勇闖時尚圈 10:10	112年11月2日	教師兼師周社緹
11月 墾丁南灣海域珊瑚礁生態系_閃爍的舞者烏賊 3:33	112年11月9日	教師兼師周社緹
11月 海洋頭足特攻隊 3:07	112年11月16日	教師兼師周社緹
11月柯俊年:「花枝」「烏賊」傻傻分不清?營養成分都類似、差別只在口感!處理小卷有秘訣 簡單3步驟、只要「這工具」:青島風味小卷燉豆腐【健康好生活】 8:29	112年11月23日	教師兼師周社緹
11月 海洋探險趣 3:43	112年11月30日	教師兼師周社緹
11月 頭足愛變色 FOLLOW ME, BANG! 【下課花路米 精選】1419 短版 2:45	112年12月7日	教師兼師周社緹
11月 海底夜市 4:16	112年12月14日	教師兼師周社緹
11月 海底城相見歡 2:57	112年12月21日	教師兼師周社緹
12月 黃金蕎麥 4:12	112年11月30日	教師兼師周社緹
12月 粉絲有分"久煮型"跟"快煮型" 你煮對了嗎? 3:13	112年12月28日	教師兼師周社緹
12月賞蓮趣 7:58	112年1月4日	教師兼師周社緹
12月 蔡季芳:玉米超強保存術,買再多也不怕! 8:29	112年2月29日	教師兼師周社緹
12月 黃金魔法 4:04	112年3月6日	教師兼師周社緹
12月 臺灣機能作物 蕎麥栽種影片 3:48	112年3月13日	教師兼師周社緹
12月 魔法綠豆3:09	112年3月20日	教師兼師周社緹
12月 金色蔬菜3:04	112年4月3日	教師兼師周社緹
3月 花菜料理方式 3:29	113年4月10日	教師兼師周社緹
3月 金針花鐵質比菠菜高三倍!藥食同源一身是寶!9:07	113年4月17日	教師兼師周社緹
3月 是花還是菜 4:02	113年4月24日	教師兼師周社緹
3月 花葉子吃晚餐囉 4:36	113年4月29日	教師兼師周社緹
3月 白飯、Pizza 餅皮新選擇!花椰菜米進軍市場 營養師教你怎麼吃 4:18	113年4月30日	教師兼師周社緹

臺南市立鹽水國民中學112學年度第一學期學生[餐前5分鐘]健康護照

班級/ 1 年 2 班

學生人數/ 29

教師/

蘇娟巧

112學年度第一學期鹽水國中學生[餐前5分鐘]健康護照

學生欣賞影片名稱暨教師講解	觀看時間	教師簽章
9月 與趴趴亞的邂逅 4:23	112年9月7日	教師兼導師 蘇娟巧
9月 《精選:詹姆士棒的》帶您認識白沙屯西瓜與南台灣限定西瓜綿 原來這些食材可以這樣料理15:16	112年9月14日	教師兼導師 蘇娟巧
10月 油夠危險 3:10	112年9月21日	教師兼導師 蘇娟巧
10月 一起去澆油 3:49	112年9月28日	教師兼導師 蘇娟巧
10月 名營養師張益堯的「油」衷之言—破除油脂迷思,選對好油的四大重點 7:54	112年10月5日	教師兼導師 蘇娟巧
10月 沙拉嘿油 4:30	112年10月12日	教師兼導師 蘇娟巧
10月 選擇烹調用油?發煙點很重要 健康2.0 12:10	112年10月26日	教師兼導師 蘇娟巧
11月 卷絲攜手勇闖時尚圈 10:10	112年11月2日	教師兼導師 蘇娟巧
11月 墾丁南灣海域珊瑚礁生態系_閃爍的舞者烏賊 3:33	112年11月9日	教師兼導師 蘇娟巧
11月 海洋頭足特攻隊 3:07	112年11月16日	教師兼導師 蘇娟巧
11月柯俊年:「花枝」「烏賊」傻傻分不清?營養成分都類似、差別只在口感!處理小卷有秘訣 簡單3步驟、只要「這工具」:青島風味小卷燉豆腐【健康好生活】 8:29	112年11月23日	教師兼導師 蘇娟巧
11月 海洋探險趣 3:43	112年11月30日	教師兼導師 蘇娟巧
11月 頭足愛變色 FOLLOW ME, BANG!【下課花路米 精選】1419 短版 2:45	112年12月7日	教師兼導師 蘇娟巧
11月 海底夜市 4:16	112年12月14日	教師兼導師 蘇娟巧
11月 海底城相見歡 2:57	112年12月21日	教師兼導師 蘇娟巧
12月 黃金蕎麥 4:12	112年11月30日	教師兼導師 蘇娟巧
12月 粉絲有分"久煮型"跟"快煮型"你煮對了嗎? 3:13	112年12月28日	教師兼導師 蘇娟巧
12月賞蓮趣 7:58	112年1月4日	教師兼導師 蘇娟巧
12月 蔡季芳:玉米超強保存術,買再多也不怕! 8:29	112年2月29日	教師兼導師 蘇娟巧
12月 黃金魔法 4:04	112年3月6日	教師兼導師 蘇娟巧
12月 臺灣機能作物 蕎麥栽種影片 3:48	112年3月13日	教師兼導師 蘇娟巧
12月 魔法綠豆3:09	112年3月20日	教師兼導師 蘇娟巧
12月 金色蔬菜3:04	112年4月3日	教師兼導師 蘇娟巧
3月 花菜料理方式 3:29	113年4月10日	教師兼導師 蘇娟巧
3月 金針花鐵質比菠菜高三倍!藥食同源一身是寶!9:07	113年4月17日	教師兼導師 蘇娟巧
3月 是花還是菜 4:02	113年4月24日	教師兼導師 蘇娟巧
3月 花葉子吃晚餐囉 4:36	113年4月29日	教師兼導師 蘇娟巧
3月 白飯、Pizza 餅皮新選擇!花椰菜米進軍市場 營養師教你怎麼吃 4:18	113年4月30日	教師兼導師 蘇娟巧

臺南市立鹽水國民中學112學年度第一學期學生[餐前5分鐘]健康護照

班級/ 1 年 3 班

學生人數/ 27

教師/

陳沛蓓

112學年度第一學期鹽水國中學生[餐前5分鐘]健康護照

學生欣賞影片名稱暨教師講解	觀看時間	教師簽章
9月 與趴趴亞的邂逅 4:23	112年9月7日	
9月 《精選:詹姆士棒的》帶您認識白沙屯西瓜與南台灣限定西瓜綿 原來這些食材可以這樣料理15:16	112年9月14日	代理 教師 陳沛蓓
10月 油夠危險 3:10	112年9月21日	
10月 一起去澆油 3:49	112年9月28日	代理 教師 陳沛蓓
10月 名營養師張益堯的「油」衷之言—破除油脂迷思,選對好油的四大重點 7:54	112年10月5日	代理 教師 陳沛蓓
10月 沙拉嘿油 4:30	112年10月12日	
10月 選擇烹调用油?發煙點很重要 健康2.0 12:10	112年10月26日	代理 教師 陳沛蓓
11月 卷絲攜手勇闖時尚圈 10:10	112年11月2日	
11月 墾丁南灣海域珊瑚礁生態系_閃爍的舞者烏賊 3:33	112年11月9日	代理 教師 陳沛蓓
11月 海洋頭足特攻隊 3:07	112年11月16日	
11月柯俊年:「花枝」「烏賊」傻傻分不清?營養成分都類似、差別只在口感!處理小卷有秘訣 簡單3步驟、只要「這工具」:青島風味小卷燉豆腐【健康好生活】 8:29	112年11月23日	代理 教師 陳沛蓓
11月 海洋探險趣 3:43	112年11月30日	
11月 頭足愛變色 FOLLOW ME, BANG!【下課花路米 精選】1419 短版 2:45	112年12月7日	代理 教師 陳沛蓓
11月 海底夜市 4:16	112年12月14日	
11月 海底城相見歡 2:57	112年12月21日	代理 教師 陳沛蓓
12月 黃金蕎麥 4:12	112年11月30日	
12月 粉絲有分"久煮型"跟"快煮型"你煮對了嗎? 3:13	112年12月28日	代理 教師 陳沛蓓
12月賞蓮趣 7:58	112年1月4日	
12月 蔡季芳:玉米超強保存術,買再多也不怕! 8:29	112年2月29日	代理 教師 陳沛蓓
12月 黃金魔法 4:04	112年3月6日	
12月 臺灣機能作物 蕎麥栽種影片 3:48	112年3月13日	代理 教師 陳沛蓓
12月 魔法綠豆3:09	112年3月20日	
12月 金色蔬菜3:04	112年4月3日	代理 教師 陳沛蓓
3月 花菜料理方式 3:29	113年4月10日	
3月 金針花鐵質比菠菜高三倍!藥食同源一身是寶!9:07	113年4月17日	代理 教師 陳沛蓓
3月 是花還是菜 4:02	113年4月24日	
3月 花葉子吃晚餐囉 4:36	113年4月29日	代理 教師 陳沛蓓
3月 白飯、Pizza 餅皮新選擇!花椰菜米進軍市場 營養師教你怎麼吃 4:18	113年4月30日	代理 教師 陳沛蓓

臺南市立鹽水國民中學112學年度第一學期學生[餐前5分鐘]健康護照

班級/ 一年 / 班

學生人數/ 22

教師/

鄭俊賓

112學年度第一學期鹽水國中學生[餐前5分鐘]健康護照

學生欣賞影片名稱暨教師講解	觀看時間	教師簽章
9月 與趴趴亞的邂逅 4:23	112年9月7日	教師 鄭俊賓
9月 《精選:詹姆士棒的》帶您認識白沙屯西瓜與南台灣限定西瓜綿 原來這些食材可以這樣料理15:16	112年9月14日	教師 鄭俊賓
10月 油夠危險 3:10	112年9月21日	教師 鄭俊賓
10月 一起去澆油 3:49	112年9月28日	教師 鄭俊賓
10月 名營養師張益堯的「油」衷之言—破除油脂迷思,選對好油的四大重點 7:54	112年10月5日	教師 鄭俊賓
10月 沙拉嘿油 4:30	112年10月12日	教師 鄭俊賓
10月 選擇烹调用油?發煙點很重要 健康2.0 12:10	112年10月26日	教師 鄭俊賓
11月 卷絲攜手勇闖時尚圈 10:10	112年11月2日	教師 鄭俊賓
11月 墾丁南灣海域珊瑚礁生態系_閃爍的舞者烏賊 3:33	112年11月9日	教師 鄭俊賓
11月 海洋頭足特攻隊 3:07	112年11月16日	教師 鄭俊賓
11月柯俊年:「花枝」「烏賊」傻傻分不清?營養成分都類似、差別只在口感!處理小卷有秘訣 簡單3步驟、只要「這工具」:青島風味小卷燉豆腐【健康好生活】 8:29	112年11月23日	教師 鄭俊賓
11月 海洋探險趣 3:43	112年11月30日	教師 鄭俊賓
11月 頭足愛變色 FOLLOW ME, BANG!【下課花路米 精選】1419 短版 2:45	112年12月7日	教師 鄭俊賓
11月 海底夜市 4:16	112年12月14日	教師 鄭俊賓
11月 海底城相見歡 2:57	112年12月21日	教師 鄭俊賓
12月 黃金蕎麥 4:12	112年11月30日	教師 鄭俊賓
12月 粉絲有分"久煮型"跟"快煮型"你煮對了嗎? 3:13	112年12月28日	教師 鄭俊賓
12月 賞蓮趣 7:58	112年1月4日	教師 鄭俊賓
12月 蔡季芳:玉米超強保存術,買再多也不怕! 8:29	112年2月29日	教師 鄭俊賓
12月 黃金魔法 4:04	112年3月6日	教師 鄭俊賓
12月 臺灣機能作物 蕎麥栽種影片 3:48	112年3月13日	教師 鄭俊賓
12月 魔法綠豆3:09	112年3月20日	教師 鄭俊賓
12月 金色蔬菜3:04	112年4月3日	教師 鄭俊賓
3月 花菜料理方式 3:29	113年4月10日	教師 鄭俊賓
3月 金針花鐵質比菠菜高三倍!藥食同源一身是寶!9:07	113年4月17日	教師 鄭俊賓
3月 是花還是菜 4:02	113年4月24日	教師 鄭俊賓
3月 花葉子吃晚餐囉 4:36	113年4月29日	教師 鄭俊賓
3月 白飯、Pizza 餅皮新選擇!花椰菜米進軍市場 營養師教你怎麼吃 4:18	113年4月30日	教師 鄭俊賓

臺南市立鹽水國民中學112學年度第一學期學生[餐前5分鐘]健康護照

班級/ 2年2班

學生人數/ 23

教師/

王嫻婷

112學年度第一學期鹽水國中學生[餐前5分鐘]健康護照

學生欣賞影片名稱暨教師講解	觀看時間	教師簽章
9月 與趴趴亞的邂逅 4:23	112年9月7日	代理王嫻婷 教師王嫻婷
9月 《精選:詹姆士棒的》帶您認識白沙屯西瓜與南台灣限定西瓜綿 原來這些食材可以這樣料理15:16	112年9月14日	代理王嫻婷 教師王嫻婷
10月 油夠危險 3:10	112年9月21日	代理王嫻婷 教師王嫻婷
10月 一起去澆油 3:49	112年9月28日	代理王嫻婷 教師王嫻婷
10月 名營養師張益堯的「油」衷之言—破除油脂迷思,選對好油的四大重點 7:54	112年10月5日	代理王嫻婷 教師王嫻婷
10月 沙拉嘿油 4:30	112年10月12日	代理王嫻婷 教師王嫻婷
10月 選擇烹調用油?發煙點很重要 健康2.0 12:10	112年10月26日	代理王嫻婷 教師王嫻婷
11月 卷絲攜手勇闖時尚圈 10:10	112年11月2日	代理王嫻婷 教師王嫻婷
11月 墾丁南灣海域珊瑚礁生態系_閃爍的舞者烏賊 3:33	112年11月9日	代理王嫻婷 教師王嫻婷
11月 海洋頭足特攻隊 3:07	112年11月16日	代理王嫻婷 教師王嫻婷
11月柯俊年:「花枝」「烏賊」傻傻分不清?營養成分都類似、差別只在口感!處理小卷有秘訣 簡單3步驟、只要「這工具」:青島風味小卷燉豆腐【健康好生活】 8:29	112年11月23日	代理王嫻婷 教師王嫻婷
11月 海洋探險趣 3:43	112年11月30日	代理王嫻婷 教師王嫻婷
11月 頭足愛變色 FOLLOW ME, BANG!【下課花路米 精選】1419 短版 2:45	112年12月7日	代理王嫻婷 教師王嫻婷
11月 海底夜市 4:16	112年12月14日	代理王嫻婷 教師王嫻婷
11月 海底城相見歡 2:57	112年12月21日	代理王嫻婷 教師王嫻婷
12月 黃金蕎麥 4:12	112年11月30日	代理王嫻婷 教師王嫻婷
12月 粉絲有分"久煮型"跟"快煮型"你煮對了嗎? 3:13	112年12月28日	代理王嫻婷 教師王嫻婷
12月 賞蓮趣 7:58	112年1月4日	代理王嫻婷 教師王嫻婷
12月 蔡季芳:玉米超強保存術,買再多也不怕! 8:29	112年2月29日	代理王嫻婷 教師王嫻婷
12月 黃金魔法 4:04	112年3月6日	代理王嫻婷 教師王嫻婷
12月 臺灣機能作物 蕎麥栽種影片 3:48	112年3月13日	代理王嫻婷 教師王嫻婷
12月 魔法綠豆3:09	112年3月20日	代理王嫻婷 教師王嫻婷
12月 金色蔬菜3:04	112年4月3日	代理王嫻婷 教師王嫻婷
3月 花菜料理方式 3:29	113年4月10日	代理王嫻婷 教師王嫻婷
3月 金針花鐵質比菠菜高三倍!藥食同源一身是寶!9:07	113年4月17日	代理王嫻婷 教師王嫻婷
3月 是花還是菜 4:02	113年4月24日	代理王嫻婷 教師王嫻婷
3月 花葉子吃晚餐囉 4:36	113年4月29日	代理王嫻婷 教師王嫻婷
3月 白飯、Pizza 餅皮新選擇!花椰菜米進軍市場 營養師教你怎麼吃 4:18	113年4月30日	代理王嫻婷 教師王嫻婷

臺南市立鹽水國民中學112學年度第一學期學生[餐前5分鐘]健康護照

班級/ 二年 3 班

學生人數/ 20

教師/ 施怡如

112學年度第一學期鹽水國中學生[餐前5分鐘]健康護照

學生欣賞影片名稱暨教師講解	觀看時間	教師簽章
9月 與趴趴亞的邂逅 4:23	112年9月7日	
9月 《精選:詹姆士棒的》帶您認識白沙屯西瓜與南台灣限定西瓜綿 原來這些食材可以這樣料理15:16	112年9月14日	教師兼導師 施怡如
10月 油夠危險 3:10	112年9月21日	教師兼導師 施怡如
10月 一起去澆油 3:49	112年9月28日	教師兼導師 施怡如
10月 名營養師張益堯的「油」衷之言—破除油脂迷思,選對好油的四大重點 7:54	112年10月5日	教師兼導師 施怡如
10月 沙拉嘿油 4:30	112年10月12日	教師兼導師 施怡如
10月 選擇烹調用油?發煙點很重要 健康2.0 12:10	112年10月26日	教師兼導師 施怡如
11月 卷絲攜手勇闖時尚圈 10:10	112年11月2日	教師兼導師 施怡如
11月 墾丁南灣海域珊瑚礁生態系_閃爍的舞者烏賊 3:33	112年11月9日	教師兼導師 施怡如
11月 海洋頭足特攻隊 3:07	112年11月16日	教師兼導師 施怡如
11月柯俊年:「花枝」「烏賊」傻傻分不清?營養成分都類似、差別只在口感!處理小卷有秘訣 簡單3步驟、只要「這工具」:青島風味小卷燉豆腐【健康好生活】 8:29	112年11月23日	教師兼導師 施怡如
11月 海洋探險趣 3:43	112年11月30日	教師兼導師 施怡如
11月 頭足愛變色 FOLLOW ME, BANG! 【下課花路米 精選】1419 短版 2:45	112年12月7日	教師兼導師 施怡如
11月 海底夜市 4:16	112年12月14日	教師兼導師 施怡如
11月 海底城相見歡 2:57	112年12月21日	教師兼導師 施怡如
12月 黃金蕎麥 4:12	112年11月30日	教師兼導師 施怡如
12月 粉絲有分"久煮型"跟"快煮型" 你煮對了嗎? 3:13	112年12月28日	教師兼導師 施怡如
12月賞蓮趣 7:58	112年1月4日	教師兼導師 施怡如
12月 蔡季芳:玉米超強保存術,買再多也不怕! 8:29	112年2月29日	教師兼導師 施怡如
12月 黃金魔法 4:04	112年3月6日	教師兼導師 施怡如
12月 臺灣機能作物 蕎麥栽種影片 3:48	112年3月13日	教師兼導師 施怡如
12月 魔法綠豆3:09	112年3月20日	教師兼導師 施怡如
12月 金色蔬菜3:04	112年4月3日	教師兼導師 施怡如
3月 花菜料理方式 3:29	113年4月10日	教師兼導師 施怡如
3月 金針花鐵質比菠菜高三倍!藥食同源一身是寶!9:07	113年4月17日	教師兼導師 施怡如
3月 是花還是菜 4:02	113年4月24日	教師兼導師 施怡如
3月 花葉子吃晚餐囉 4:36	113年4月29日	教師兼導師 施怡如
3月 白飯、Pizza 餅皮新選擇!花椰菜米進軍市場 營養師教你怎麼吃 4:18	113年4月30日	教師兼導師 施怡如

臺南市立鹽水國民中學112學年度第一學期學生[餐前5分鐘]健康護照

班級/ 3年 1班 學生人數/ 26人 教師/ 蔡瓊蘭

112學年度第一學期鹽水國中學生[餐前5分鐘]健康護照

學生欣賞影片名稱暨教師講解	觀看時間	教師簽章
9月 與趴趴亞的邂逅 4:23	112年9月7日	教師兼蔡瓊蘭 輔導組長
9月 《精選:詹姆士棒的》帶您認識白沙屯西瓜與南台灣限定西瓜綿 原來這些食材可以這樣料理15:16	112年9月14日	教師兼蔡瓊蘭 輔導組長
10月 油夠危險 3:10	112年9月21日	教師兼蔡瓊蘭 輔導組長
10月 一起去澆油 3:49	112年9月28日	教師兼蔡瓊蘭 輔導組長
10月 名營養師張益堯的「油」衷之言—破除油脂迷思,選對好油的四大重點 7:54	112年10月5日	教師兼蔡瓊蘭 輔導組長
10月 沙拉嘿油 4:30	112年10月12日	教師兼蔡瓊蘭 輔導組長
10月 選擇烹調用油?發煙點很重要 健康2.0 12:10	112年10月26日	教師兼蔡瓊蘭 輔導組長
11月 卷絲攜手勇闖時尚圈 10:10	112年11月2日	教師兼蔡瓊蘭 輔導組長
11月 墾丁南灣海域珊瑚礁生態系_閃爍的舞者烏賊 3:33	112年11月9日	教師兼蔡瓊蘭 輔導組長
11月 海洋頭足特攻隊 3:07	112年11月16日	教師兼蔡瓊蘭 輔導組長
11月柯俊年:「花枝」「烏賊」傻傻分不清?營養成分都類似、差別只在口感!處理小卷有秘訣 簡單3步驟、只要「這工具」:青島風味小卷燉豆腐【健康好生活】 8:29	112年11月23日	教師兼蔡瓊蘭 輔導組長
11月 海洋探險趣 3:43	112年11月30日	教師兼蔡瓊蘭 輔導組長
11月 頭足愛變色 FOLLOW ME, BANG!【下課花路米 精選】1419 短版 2:45	112年12月7日	教師兼蔡瓊蘭 輔導組長
11月 海底夜市 4:16	112年12月14日	教師兼蔡瓊蘭 輔導組長
11月 海底城相見歡 2:57	112年12月21日	教師兼蔡瓊蘭 輔導組長
12月 黃金蕎麥 4:12	112年11月30日	教師兼蔡瓊蘭 輔導組長
12月 粉絲有分"久煮型"跟"快煮型"你煮對了嗎? 3:13	112年12月28日	教師兼蔡瓊蘭 輔導組長
12月賞蓮趣 7:58	112年1月4日	教師兼蔡瓊蘭 輔導組長
12月 蔡季芳:玉米超強保存術,買再多也不怕! 8:29	112年2月29日	教師兼蔡瓊蘭 輔導組長
12月 黃金魔法 4:04	112年3月6日	教師兼蔡瓊蘭 輔導組長
12月 臺灣機能作物 蕎麥栽種影片 3:48	112年3月13日	教師兼蔡瓊蘭 輔導組長
12月 魔法綠豆3:09	112年3月20日	教師兼蔡瓊蘭 輔導組長
12月 金色蔬菜3:04	112年4月3日	教師兼蔡瓊蘭 輔導組長
3月 花菜料理方式 3:29	113年4月10日	教師兼蔡瓊蘭 輔導組長
3月 金針花鐵質比菠菜高三倍!藥食同源一身是寶!9:07	113年4月17日	教師兼蔡瓊蘭 輔導組長
3月 是花還是菜 4:02	113年4月24日	教師兼蔡瓊蘭 輔導組長
3月 花葉子吃晚餐囉 4:36	113年4月29日	教師兼蔡瓊蘭 輔導組長
3月 白飯、Pizza 餅皮新選擇!花椰菜米進軍市場 營養師教你怎麼吃 4:18	113年4月30日	教師兼蔡瓊蘭 輔導組長

臺南市立鹽水國民中學112學年度第一學期學生[餐前5分鐘]健康護照

班級/ 3 年 1 班

學生人數/

25

教師/

郭娟伶

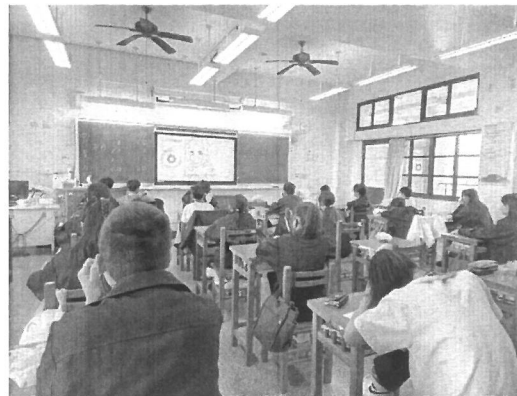
112學年度第一學期鹽水國中學生[餐前5分鐘]健康護照

學生欣賞影片名稱暨教師講解	觀看時間	教師簽章
9月 與趴趴亞的邂逅 4:23	112年9月7日	教師兼導師 郭娟伶
9月 《精選:詹姆士棒的》帶您認識白沙屯西瓜與南台灣限定西瓜綿 原來這些食材可以這樣料理15:16	112年9月14日	教師兼導師 郭娟伶
10月 油夠危險 3:10	112年9月21日	教師兼導師 郭娟伶
10月 一起去澆油 3:49	112年9月28日	教師兼導師 郭娟伶
10月 名營養師張益堯的「油」衷之言—破除油脂迷思,選對好油的四大重點 7:54	112年10月5日	教師兼導師 郭娟伶
10月 沙拉嘿油 4:30	112年10月12日	教師兼導師 郭娟伶
10月 選擇烹调用油?發煙點很重要 健康2.0 12:10	112年10月26日	教師兼導師 郭娟伶
11月 卷絲攜手勇闖時尚圈 10:10	112年11月2日	教師兼導師 郭娟伶
11月 墾丁南灣海域珊瑚礁生態系_閃爍的舞者烏賊 3:33	112年11月9日	教師兼導師 郭娟伶
11月 海洋頭足特攻隊 3:07	112年11月16日	教師兼導師 郭娟伶
11月柯俊年:「花枝」「烏賊」傻傻分不清?營養成分都類似、差別只在口感!處理小卷有秘訣 簡單3步驟、只要「這工具」:青島風味小卷燉豆腐【健康好生活】 8:29	112年11月23日	教師兼導師 郭娟伶
11月 海洋探險趣 3:43	112年11月30日	教師兼導師 郭娟伶
11月 頭足愛變色 FOLLOW ME, BANG!【下課花路米 精選】1419 短版 2:45	112年12月7日	教師兼導師 郭娟伶
11月 海底夜市 4:16	112年12月14日	教師兼導師 郭娟伶
11月 海底城相見歡 2:57	112年12月21日	教師兼導師 郭娟伶
12月 黃金蕎麥 4:12	112年11月30日	教師兼導師 郭娟伶
12月 粉絲有分"久煮型"跟"快煮型"你煮對了嗎? 3:13	112年12月28日	教師兼導師 郭娟伶
12月賞蓮趣 7:58	112年1月4日	
12月 蔡季芳:玉米超強保存術,買再多也不怕! 8:29	112年2月29日	教師兼導師 郭娟伶
12月 黃金魔法 4:04	112年3月6日	
12月 臺灣機能作物 蕎麥栽種影片 3:48	112年3月13日	教師兼導師 郭娟伶
12月 魔法綠豆3:09	112年3月20日	
12月 金色蔬菜3:04	112年4月3日	教師兼導師 郭娟伶
3月 花菜料理方式 3:29	113年4月10日	
3月 金針花鐵質比菠菜高三倍!藥食同源一身是寶!9:07	113年4月17日	教師兼導師 郭娟伶
3月 是花還是菜 4:02	113年4月24日	
3月 花葉子吃晚餐囉 4:36	113年4月29日	教師兼導師 郭娟伶
3月 白飯、Pizza 餅皮新選擇!花椰菜米進軍市場 營養師教你怎麼吃 4:18	113年4月30日	教師兼導師 郭娟伶

臺南市立鹽水國民中學112學年度學生[餐前5分鐘]

101班 學生人數/ 28

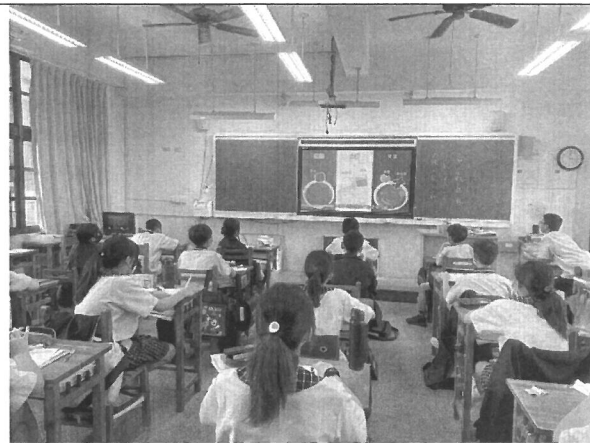
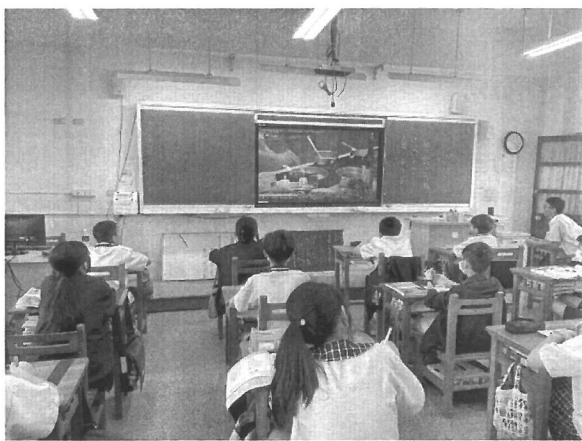
教師/周祉緹



臺南市立鹽水國民中學112學年度學生[餐前5分鐘]

102班 學生人數/ 28人

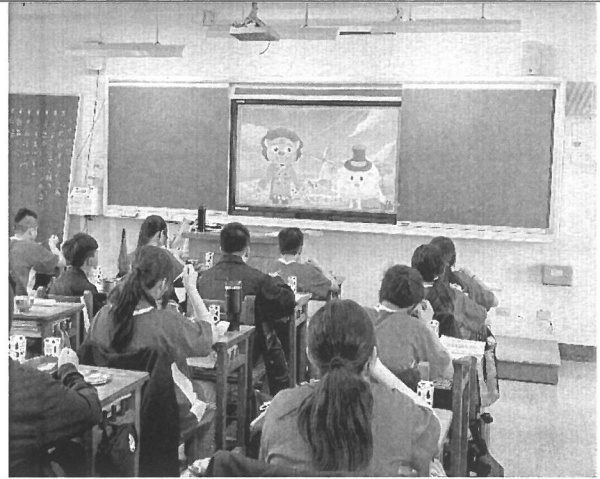
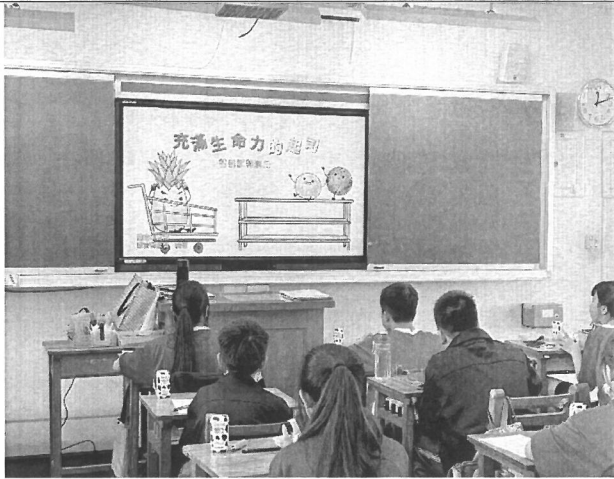
教師/蘇娟巧



臺南市立鹽水國民中學112學年度學生[餐前5分鐘]

103班 學生人數/ 28人

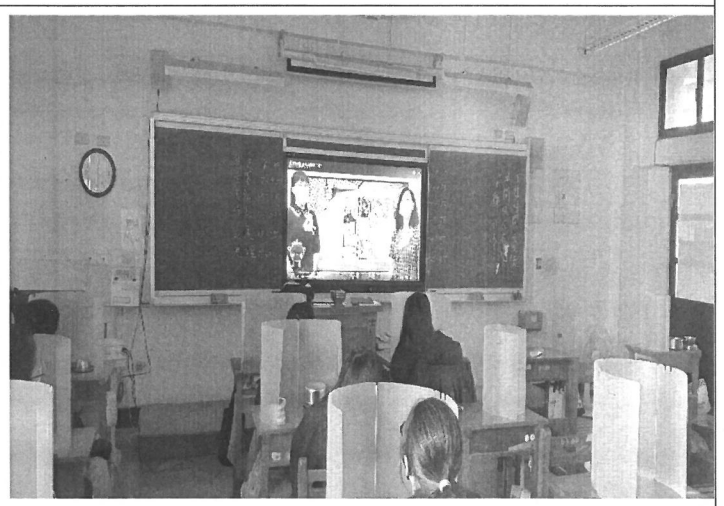
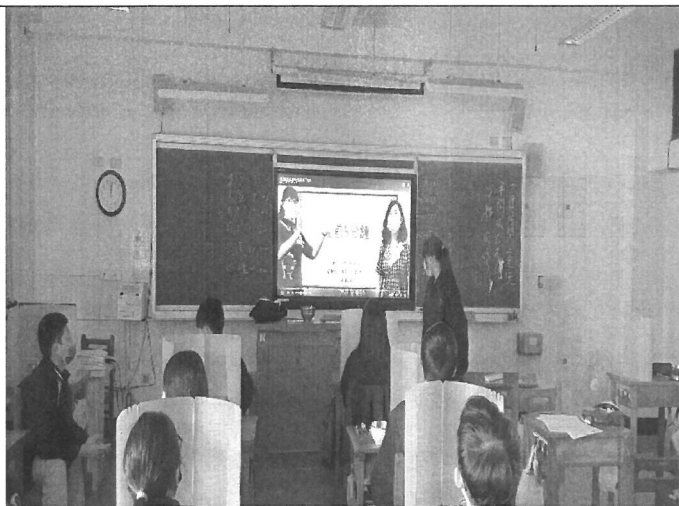
教師/陳沛蒨



臺南市立鹽水國民中學112學年度學生[餐前5分鐘]

201班 學生人數/ 22 人

教師/鄭俊賓



臺南市立鹽水國民中學112學年度學生[餐前5分鐘]

202 班 學生人數/23人

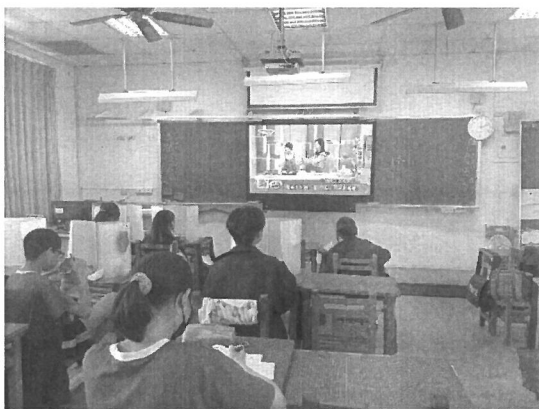
教師/王嫻婷



臺南市立鹽水國民中學112學年度第一學期學生[餐前5分鐘]

203 學生人數/ 20人

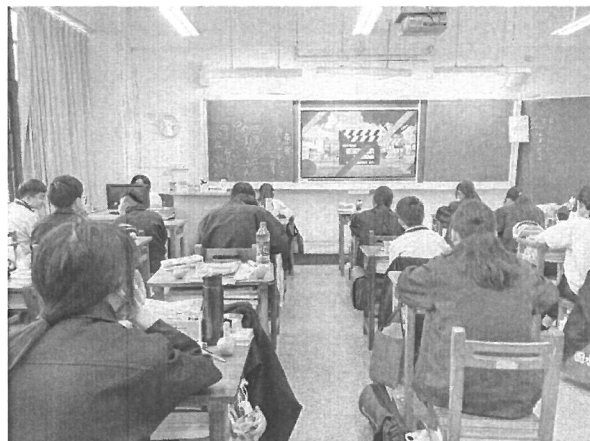
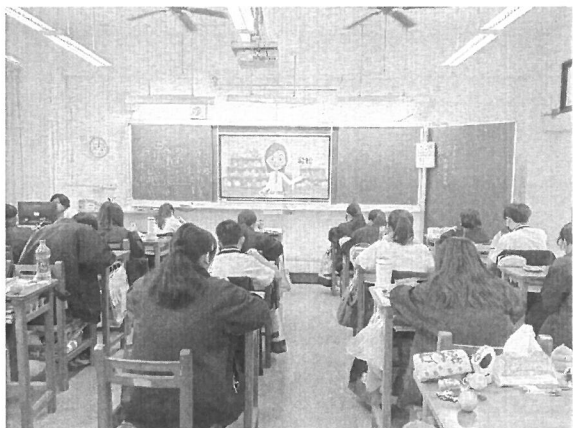
教師/施怡如



臺南市立鹽水國民中學112學年度第一學期學生[餐前5分鐘]

301班 學生人數/ 25人

教師/蔡瓊蘭



臺南市立鹽水國民中學112學年度第一學期學生[餐前5分鐘]

302班 學生人數/ 26人

教師/郭娟伶

