

彩虹飲食 大作戰

立即加入

一起成爲至營特工

特工姓名:

請按照以下步驟，立即闖關！

Step 1

掃描以下二維碼，
填妥網頁內的表格並登記個人資料



Step 2

回答網頁內的問題，並上載你的彩虹午餐盒
或分享午餐盒照片和心得



闖關成功獎勵

每位參加者均獲 **電子證書**

由主辦機構挑選各組別中最佳表現的5位參加者

可獲得 **獎座** 及 **至營獎品**

(價值\$468)

第一關

健康小知識

五顏六色的蔬果除了賣相好之外，還蘊含了豐富的營養素，對身體有很多益處。快來觀看短片了解彩虹飲食吧！

抗氧化
提升免疫力

紅



促進生長
促進視力發展
提升抵抗力

橙



黃



促進視力健康

綠



促進生長、神經系統健康
骨骼、血液健康

青



抗氧化
預防慢性病、癌症

抗氧化
保護視力
預防慢性病

藍



紫

促進腸道健康
提升免疫力

啡



註冊營養師
Leslie



*食物顏色分類沒有標準系統，將食物按顏色分類
*主要是想協助小朋友能夠理解，不同種類食物含有不同營養素

立即掃描二維碼
觀看營養師短片

第二關

彩虹午餐盒



小朋友，繪畫出心目中的彩虹午餐盒，或者上載健康午餐的照片，用50字內講解其營養價值。



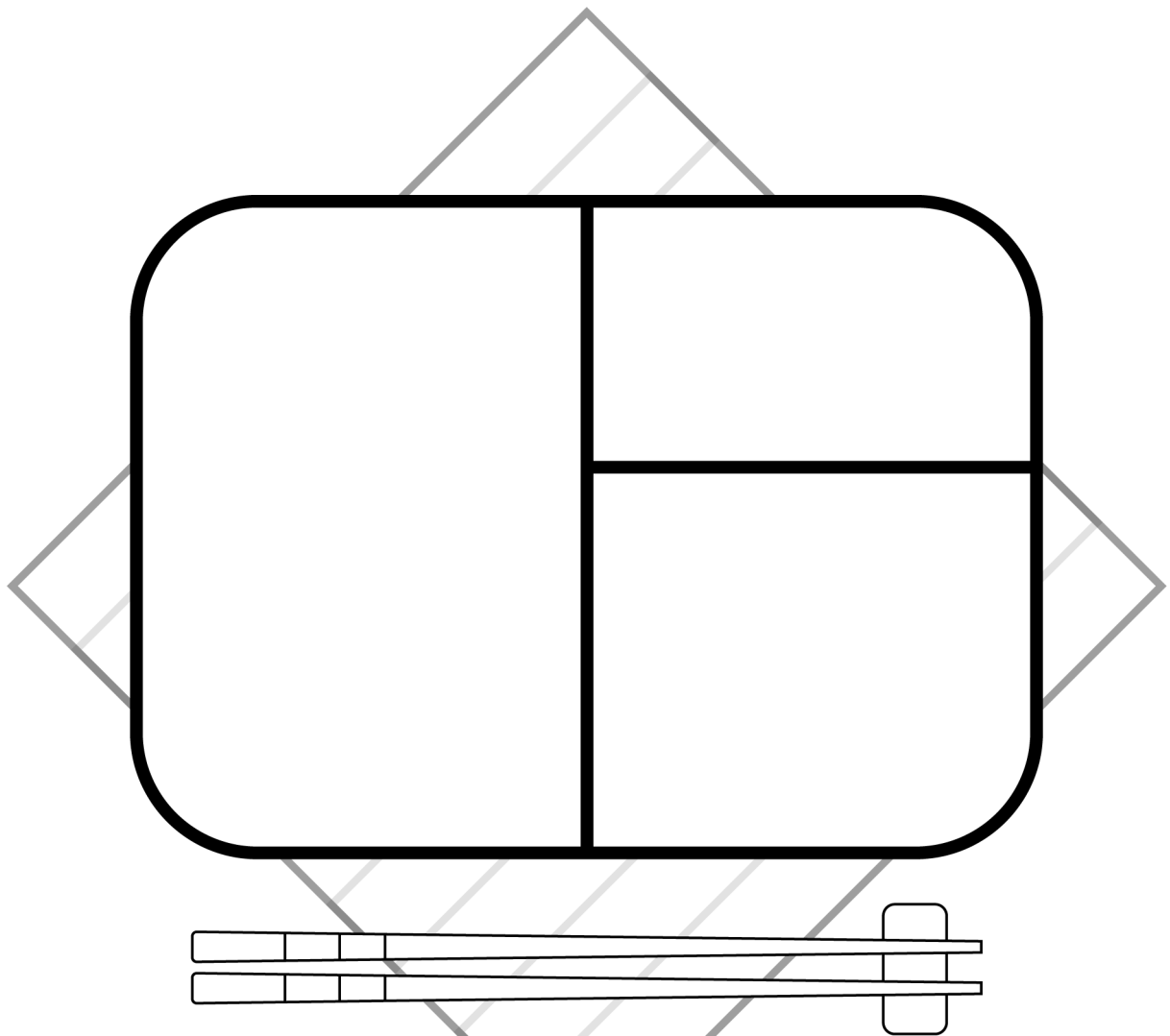
KISS KISS 健康 ACADEMY 彩虹飲食 大作戰

掃描二維碼
上載你的創作或相片





彩虹午餐盒創作



sunday KISS KISS 健康 HEALTH

彩虹飲食
大作戰

姓名: _____
年齡: _____
學校: _____