



## 第十三屆「阿爸、阿媽，食飯喇！」

### 校際烹飪比賽報名表格

截止報名日期：2026年10月16日

鳴謝：



「阿爸、阿媽，食飯喇！」校際烹飪比賽是一項鼓勵青少年親自下廚請父母親共膳的感恩孝道活動；報名者運用 AI 協助設計色香味俱全又富營養的菜譜，並在比賽當日必須親自下廚於 45 分鐘內烹製一款菜餚給父母親即場品嚐。主辦者將根據報名者的菜式設計意念，從中挑選不多於 16 間中學，48 名參賽者；評委將根據參賽者的廚藝水準及菜式設計等，從中選得獎者。團體設冠、亞、季軍、優異及嘉許獎；個人得分最高者將獲頒獎盃及現金獎。

比賽日期：2026年11月1日(星期日)下午1時30分至5時30分(分兩輪比賽，入選隊伍另作通知出賽時段)

比賽地點：香港銅鑼灣波斯富街99號利舞臺廣場9樓「煤氣烹飪中心」

參賽資格：全港中學(每校限派一隊出賽，每隊限三名同學，每位參賽同學各自烹飪一款菜餚)

學校名稱：		
學校地址：		學校電話：
負責老師：		聯絡電話：
學校電郵：		
學生姓名：	班級：	聯絡電話：
菜式名稱：		
學生姓名：	班級：	聯絡電話：
菜式名稱：		
學生姓名：	班級：	聯絡電話：
菜式名稱：		

已確認三位參賽學生將各自下廚，而其父或母亦答應於比賽當日依時出席品嚐子女菜餚。

參賽同學將比賽前準備的錄像、照片及運用 AI 設計的菜譜、分析營養成分和以圖像示範烹飪過程的資料，於 2026 年 11 月 8 日前上載至大會指定的 factbook 專頁。

報名日期：2026年\_\_月\_\_日

比賽評分標準：菜式名稱貼合主題 (10%)      菜式設計及食材配搭 (25%)      菜餚味道及廚藝 (25%)  
清潔及衛生 (10%)      外觀 (10%)      社交平台展示 (10%)      AI 創意 (10%)

烹飪比賽後，大會將邀請最多三隊勝出隊伍到保良局屬下的安老院烹製簡易便餐予長者

條款及細則：

- 以電腦填妥報名表格後，連同參賽菜餚照片，以學校電郵地址發送至 pama@pavas.org.hk，並於電郵主旨註明「參加校際烹飪比賽」。
- 不接受郵寄報名表格及作品；必須以學校電郵發出，以便主辦單位確認。
- 每位參賽者的菜式材料費用上限 HK\$100，須自行購買及預備食材作比賽之用。本會將於「校際戲劇比賽決賽暨頒獎禮」當日，頒發獎項，並給予每位參賽同學港幣一百元食材費用(毋須購買單據證明)和一百元交通津貼。
- 未能依時出賽者及領獎者，均作自動棄權論。
- 本活動不設上訴機制，所有參賽報名表格概不發還。
- 參賽者向大會提交報名表格，即代表參賽者已經明白及同意所有參賽條款及細則，並同意大會於與本次比賽有關的任何活動及日後之教育活動(非商業)等情況下使用、修改、複製、展示、刊出及於媒體發布參賽者在該比賽活動中之照片、錄像及文字介紹之資料，而毋須另行徵得參賽者的同意及向參賽者繳交費用。
- 大會有權否決任何參賽者的參與資格；若作品未達評審標準，得獎項從缺。
- 大會保留所有參賽條款細則的更改權、最終解釋權及最終決定權。

## 第一位參賽學生和菜式資料

學生姓名：	
班級：	聯絡電話：
菜式名稱：	
菜式材料：	
菜式特色：	
菜餚照片：請將照片以不大於 3MB 的 jpeg 檔案連同報名表格以學校電郵地址發送至 <a href="mailto:pama@pavas.org.hk">pama@pavas.org.hk</a> ，並以菜餚名稱命名檔案。	

## 第二位參賽學生和菜式資料

學生姓名：	
班級：	聯絡電話：
菜式名稱：	
菜式材料：	
菜式特色：	
菜餚照片：請將照片以不大於 3MB 的 jpeg 檔案連同報名表格以學校電郵地址發送至 <a href="mailto:pama@pavas.org.hk">pama@pavas.org.hk</a> ，並以菜餚名稱命名檔案。	

### 第三位參賽學生和菜式資料

學生姓名：	
班級：	聯絡電話：
菜式名稱：	
菜式材料：	
菜式特色：	
菜餚照片：請將照片以不大於 3MB 的 jpeg 檔案連同報名表格以學校電郵地址發送至 <a href="mailto:pama@pavas.org.hk">pama@pavas.org.hk</a> ，並以菜餚名稱命名檔案。	