

113

「外食健康搭配我最行」

抽獎活動



我的餐盤



堅果種子一茶匙

參加資格

13歲以上現居於臺南市之居民皆可參加

活動時間

113年9月18日至113年10月31日止

活動規則

1. 活動期間拍下自己創意搭配的餐點照片及相關說明資料，完成上傳符合資格者即可獲得一次抽獎機會。
2. 上傳之照片菜色比例須仿照國民健康署「我的餐盤」，可參考衛生福利部國民健康署「我的餐盤」均衡飲食圖像及口訣自行搭配



① 參考我的餐盤口訣QRCode →



② 餐點創意搭配 →



③ 拍照 →



④ 活動上傳指定網址QRCode

3. 可多次(不同餐點照片)上傳，惟每人累計最多5次抽獎機會，且每人限得獎一次。
4. 於活動期間，將陸續由營養師篩選投件照片符合資格者，於10月31日活動結束後，統一進行抽獎。
5. 抽獎時間：將於113年11月15日前抽出，得獎名單並同步公告至本局官網最新消息及臺南健康情報讚粉絲專頁。

活動獎勵

1. 於活動期間內完成Google表單上傳且照片菜色符合國民健康署「我的餐盤」才能獲得好禮抽獎資格(名額42名)。
2. 得獎者可獲得商品禮券100元、精美禮物一份(分隔式便當盒或等值商品)及本局健康料理系列食譜一本。

