

「識飲識食識選擇」講座

17/11/2023(五)在聯課活動時段舉行了「識飲識食識選擇」講座，透過介紹飲食金字塔及其各類別的營養價值，讓同學認識健康飲食；講座中還設有關於健康小食的問答遊戲，期間同學反應熱烈，從中學會日常飲食要少油、鹽及糖，培養同學建立正確健康的飲食習慣。

