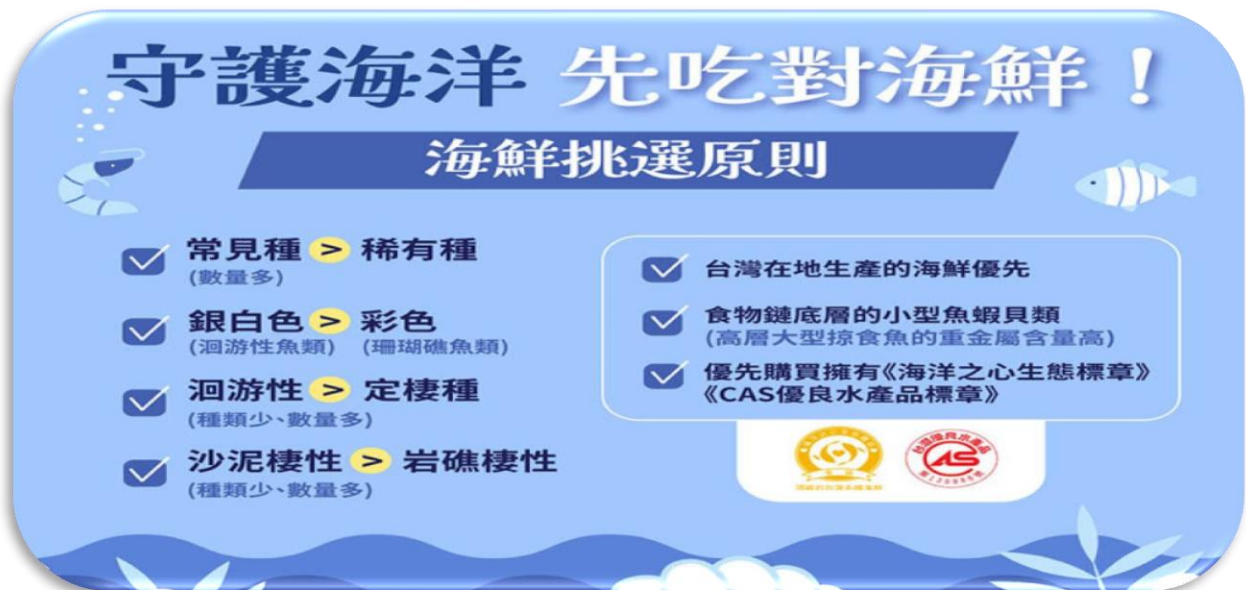


田心庄三民國中快樂午餐(113 年 8+9 月)

本月主題：【台灣「海鮮」選擇指南】



☞買對魚、吃對魚，才能年年有魚

因為過度捕撈、棲地破壞、環境汙染及氣候變遷，全球海洋資源與海洋生物多樣性正在快速地衰退，如果我們再不努力改變，再過不到 30 年，海洋將會面臨無魚可捕的窘境。因此，除了要減少捕魚的速度與數量，強化野撈漁業與養殖漁業管理，更需要消費者在挑選海鮮時，盡可能選擇符合生態保育及永續利用原則的水產品。

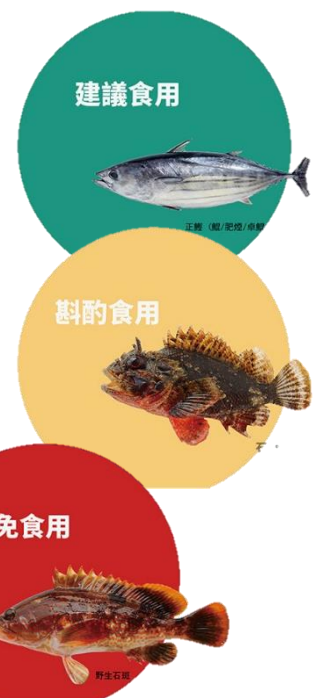
☞海鮮挑選原則

- 。有標章優先_永續標章>溯源履歷>沒有標章或履歷
- 。國產魚優先_台灣在地養殖>進口養殖

建議食用：常見魚種：文蛤、鯖魚(花腹鯖)、白帶魚、正鯷、虱目魚、香魚、白蝦、養殖烏魚(子)

斟酌食用：花蟹、吻仔魚、白鯧、黃金鰱、秋刀魚、旗魚、鰻魚(白鰻)、鮪魚、鱸魚、石斑

避免食用：鯊魚(魚翅)、鯨鯊、黑鮪魚、進口圓鰹、蝴蝶魚、椰子蟹、野生龍蝦



藝慶團膳公司派駐三民國中 溫憶伶小姐關心您

【圖文：2024 宜蘭綠博台灣海鮮選擇指南 公告：三民國中午餐中心】