

五個溫馨提醒 完整填寫免費及減免家庭收入申請表格

完整填寫所有必填欄位

1. 如果申請表格中任何必填欄位未填，您孩子的學校則無法處理申請。如果您對於所需資訊有任何疑問，請您務必聯絡申請說明中的指定聯絡人!
2. 如果您再申請表中的第一步驟（1）部分中勾選了「移民、離家出走或無家可歸」項目，您孩子的學校需要在批准福利前，向相關學校或官員確認此身份。

您的孩子是否已經獲得直接認證享有免費餐飲資格?

3. 如果您的家庭已經收到孩子學校所發出的通知函通知您孩子已經直接獲得認證享有免費餐飲資格，則**無需**填寫申請表。因為您的孩子已自動符合免費餐飲的領取條件。如果您對直接認證有任何疑問，或您僅收到家中一名孩子的通知函，請聯絡孩子的學校。

案件編號

4. 如果您在申請表中第二步驟中提供了一個案件編號，而且您家中有人接受 SNAP 和 /或 TANF 援助，您必須在申請表中附上一份您從衛生與公共服務部 (DHHS) 收到的 SNAP 和/或 TANF 資格決定通知副本。如果您需要 DHHS 的決定通知副本，請聯絡 1-844-ASK-DHHS。

SNAP = 補充營養協助計畫

TANF 或 FANF = 困難戶暫時性救助金方案



家庭成員總數

5. 請確保家庭成員姓名及數量(包括兒童和成年家庭成員)與第三步驟（3）中的家庭成員總數相符。如果兩者不同，您孩子的學校則無法受理申請。

USDA 為平等機會提供者、雇主和貸款機構。



LINQ Connect



輕鬆登錄

一站式中心，方便管理付款和設置提醒等功能！



免費註冊

操作簡便的門戶，讓您輕鬆快速完成註冊過程。



告别麻烦

無需再將現金送至學校，輕鬆完成一次性或定期支付。



資源中心

實用的指引和工具，協助您順利完成學生付款設置。



儀錶板

簡潔互動的儀錶板，讓您一目了然地查看所有學生。



輕鬆支付費用

通過 LINQ Connect 移動應用程式或在線支付年鑒、校外旅行、畢業費用等。

下載免費移動應用

程式或瀏覽

LINQConnect.com



Google Play



Apple Store





SCHOOL DISTRICT

學區總監辦公室

20 Seminary Hill

West Lebanon, NH 03784

電話：603-790-8500 傳真：603-790-8310

www.sau88.net

Amy Allen, 學區總監

Karen DuBois, 學術與參與機會主任

Ben Nester, 學生服務主任

Tim Ball, 行政主管

美國農業部 (USDA) 全國學校午餐計畫 (NSLP) 免費及減價餐食常見問題解答

2025 年 8 月

尊敬的家長/監護人：

在每一個上學日，Lebanon 學區透過 USDA 全國學校午餐計畫提供健康餐食。早餐價格為：學前班至四年級 2.00 美元，五年級至十二年級 2.25 美元；午餐價格為：學前班至四年級 3.95 美元，五年級至十二年級 4.05 美元。您的孩子可能有資格透過該計畫獲得免費餐食或減價餐食。如果您的家庭符合減價餐食資格，早餐將免費提供，午餐價格為 0.40 美元。**免費及減價餐食申請表不僅可以用於申請餐食，您收到的資格認定信函還可能為您在學區和社區中帶來額外福利。這些福利可能包括減免學前班/夏令營學費、年鑑費用、學生手冊遺失費、公用事業費和會員費。**以下是一些常見問題及解答，以幫助您確定孩子的資格。

1. 誰可以獲得免費或減價餐？

- 家裡正在領取新罕布什爾州補充營養援助計畫 (NH SNAP) 或新罕布什爾州需求家庭臨時救助計畫 (NH TANF) 福利的所有兒童，都有資格獲得免費餐。
- 受寄養機構或法院法律責任保護的寄養兒童，有資格獲得免費餐。
- 參加學校 Head Start 項目的兒童，有資格獲得免費餐。
- 符合無家可歸、離家出走或流動兒童定義的兒童，有資格獲得免費餐。
- 如果家庭收入在聯邦收入資格指南的限額內（見下表），兒童也可能有資格獲得免費或減價餐。

兒童營養計畫收入指南：2025 年 7 月 1 日至 2026 年 6 月 30 日

家庭人口	年收入	月收入	半月收入	雙週收入	週收入
1	28,953	2,413	1,207	1,114	557
2	39,128	3,261	1,631	1,505	753
3	49,303	4,109	2,055	1,897	949
4	59,478	4,957	2,479	2,288	1,144
5	69,653	5,805	2,903	2,679	1,340
6	79,828	6,653	3,327	3,071	1,536
7	90,003	7,501	3,751	3,462	1,731
8	100,178	8,349	4,175	3,853	1,927
家庭人口每增加 1 人，則加上：	10,175	818	424	392	196

2. 我如何確定我的孩子是否符合無家可歸者、移民或離家出走者資格？

- 您的家庭成員是否沒有固定住址？是否共同居住在收容所、旅館或其他臨時住所？您的家庭是否按季節遷移？是否有兒童主動離開原先的家庭來與您同住？如果您認為家中孩子符合上述

情況但未被告知可享受免費餐食，請聯繫學生服務主任 Ben Nester，電話：603-790-8500 轉 1110，或發送電郵至 bnester@sau88.net。

3. 我是否需要為每個孩子單獨填寫申請表？

不需要。您只需為全家的在讀孩子填寫一份《免費及減價學校餐食申請表》。請注意，內容不完整的申請將無法透過審批，請務必填寫所有必填資訊。請將填寫完整的申請表寄送至：
Shaylee Briggs, 20 Seminary Hill, West Lebanon, NH 03784，聯繫電話：603-790-8500 轉 1115。

4. 如果本學年我已收到孩子獲得免費餐食批准的通知信函，是否需要重新申請？

- 不需要，但請仔細閱讀通知信函並按照說明操作。若通知信函中未包含您家中的某個孩子，請立即聯繫：Shaylee Briggs, 20 Seminary Hill, West Lebanon, NH 03784，電話：603-790-8500 轉 1115，電郵：sbriggs@sau88.net。

5. 可以線上申請嗎？

- 可以！我們建議您儘量選擇線上方式進行申請，而非紙本申請。線上申請表的要求與紙本表完全一致，需要填寫的資訊也相同。請造訪 <https://linqconnect.com> 進行線上申請或瞭解詳情。如對線上申請有任何疑問，請聯繫：Shaylee Briggs, 20 Seminary Hill, West Lebanon, NH 03784，電話：603-790-8500 轉 1115，電郵：sbriggs@sau88.net

6. 去年的申請已獲批准，今年是否需要重新申請？

- 需要。申請表僅在上個學年及本學年開學前幾天有效。除非學校已通知您孩子符合新學年資格，否則必須提交新的申請表。

7. 我正在領取婦女及嬰幼兒營養補助 (WIC)，我的孩子可以獲得免費餐食嗎？

- 家庭參與了 WIC 計畫的兒童可能有資格獲得免費或減價餐食，但參與 WIC 計劃不會自動使您的家庭獲得免費或減價餐食。請參照收入標準申請餐食補助。

8. 我提供的資訊會被查核嗎？

- 會的。我們可能還會要求您提交書面證明，以查核您申報的家庭收入。

9. 如果我現在不符合資格，以後還能申請嗎？

- 可以。您可以在學年內的任何時間提出申請。例如，當家長或監護人失業，導致家庭收入低於標準時，孩子可能有資格獲得免費或減價餐食。

10. 如果我不同意學校對我的申請所做出的決定，該怎麼辦？

- 您可以先與學校工作人員溝通。您也可聯繫學區總監以要求舉行聽證會，通信地址：Amy Allen, Superintendent of Schools, 20 Seminary Hill, West Lebanon, NH 03784，電話：603-790-8500 轉 1107，電郵：aallen@sau88.net

11. 我的家庭成員中有非美國公民，可以申請嗎？

- 可以。您本人、您的孩子或其他家庭成員無需是美國公民即可申請免費或減價餐食。

12. 如果我的收入金額不固定怎麼辦？

- 請填寫您通常獲得的收入金額。例如：若您通常月收入 1000 美元，但上月因缺勤僅獲得 900 美元，仍應填寫 1000 美元。若您通常有加班費，則也應包含在內，但偶爾加班則不必計入。若您已失業或遭遇減薪減時，請按當前收入申報。

13. 如果某些家庭成員沒有需要申報的收入，怎麼辦？

- 有些家庭成員可能沒有我們需要您申報的某些收入類型，或者完全沒有收入。遇到這種情況時，請在相應欄位填寫 0。請注意，如果收入欄位留白或未填寫，我們也會將其視為 0。請謹慎處理留白的欄位，因為我們會認為您是有意留白的。

14. 我們是軍人家庭，收入申報方式是否不同？

- 您的基本工資和現金獎金必須作為收入申報。如果您獲得任何形式的現金補貼（例如軍事基地之外的住房津貼、食品或服裝補貼），或領取家庭生活補助津貼，這些也必須計入收入。但如果您的住房屬於軍事住房私有化計畫的一部分，則無需將住房津貼計入收入。因軍事部署而獲得的額外作戰津貼也不計入收入。

15. 如果申請表空間不夠填寫所有家庭成員怎麼辦？

- 請將額外的家庭成員資訊列在另一張紙上並附在申請表後。如需取得第二份申請表，請聯繫 Shaylee Briggs，通訊地址：Shaylee Briggs, 20 Seminary Hill, West Lebanon, NH 03784，電話：603-790-8500 轉 1115，電郵：sbriggs@sau88.net

16. 我的家庭需要更多協助，還可以申請哪些其他計劃？

- 如需瞭解如何申請 SNAP、TANF、印第安原住民食品分配計畫 (FDPIR) 或其他援助福利，請聯繫當地援助辦公室，或致電 603-271-9700 或 844-275-3447。

17. 如何獲知申請結果？

- 我們將郵寄資格認定信函給您。請妥善保管此信函，因為它可用於取得學區和社區的額外福利，例如減免學前班/夏令營學費、年鑑費、學生手冊遺失費、公用事業費和會員費等。請注意，商家的折扣政策可能會有所變動。

如有其他問題或需要協助，請致電 603-790-8500 轉 1115 或發送電郵至 sbriggs@sau88.net 聯繫 Shaylee Briggs。

謹致問候！

Shaylee Briggs

Shaylee Briggs, 助理行政主管

Lebanon 學區 – SAU88

20 Seminary Hill

West Lebanon, NH 03784

603-790-8500 x 1115

sbriggs@sau88.net

美國農業部 (USDA) 是提供平等機會的機構、雇主和貸款方。

2025-2026 年免費和優惠校餐原型家庭申請表

每個家庭填寫一份申請表。請使用鋼筆（而非鉛筆）填寫。

Chinese (Traditional) / Cantonese
Translation

請登錄 www.linqconnect.com 線上申請

第 1 步 列出家庭成員中所有是嬰幼兒、兒童和 12 年級以下（包括 12 年級）學生的成員（如果額外的姓名需要更多空白，請使用附頁）

家庭成員的定義：“與您居住在一起並共用收入和費用的任何人員，即使相互間沒有關係。”
收養照護下的兒童和滿足無家可歸、移民或離家出走規定的兒童有資格獲得免費校餐。欲獲取更多資訊，請閱讀**如何申請免費和優惠校餐**。

兒童的名字	MI	兒童的姓氏	年級	學生？ 是 否	無家可歸、 移民、 離家出走 養子
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>

選擇所有適用答案

第 2 步 您的任何家庭成員（包括您）目前參加以下一項或多項援助計畫嗎：SNAP、TANF 或 FDPIR？

如否 > 轉到第 3 步。 如是 > 在這裡填寫案號，然後轉到第 4 步驟（不要完成第 3 步）

案號：

請只在該空白處填寫一個案號。

第 3 步 報告全體家庭成員的收入（如果在第 2 步中回答“是”，跳過這一步）

您不確定在此包含哪些收入？
翻頁並閱讀標題為“收入來源”的圖表，以瞭解更多資訊。
“兒童收入來源”圖表將說明您填寫兒童收入部分。
“成年人收入來源”圖表將說明您填寫所有成年人家庭成員部分。

A. 兒童收入
有時候，家庭中的兒童也賺取或領取收入。請包含在第 1 步中所列所有家庭成員所領取的總收入。

兒童收入 \$

多經常？
每週 每兩周 每月 2 次 每月

B. 所有成年人家庭成員（包括您自己）
列出在第 1 步中沒有列出的所有家庭成員（包括您自己），即使他們沒有收入。對於所列的每個家庭成員，如果他們的確有收入，只報告各個來源的總毛收入（稅前），以美元為單位（不包括美分）。如果他們不從任何來源獲得收入，填寫“0”。如果輸入“0”或留空任何欄目，您在證明（承諾）沒有任何要報告的收入。

成年人家庭成員的姓名（名字和姓氏）	工作收入	多經常？				公共救濟金/ 兒童撫養費/贍養費	多經常？				養老金/退休金/ 所有其他收入	多經常？			
		每週	每兩周	每月 2 次	每月		每週	每兩周	每月 2 次	每月		每週	每兩周	每月 2 次	每月
<input type="text"/>	\$ <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	\$ <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	\$ <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	\$ <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	\$ <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	\$ <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	\$ <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	\$ <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	\$ <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	\$ <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	\$ <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	\$ <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	\$ <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	\$ <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	\$ <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

家庭成員總人數 (兒童和成年人)

主要掙薪資者或其他成年人家庭成員社會安全號碼 (SSN) 的最後四位元數字

如果沒有 SSN，請選中

第 4 步 聯繫資訊和成年人簽名

“我證明（承諾）該申請表中的所有資訊都是真實的，而且所有收入均已報告。我明白，這些資訊的提供與獲得聯邦基金有關，而且學校官員可能會核實（審查）這些資訊。我明白，如果我故意提供虛假資訊，我的兒童可能會喪失校餐福利，而且我可能會被依照適用的州和聯邦法律起訴。”

街道地址（如可用） 公寓號碼

城市 州 郵遞區號

日間電話和電子郵件（可選）

簽署表格成年人的列印姓名 成年人的簽名 今天的日期

兒童收入來源	
兒童收入來源	示例
- 工作收入	- 兒童有賺取月薪或週薪的正規全職或兼職工作
- 社會保障 - 殘疾人救濟金 - 撫恤金	- 兒童失明或殘疾，接收社會保障福利 - 家長殘疾、退休或去世，他們的兒童享受社會保障福利
- 來自家庭之外人士的收入	- 朋友或家族成員定期給兒童零花錢
- 來自任何其他來源的收入	- 兒童接受來自私人養老基金、企業年金、或信託的定期收入

成年人收入來源		
工作收入	公共救濟金/贍養費/兒童撫養費	養老金/退休金/所有其他收入
- 月薪、週薪、獎金 - 個體經營的淨收入（農場或企業） 如果您在美國軍隊服役： - 基本工資和獎金（不包含戰鬥薪酬、FSSA 或私有化住房津貼） - 基地外住房、飲食或服裝津貼	- 失業救濟金 - 職工賠償 - 補助補充保障金 (SSI) - 來自州或當地政府的現金援助 - 贍養費 - 兒童撫養費 - 老兵福利 - 罷工福利	- 社會保障（包括鐵路退休和黑肺病補助） - 私人養老金或殘疾福利 - 來自信託或財產的定期收入 - 年金 - 投資收益 - 賺得的利息 - 租金收入 - 來自外部家庭定期現金款項

我們需要瞭解有關兒童的種族和民族的資訊。該資訊很重要，有助於確保我們全面地服務於我們的社區。對這一部分的回答是可選的，不會影響兒童獲得免費或優惠校餐的資格。

民族（選擇一項）： 西班牙裔或拉丁裔 不是西班牙裔或拉丁裔
 種族（選擇一項或多項）： 美洲印第安人或阿拉斯加原住民 亞洲人 黑人或非裔美國人 夏威夷原住民或其他太平洋島民 白人

Richard B. Russell 國立學校午餐行動要求該申請表中的資訊。您不必一定提供資訊，但如果您不提供資訊，我們則無法批准您的兒童享受免費或優惠校餐。您必須包含簽署該申請表成年人家庭成員社會安全號碼的最後四位元數字。當您以收養兒童的名義申請時，或當您列出補充營養援助計畫 (SNAP)、貧困家庭臨時援助 (TANF) 計畫或印第安人保護區食品分配計畫 (FDPIR) 的案號或您的兒童的其他 FDPIR 標誌時，或當您指出簽署該申請表的成年人家庭成員沒有社會安全號碼時，則不必填寫社會保障號碼的最後四位元數字。我們將使用您的資訊確定您的兒童是否有資格享受免費或優惠校餐，並管理和執行午餐和早餐計畫。我們可能會與教育、衛生和營養計畫共用您的資格資訊，以說明他們評估、籌資或確定他們的計畫的福利，以及與計畫評審的審核員和執法人員共用您的資格資訊，以說明他們調查違反計畫規則的情況。

據聯邦民權法和美國農業部 (USDA) 民權法規和政策，美國農業部 (USDA) 及其機構、辦事處和員工，以及參與或管理美國農業部 (USDA) 計畫的機構禁止在美國農業部 (USDA) 所開展或資助的任何計畫或活動中基於種族、膚色、國籍、性別、殘疾、年齡或報復或因之前民權活動的報復的歧視。

對於計畫的資訊需要其他交流方式（如盲文、大字本、錄音帶、美國手語等）的殘疾人士，應聯繫他們申請福利的機構（州或當地）。耳聾、聽力困難或語言障礙人士可通過聯邦中轉服務聯繫美國農業部 (USDA)，電話：**(800) 877-8339**。另外，計畫的資訊還可以英語以外的其他語言提供。

要投訴計畫的歧視，請填寫 **USDA 計畫歧視投訴表格 (AD-3027)**，此可訪問：
http://www.ascr.usda.gov/complaint_filing_cust.html 或從 USDA 的任何辦事處獲得，另外也可致函 USDA 並在函中提供表格所需的所有資訊。要索取投訴表格，請致電 **(866) 632-9992**。通過以下方式向 USDA 提交您填寫的表格或函件：

郵寄：**U.S. Department of Agriculture
 Office of the Assistant Secretary for Civil Rights
 1400 Independence Avenue, SW
 Washington, D.C. 20250-9410**
 傳真：**(202) 690-7442**; 或者
 電子郵件：**program.intake@usda.gov**

該機構是一家平等機會提供者。

Annual Income Conversion: Weekly x 52, Every 2 Weeks x 26, Twice a Month x 24 Monthly x 12

Total Income		How often?				Household size		Eligibility:		
<input type="text"/>		Weekly	Bi-Weekly	2x Month	Monthly	<input type="text"/>		Free	Reduced	Denied
<input type="text"/>		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="text"/>		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Determining Official's Signature		Date		Confirming Official's Signature		Date		Verifying Official's Signature		Date
<input type="text"/>		<input type="text"/>		<input type="text"/>		<input type="text"/>		<input type="text"/>		<input type="text"/>

Categorical Eligibility

如何申請免費和優惠校餐

請使用這些指導來幫助您填寫免費或優惠校餐申請表。您每戶只需要提交一份申請表，即使您的兒童在Lebanon School District的一所以上學校上學。申請表務必填寫完整，以證明您的兒童有資格享受免費或優惠校餐。請按循序執行這些指導！指導中的每一步與您的申請表上的各個步驟是一致的。如果您在任何時候不確定下一步該怎麼做，請聯繫 Shaylee Briggs, 603-790-8500 x1115, sbriggs@sau88.net。

請使用鋼筆（而非鉛筆）填寫申請表，而且請盡可能列印清楚。

第 1 步驟：列出家庭成員中所有是嬰幼兒、兒童和 12 年級以下（包括 12 年級）學生的成員

請告訴我們您的家庭中有多少嬰幼兒、兒童和在校學生。他們是您家庭的一部分沒有必要一定與您有關。

我應該在這裡列出誰？ 當填寫此部分時，請包含您的家庭中滿足以下條件的所有成員：

- 年齡為 18 周歲或以下且受家庭收入支持的兒童；
- 根據領養安排由您照顧，或有資格作為無家可歸、移民或離家出走的青少年；
- 就讀 Lebanon School District (Hanover Street, Mt. Lebanon, Lebanon Middle, Lebanon High) 的學生，不分年齡。

A) 列出每名兒童的姓名。 列印每名兒童的姓名。讓每名兒童的姓名在申請表中獨佔一行。當列印姓名時，在每個框中書寫一個字母。如果空白處用完，請停止填寫。如果要填寫的兒童超過申請表中的行數，請使用附頁填寫其他兒童的所有必要資訊。

B) 兒童是 Lebanon School District (Hanover Street, Mt. Lebanon, Lebanon Middle, Lebanon High) 的學生嗎？ 在標題為“學生”的欄目下標記“是”或“否”，以告訴我們哪些兒童在 Lebanon School District (Hanover Street, Mt. Lebanon, Lebanon Middle, Lebanon High) 上學。如果您標記“是”，請在右側的“年級”欄目中填寫學生的年級。

C) 您有任何領養兒童嗎？ 如果所列的任何兒童是領養兒童，請選中兒童姓名旁邊的“領養兒童”核取方塊。如果您只為領養兒童申請，在完成第 1 步後，轉到第 4 步。與您一起生活的領養兒童可以算作您的家庭成員，而且應在您的申請表中列出。如果您既為領養也為非領養兒童申請，請轉到第 3 步。

D) 任何兒童是無家可歸、移民或離家出走的嗎？ 如果您認為本部分所列的任何兒童符合以上說法，請選中兒童姓名旁邊的“無家可歸、移民、離家出走”核取方塊，並完成申請表的所有步驟。

第2步：您的任何家庭成員目前參加 SNAP、TANF 或 FDPIR 嗎？

如果您的任何家庭成員（包括您）當前參加以下所列的一項或多項援助計畫，您的兒童則有資格享受免費校餐：

- 補充營養援助計畫 (SNAP) 或 NH SNAP]。
- 貧困家庭臨時援助 (TANF) 或 NH TANF。
- 印第安人保護區食品分配計畫 (FDPIR)。

A) 如果您的任何家庭成員都沒有參加以上所列的任何計畫：

- 留空第 2 步並轉到第 3 步。

B) 如果您的任何家庭成員參加以上所列的任何計畫：

- 填寫 SNAP、TANF 或 FDPIR 的案號。您只需要提供一個案號。如果您參加這些計畫之一，但不知道您的案號，請聯繫：1-800-852-3345 X4238, 1-844-275-3447, 1-603-271-9700。
- 轉到第 4 步。

第 3 步：報告全體家庭成員的收入

我如何報告任何收入？

- 使用印於申請表背面上標題為“成年人收入來源”和“兒童收入來源”的圖表，以確定您的家庭是否有要報告的收入。

第3步：報告全體家庭成員的收入

- 只需報告所有的總收入款項。報告所有收入，以美元為單位。不包括美分。
 - 總收入為所收到的稅前總收入
 - 許多人認為收入是他們“帶回家”的收入，而非總的“毛”金額。確保您在本申請書中所報告的收入並沒有扣除稅款、保險費或從您的工資中所扣除的任何其他金額。
- 在沒有要報告收入的欄目中填寫“0”。任何留空或空白的收入欄目也將被算作零。如果您填寫“0”或留空任何欄目，您在證明（承諾）沒有任何要報告的收入。如果當地官員懷疑您的家庭收入報告有誤，您的申請將受到調查。
- 使用每個欄目右側的核取方塊標記多經常地收到每一種類型的收入。

3.A. 報告兒童所賺得的收入

A) 報告兒童所賺得或收到的所有收入。在標有“兒童總收入”的方框中報告第1步中所列的您的家庭中所有兒童的合併總收入。如果您在為收養兒童連同您的家庭中的其他兒童一起進行申請，只需計算收養兒童的收入。

何謂兒童收入？ 兒童收入是從您的家庭之外所收到的直接支付給您的兒童的錢。許多家庭沒有任何兒童收入。

3.B 報告成年人所賺得的收入

我應該在這裡列出誰？

- 當填寫此部分時，請包括您的家庭中與您一起生活並共用收入和花費的所有成年人，即使他們相互無關以及即使他們並無他們自己的收入。
- **不要包括：**
 - 與您生活在一起但不受您的家庭收入支持以及不向您的家庭貢獻收入的人。
 - 已在第1步中所列的兒童和學生。

a) 列出成年人家庭成員的姓名。在標有“成年人家庭成員的姓名（名字和姓氏）”的方框中列印每個家庭成員的姓名。不要列出您在第1步中所列的任何家庭成員。如果在第1步中所列的兒童有收入，按A部分第3步中的指導執行。

b) 報告工作收入。在申請表的“工作收入”欄目中報告所有工作收入。這通常是從上班中所收到的錢。如果您是個體經營或農場主，您將報告您的淨收入。

如果我是個體經營怎麼辦？ 報告您在這項工作中的淨收入。這通過從其總收入或收益中減去總經營費用而算得。

c) 報告來自公共救濟金/兒童撫養費/贍養費的收入。在申請表的“公共救濟金/兒童撫養費/贍養費”欄目中報告所有適用的收入。不要報告圖表中未列出的任何公共救濟金的現金值。如果收入來自兒童撫養費或贍養費，只報告法院命令金額。非正式，但定期的付款應在下一部分中報告為“其他”收入。

d) 報告來自養老金/退休金的收入/所有其他收入。報告申請表“養老金/退休金/所有其他收入”欄目中的所有適用收入。

e) 報告家庭成員總人數。在“家庭成員總人數（兒童和成年人）”欄目中輸入家庭成員的總人數。該數位必須等於在第1步和第3步中所列的家庭成員人數。如果在申請表中有任何您未列出的家庭成員，請返回並添加。列出所有家庭成員非常重要，因為您的家庭成員人數會影響您享受免費和優惠校餐的資格。

f) 提供您社會安全號碼的最後四位元數位。成年人家庭成員必須在所提供的空白處輸入其社會安全號碼的最後四位元數字。即使您沒有社會安全號碼，您也有資格申請福利待遇。如果任何成年人家庭成員都沒有社會安全號碼，將此空留空並選中右側標記為“如果沒有社會安全號碼，請選中”的核取方塊。

第4步：聯繫資訊和成年人簽名

所有申請表均務必由成年人家庭成員簽名。通過簽署該申請表，即表示家庭成員承諾所有資訊均已得到真實且完整的報告。在完成本部分之前，還請確保您已閱讀申請表背面上的隱私和公民權利聲明。

第4步：聯繫資訊和成年人簽名

A) 提供您的聯繫資訊。請在所提供的欄目中填寫您的最新聯繫資訊（如可提供此資訊）。如果您沒有永久地址，這並不會使您的兒童失去獲得免費或優惠校餐的資格。可以選擇提供電話號碼、電子郵寄地址或兩者，但這可在我們需要與您聯繫時，有助於我們快速找到您如果。

B) 列印並簽名。列印簽署申請表的成年人的姓名，而且此人需在“成年人簽名”方框中簽名。

C) 填寫今天的日期。在所提供的空白處，在方框中填寫今天的日期。

D) 填寫兒童的種族和民族身份（可選）。在申請表的背面上，我們請您填寫有關您的兒童的種族和民族資訊。此欄目是可選的，而且不會影響您的兒童享受免費或優惠校餐的資格。

餐飲收費

學校午餐計劃餐飲收費

雖然我們鼓勵並歡迎家長、法定監護人和照護者（以下簡稱“監護人”）為學生準備自帶餐食，但學校也提供在校食堂購買早餐、午餐和課後零食的選擇。每餐都符合或超過聯邦營養標準。餐費應在用餐時或之前支付，付款方式可以是現金、支票或從學生午餐帳戶中扣除。

根據學區參與的國家學校午餐計劃（NSLP），學校午餐計劃（負責全區學校膳食供應的計劃）必須按照聯邦法律規定以非營利方式運營，並且每個財政年度結束時不得有負餘額。未收回的債務需由其他資金補貼支付給學校午餐計劃。

因此，需支付全額或減價餐費的學生監護人必須確保按時為學生的餐費支付給學校午餐計劃。學區的政策是迅速採取措施，確保學生餐費帳戶維持正餘額，以避免賬戶累積大量債務的情況。

學生餐費帳戶

學區採用了一個銷售點電腦化的餐費支付系統，為每位學生創建了帳戶。使用這個系統購買餐點的學生監護人必須確保帳戶中保持正餘額。

可以通過現金、支票或在線支付為學生帳戶充值。現金或支票（抬頭寫“Lebanon School District Food Service”）可以交給食堂的收銀員或食品服務辦公室，也可以郵寄至：20 Seminary Hill, West Lebanon, NH 03784。學校提供的在線支付平臺允許家長隨時查看學生的帳戶餘額。建議使用支票或在線支付，因為這兩種方式都有記錄。監護人應負責在線服務收取的任何費用。根據美國農業部（USDA）SP 02-2015的指導方針，使用現金或支票充值學生餐費時不收取手續費。

如果支票因帳戶資金不足被退回，相關的銀行費用將由監護人支付。根據 RSA 358-C，費用上限為25.00美元，並需通過電話或書面方式通知監護人有關因資金不足退票的費用。

每份向監護人發出的餘額不足或負餘額通知（以下簡稱“通知”）將提供關於如何核實學生餐帳戶餘額、解決餘額準確性問題或獲取學校餐飲計劃的相關資訊，包括食品服務主任的姓名、職位、服務時間、聯繫電話和電子郵件位址。

學生餐費帳戶的管理

為學生設立餐費帳戶的監護人需負責設定帳戶的使用限制。除非監護人做出限制，否則學生可以購買除正常餐點外的“單點”食品。學生可以一次購買多餐和/或課後零食。監護人應定期檢查學生帳戶的餘額，以確保學生有足夠的資金來支付餐費。

為了確保學生能夠享用健康的餐食，學區政策規定任何學生都不會因標準餐食或食堂程序的差異而遭遇不同待遇。因此，即使學生的餐費帳戶不足，學校也允許其購買餐食。該政策涵蓋食堂常規提供的所有早餐和午餐。

賬戶餘額報表和通知

學區將主動與監護人合作，確保學生餐費帳戶保持正餘額。每所學校的校長應建立一項程序，當學生餐費帳戶的餘額降至或低於設定的金額（通常是足夠支付一週五餐早餐和午餐的費用）時，向監護人發出餘額不足的通知。

每份向監護人發出的餘額不足和負餘額通知（以下簡稱“通知”）將提供關於如何核實學生餐帳戶餘額、解決餘額準確性問題或獲取學校餐飲計劃的相關信息，包括食品服務主任的姓名、職位、服務時間、電話號碼和電子郵件位址。

通知將以電子郵件或信件的方式發送。只有經過聯邦和州法律保密要求培訓的學區工作人員，特別是 USDA 學校餐食計劃的指導，並且需要訪問兒童賬戶餘額和資格信息的人員，才能與監護人就未付餐費進行溝通。根據 42 U.S.C. 175 (b)(6)，家長、監護人或看護志願者均不能與監護人溝通未支付的餐費。

學區了解到家庭可能會面臨突如其來的經濟困難，並會與監護人合作，控制債務的累積。為了實現這一點，監護人需要及時回應通知，並配合學區工作人員的安排。公平和公平與公正要求有支付能力卻有拖欠情況的監護人，需迅速將學生的餐費帳戶恢復至正餘額。學區的主動做法旨在確保學生能夠享用健康的餐食，並避免監護人積累過多的學校餐飲債務。

免費或減價餐

學區參與了由聯邦資助的計劃，為經濟條件困難的家庭學生提供免費或減價餐。符合資格的收入標準依家庭人數而定，並由美國農業部（USDA）每年更新。學區會確保監護人了解有關免費或減價餐的資格標準、申請流程及本政策要求。

每年學年開始時，我們將通過郵件或家長手冊向監護人提供本政策的副本及免費或減價餐申請表。在學年內轉學生入學時，以及發送給監護人的所有要求支付學生餐帳戶負餘額的通知中，也會附上申請表。關於免費或減價餐的說明必須包括聯辦法規7 CFR 245.5規定的所有資訊。每份通知中還應包括學區工作人員的聯絡方式，以便回答問題或協助監護人申請免費或減價餐。

根據1964年《民權法案》和USDA的規定，英語能力有限（“LEP”）的監護人將收到關於本政策以及免費和減價餐計劃的相關信息，資訊將以監護人能夠理解的語言進行提供。學校將利用USDA和社區資源來滿足此要求。

本政策及免費或減價餐計劃申請材料的連結將會在學校網站上發佈，並在各校提供給監護人。

學區將主動為符合資格的學生申請免費或減價餐。學區會積極尋找各種途徑了解學生的資格情況，並為符合資格的學生申請免費或減價餐。當確認資格后，學區將依據聯邦和州法律規定的最早生效日期進行申請。

學區會將本政策及免費或減價餐的申請材料副本，提供給城鎮福利辦公室/人力資源辦公室以及其他可能接觸到面臨失業或經濟困難的監護人的本地社會服務機構。

沒有現金或帳戶餘額不足的學生

無論學生是否有能力支付餐費或餐費帳戶餘額不足，只要學生提出用餐要求，就應提供與所有學生相同的餐食。唯一例外是，學生監護人向學校書面要求不提供學校午餐計劃的餐食，並且學生自備餐食或有其他適當的餐食。在任何情況下，都不得因學生餐費帳戶的狀態而丟棄學生所選擇的餐食。

監護人有責任為孩子準備家裡的餐食或支付學校的餐費。因此，學區的政策是直接與家長聯繫，處理學生餐費欠款事宜。如果監護人為孩子帶飯，應向孩子解釋為何不使用學校的餐飲計劃的原因。

如果學生的餐費賬戶餘額為負數，學校將每周至少向監護人發送一次餘額不足的通知。

當學生的餐費賬戶欠款達到或超過15美元時，學校會通過美國郵政寄送要求立即付款的信函，或者校長或其指定人員將通過電話或當面聯繫監護人。在適當情況下，校長可以安排分期付款計劃。

當學生的餐費賬戶欠款達到或超過30.00美元時，校長將會要求與監護人進行會談。在適當的情況下，校長應與監護人商討是否需要申請免費或優惠餐。如果家庭面臨經濟困難且不符合免費或優惠餐的資格，學校將與監護人合作，確定並利用可以說明家庭的政府和私人慈善資源。

如果學生的餐費賬戶餘額為零或負數，除非當場以現金或支票支付，否則無法購買單點食品。

未結欠款

儘管學區會首先採取上述其他方法，但對於學生帳戶持續或不斷出現負餘額的不合作或不回應的監護人，學校保留通過民事訴訟追討帳戶欠款的權利，包括根據新罕布希爾州（RSA）第 503 章向小額索賠法院提起訴訟。在進行這類訴訟前，必須先寄出兩封要求回執的掛號信給監護人。在這種情況下，授權校長評估民事訴訟的成功可能性及所需資源，並且僅在符合學校利益的前提下，才會採取此類行動。

校長應盡力尋找願意向學區捐款的非營利慈善機構，以幫助由於經濟困難而無法維持學生餐賬戶餘額為正的、未符合免費餐條件的學生監護人。如果在財政年度結束時，學生餐費賬戶中的未收回債務必須作為最後手段從其他學校資金中支付給學校餐飲計劃以滿足聯邦要求，則監護人欠學區的未付餐費債務仍需償還給學區。根校長需根據上述政策判斷是否繼續進行債務追討以達到學區的最大利益。所有通過學區資金抵銷的債務款項應記入學區。所有債務追討工作必須遵守新罕布希爾州 RSA 第358-C章《不公平、欺騙或不合理的收款行為法》。

政策執行與員工培訓

每年應向所有負責為學生提供餐食或執行此政策的食品服務及學校工作人員發放政策

副本，並進行複習培訓。新員工在入職或初期培訓時需獲得政策的書面副本及相關培訓。根據聯邦規定，必須保存記錄以證明新員工已接受了政策培訓。記錄還需表明所有相關人員每年都收到政策副本及複習培訓。

有特殊飲食需求的學生

本政策的任何條款都不禁止為有特殊飲食需求的學生提供合適的餐食，例如糖尿病等，前提是這些需求已記錄在健康計劃、504條款或個別化教育計劃（IEP）中。如果餐食是醫療上必需的，而學生的餐費賬戶餘額不足或沒有現金購買餐食，仍將滿足其必要的飲食需求。

如需為滿足法律要求的學生申請飲食調整，請聯繫食品服務主任，電話：(603) 448-1538。

投訴處理程式

如向學區就學校餐食計劃提出投訴，請致電食品服務主任，電話：(603) 448-1538。

如向美國農業部（USDA）提出學校餐食計劃歧視投訴，請填寫美國農業部計劃歧視投訴表格（AD-3027），該表格可在以下網站獲取：

<https://www.usda.gov/sites/default/files/documents/ad-3027.pdf>，或前往任何 USDA 辦事處領取表格，或寫信給 USDA，信中需包含表格中要求的所有資訊。要索取投訴表格副本，請致電（866）632-9992。將填妥的表格或信件提交給 USDA，具體方式如下：

- (1) 郵寄位址： U.S. Department of Agriculture
Office of the Assistant Secretary for Civil Rights
1400 Independence Avenue, SW
Washington, D.C. 20250-9410;
- (2) 傳真：(202) 690-7442;或
- (3) 電子郵件： program.intake@usda.gov。

本學區提供平等機會。

反歧視政策

根據 7 C.F.R. (聯邦法規) 245.5(a)(1)(viii)，在為兒童提供餐食的過程中，學區不會因種族、性別、膚色、國籍、年齡或殘疾而對任何學生進行歧視。學生也不會因欠繳其他費用或受到處分而被拒絕用餐。

忽視兒童報告評估

如果某名學生被確定無法獲得免費或減價餐的資格，或其監護人拒絕配合申請免費或減價餐，並且長期沒有提供餐食，無論是從家裡帶飯還是通過學校餐食計劃支付餐費，校長將根據 RSA 169-C: 29-31 的規定，評估是否需要向新罕布什爾州衛生與人類服務部兒童、青年和家庭司報告兒童忽視的情況。

法律條款

15 U.S.C. § 1692-1695 (美國法典第15編第1692-1695條) 《federal Fair Debt Collection Practices Act (美國聯邦公平債務催收法)》 (FDCPA)

42 U.S.C. 1758(b)(6) (美國法典第42編第1758(b)(6)條) Use or disclosure of information (資訊的使用或揭露)

《Civil Rights Act (1964 年民權法案)》及 7 C.F.R Part 15 (聯邦法規第7編第15條) , A & B分項

2 C.F.R. §200.426 (聯邦法規第2編第 200.426條)

7 C.F.R §210.09 (聯邦法規第7編第 210.09條)

7 C.F.R §210.10 (聯邦法規第7編第 210.10條)

7 C.F.R §210.15 (聯邦法規第7編第 210.15條)

7 C.F.R. §245.5(聯邦法規第7編第 245.5條)

USDA SP 46-2016 , No later than July 1, 2017, all SFA's operating the Federal school meal program are required to have a written meal charge policy 。 (USDA SP 46-2016 規定，所有經營聯邦學校膳食計畫(SFA)的學校膳食管理機構必須在2017年7月1日之前制定書面餐費政策)

USDA Guidance SP37-2016: Meaningful Access for Persons with Limited English Proficiency (LEP) in the School Meal Programs

(USDA 指導 SP37-2016 : 英語能力有限 (LEP) 人士在學校膳食計劃中的有效參與。);

RSA 189:11-a (新罕布什爾州第189編第11-a 條)

RSA 358-C (新罕布什爾州第358編第C條) New Hampshire's Unfair, Deceptive or Unreasonable Collection Practices Act (新罕布什爾州不公平、欺騙或不合理催收行為法案);

NH Dept. of Education Technical Advisory - Food and Nutrition Programs (新罕布什爾州教育部技術顧問- 食品和營養計劃)。

另請參閱相關政策：

JLCF - 健康 (wellness)

EF - 食品服務管理 (Food Service Management)

EFA - 健康食品的供應與分發 (Availability and Distribution of Healthy Foods)

EFE - 自動售貨機 (Vending Machines)

通過日期：2024年6月26日

修訂日期：2024年5月20日

通過日期：2017年11月18日

審核日期：2017年11月1日



書籍：	政策手冊
部分：	J 部分 - 學生
標題：	健康政策 (Wellness Policy)
代碼：	JLCF
狀態：	生效
通過日期：	2023 年 5 月 10 日
最後修訂日期：	2023 年 4 月 3 日
先前的修訂日期：	通過：2021 年 5 月 12 日 修訂：2021 年 4 月 20 日 通過：2017 年 11 月 18 日 審查：2017 年 11 月 1 日 通過：2015 年 5 月 27 日 審查：2015 年 4 月 1 日 通過：2011 年 10 月 26 日 審查：2011 年 9 月 30 日 通過：2006 年 11 月 11 日

健康政策

分類：優先/法律要求

校董會認為，適當的營養和符合發展階段的運動對促進健康生活方式、降低兒童肥胖率以及預防其他飲食相關慢性疾病非常重要。校董會還認為，學生的整體健康對他們的學業成功有著重要影響。因此，校董會的目標是通過學習環境的積極影響，提升學生對良好營養和運動的理解、信念、社會情感技能和習慣。

本政策詳細說明了學區為保證所有學生在校期間能夠培養健康飲食習慣和參與體育活動的機會所採取的措施，同時盡量減少商業干擾。本政策適用於學區內所有學生和學校的整個學校日。

學校日的定義是從前一日的午夜到教學日結束後30分鐘。

I. 學生健康諮詢委員會 (SWAC)

校長將與學生健康諮詢委員會 (SWAC) 討論並制定學校健康政策的更新方案，經校董會批准後實施，負責監督政策的執行。此外，校長應為每所學校指定一名大樓健康協調員，以確保在學校層面上遵守該政策。

校長需要組織一個代表性的「學生健康諮詢委員會 (SWAC)」(或“健康委員會”)，主要職責為審查和提出關於本政策實施及更新的建議，並確定營養促進、教育和體育活動的具體目標。

校長或其指定人員將擔任學生健康諮詢委員會 (SWAC) 的主席，並保持大樓健康協調員及其他委員會成員的最新名單。

學生健康諮詢委員會 (SWAC) 每學年應至少召開三次會議。

學生健康諮詢委員會 (SWAC) 應當代表每所學校，並展現社區的多樣性。在可能的情況下，委員會應包括校長或其指定代表、食品服務主管、每棟大樓的健康協調員、家長、學生、體育教師、健康教育教師、學校輔導員、學校行政人員、一名校董會成員、外部健康專業人士、各個學校大樓的代表以及公眾成員。

委員會的員工任命由校長或其指定人員負責。校董事會主席應任命校董事會成員。除當然成員外，其餘成員由健康諮詢委員會任命和批准。

作為法定委員會，健康委員會應必須遵守新罕布什爾州（RSA）91-A 對會議的規定。

II. 健康政策實施、監控、問責和社區參與

A. 目標

分類	目標
營養教育	學校應當教導、鼓勵、支援並樹立健康的飲食習慣，這包括但不限於課程、體育活動、課外活動、俱樂部和學校其他活動。
營養推廣和通知	學校應通過每日的視覺展示和每年至少一次的營養主題活動來推廣良好的營養。學校應按照本政策中的營養指南，以推動更健康飲食習慣的養成，確保實現並持續達到 100% 的合規性。每年應通過學生和員工手冊、全區資訊、年度報告及學區網站進行政策與評估的公眾公告。
體育活動	學區應提倡並支援由學生主導的適齡且包容性強的日常體育活動。學區應與社區、娛樂和青少年體育專案及相關機構建立合作，以更好地協調和加強體育活動專案。
健康活動	學校每年都應推廣至少一項社區健康活動。

B. 執行計劃

在學生健康諮詢委員會（SWAC）的協助下，每位大樓健康協調員將依據疾病控制和預防中心的學校健康指數，使用如為健康一代聯盟 [健康學校計劃](#) 等專案工具，進行學校層面的評估，制定行動方案並編寫年度進度報告。學校層面的評估/報告應在每學年9月30日前完成，並提交給校長。

C. 年度政策通告

學區每年會向家庭和公眾提供本政策的基本資訊，包括政策內容、更新情況及落實情況。此資訊將通過學區官方網站發佈。資訊中將包括擔任健康委員會主席的學區官員（如校長或其指定人員）及各大樓健康協調員的聯繫方式，並說明公眾如何參與學生健康諮詢委員會（SWAC）的方法。

D. 三年進展評估

學生健康諮詢委員會（SWAC）將每三年評估一次：

- 學區學校遵守健康政策的程度;
- 學區健康政策與模範健康政策的對比情況; 以及
- 實現學校健康政策目標的進展情況。

學生健康諮詢委員會（SWAC）會依據年度學校健康指數和三年評估的結果，結合學區優先事項的變動、社區需求的變化、健康目標的達成、新興健康科學、資訊和技術的發展，以及新發佈的聯邦或州指導方針或標準，提出對學區健康政策的更新建議。校董會將根據實際需求或認為適當的情況，對此類評估進行審查和處理。

E. 保存記錄

校長將保存與本政策相關的記錄，至少包括以下內容：

- 學生健康政策;
- 最近一次對地方學校健康政策實施情況的評估;
- 關於如何將學生健康政策和評估結果提供給公眾的記錄;

- 確認每年符合要求的檔，即學生健康政策（包括其更新）及最近一次關於政策實施的評估已對外公開；以及
- 關於審查和更新學生健康政策的檔，包括每次更新時參與的人員，以及地區用於通知利益相關者關於學生健康諮詢委員會（SWAC）參與機會的方法。

F. 社區參與、推廣和交流

學校將利用各種適合該學區的方式，向學生健康諮詢委員會（SWAC）代表及其他人員傳達如何參與健康政策的制定、實施、定期評估和更新的方法。此外，學校還會向家長/監護人說明學校餐的改進情況、餐點標準的遵守情況、兒童營養專案的可用性和申請步驟，以及對學校智慧零食營養標準的描述和合規情況。

III. 營養

A. 學校餐

所有本學區的學校均參與了美國農業部兒童營養計劃，如國家學校午餐計劃（NSLP）和學校早餐計劃（SBP）。學區的學校致力於提供以下類型的學校餐：

- 供所有學生使用；
- 吸引兒童的興趣；
- 在乾淨舒適的環境中提供；
- 推動健康的食品和飲料選擇；以及
- 符合或超過當地、州和聯邦法規規定的當前營養要求。該學區提供可報銷的符合美國農業部（USDA）營養標準的學校餐，詳情請見以下網址：

<https://www.fns.usda.gov/school-meals/nutrition-standards-school-meals>

B. 員工資格和專業發展

學校營養計劃的所有主任、經理及員工將滿足或超出美國農業部（USDA）對於學校營養專業人員的招聘及年度持續教育/培訓標準，詳情請見以下網址：

<https://www.fns.usda.gov/school-meals/professional-standards>

C. 水

為鼓勵學生補充水分，每所學校的所有提供學校餐的地點和時間均應為所有學生提供免費、安全、無味的飲用水。

學生可以攜帶水壺到學校，但必須符合以下要求：

1. 使用不易破損的材料製成；
2. 配有防漏蓋；以及
3. 僅裝水。

學校校長可以根據董事會政策 JICD，對不當使用水瓶的學生進行紀律處分。

D. 競爭性食品和飲料以及學校內出售

“競爭性食品和飲料”（即在學校上課期間但在學校餐計劃之外出售、供應或行銷的食品和飲料）必須符合美國農業部（USDA）學校智慧零食營養標準，詳情請見以下網址：

<https://www.fns.usda.gov/school-meals/smart-snacks-school>

這些標準適用於所有出售食品和飲料的場所和服務，包括但不限於學校食堂和自動售貨機的單點選擇。

除了本政策其他規定外，學校在上學時間向學生出售或宣傳的任何食品和飲料必須符合或超出 USDA 學校智慧零

食營養標準。出售食品和飲料包括學校內的廣告和其他促銷活動，具體包括但不限於：

- 品牌名稱、商標、標識或標籤，除非這些資訊直接標示在實際的食品或飲料產品及其包裝上。
- 看板，例如在自動售貨機外面。
- 學校設備上展示的企業品牌、標誌、名稱或商標，例如電子螢幕、公告板、記分板或背景板（**注意：**這些設備不需要立即更換；不過，學區將在現有合同到期時，或在經濟條件允許的情況下，逐步更新或更換記分板及其他耐用設備，以確保符合行銷政策的要求。）
- 杯子、功能表板、冰箱、垃圾桶和其他食品服務設備上的公司品牌、標識、名稱或商標；以及海報、書籍封面、學生作業本或學區展示、分發、提供或銷售的學校用品上的公司品牌、標識、名稱或商標。
- 學校出版物或學校郵件中的廣告。
- 免費的產品樣品、試吃、產品優惠券或帶有廣告的免費樣品。

雖然公司產品線中可能包含一些不符合 USDA 學校智慧零食營養標準的食品或飲料，但這些公司品牌、標識和商標仍不會被禁止。

另外，行銷限制也不適用於包括不符合標準食品或飲料品牌信息的服裝或其他表現形式。

學區、體育部門和家長教師協會在審查現有合同並制定新合同時，應確保設備和產品的採購（及替換）決策能反映學區健康政策中的相關行銷指導方針。

E. 慶祝活動與獎勵

在整個學校時間內，校內提供的所有食品都需符合或超越 USDA 智慧零食營養標準。食品和飲料不得作為獎勵或懲罰的任何理由而被使用或扣留。學生健康諮詢委員會（SWAC）將為家長和教師準備一份健康派對的建議清單，內容包括非食品類的慶祝活動建議，以及符合智慧零食營養標準的食品和飲料清單。鼓勵教師每月組織一次生日慶祝活動。

F. 食品銷售籌款

在符合 USDA 智慧零食營養標準的情況下，食品和飲料可以在校內通過籌款活動在校期間售賣。鼓勵籌款團體選擇非食品類籌款活動，並考慮健康的籌款方案。儘管如此，每所學校每年最多可以允許九次不符合智慧零食標準的食品籌款活動，如烘焙銷售，每次活動不得超過一天。各學校將對籌款活動進行跟蹤和監控。

G. 營養推廣

學區將鼓勵所有學生在校園內選擇健康的食品和飲料，並積極參與學校的膳食計劃。推廣活動內容包括：

- 在學校膳食計劃中實施一項或多項證據支援的健康食品推廣策略，使用“更聰明午餐室運動”中的方法，詳情請見以下網址：

<https://www.smarterlunchrooms.org/scorecard-tools/smarter-lunchrooms-strategies>

- 確保在校期間推廣給學生的所有食品和飲料都符合 USDA 學校健康零食營養標準。學區和各個學校可以通過健康一代聯盟（Alliance for a Healthier Generation）的智慧食品規劃工具（Smart Food Planner）獲取其他推廣技巧，詳情請見以下網址：

<https://www.healthiergeneration.org/our-work/business-sector-engagement/improving-access-to-address-health-equity/smart-food-planner>

H. 營養教育

學校將通過教學、示範、鼓勵和支持，說明所有學生養成健康的飲食習慣。

- 營養教育需要融入到健康課程當中，確保教學內容有序且符合標準，幫助學生獲得健康生活所需的知識、態度和技能。
- 營養教育海報應當張貼在每所學校的食堂內，或者如果沒有食堂的話，將會張貼在主要的學校公告板上。
- 學校應確保在全校範圍內傳遞一致的營養資訊。學校應提供額外的營養教育，旨在：
 - 為學生提供促進和保護健康所需的知識與技能；
 - 在可行的情況下，將這些教育內容整合到數學、科學、語言藝術、社會科學及選修課程等課堂教學中；
 - 可以包括令人愉快的、符合發展需要的、文化相關的和互動性的活動，如烹飪示範或課程、促銷活動、品嚐、農場參觀以及學校花園；
 - 推廣水果、蔬菜、全穀物產品、低脂和脫脂乳製品以及健康食物的烹飪方法；
 - 強調食物攝入和能量消耗之間的熱量平衡（鼓勵參與體育活動/運動）；
 - 與學校餐飲計劃、食堂營養宣傳活動、學校花園、農場到學校計劃、其他學校食品以及營養相關的社區服務相結合；
 - 教授以食品和飲料營銷為重點的媒體素養；以及
 - 包括為教師和其他工作人員提供的營養教育培訓。

IV. 體育活動

學區將按照國家和州的標準提供體育教育。在學校的時間里，任何形式的體育活動（如課間休息、課堂體育活動或體育課程）都不會因為任何原因被用作懲罰措施而**被剝奪**。

A. 課堂體育活動休息時間

除任何學校日常時程表中提供的休息時間外，學生還應有**定期**進行身體活動或伸展的機會。學校應鼓勵教師在課堂期間及其間隙中，為學生提供每次**3-5分鐘**的短暫身體活動休息。這些休息時間旨在補充而非取代體育課、課間休息和課堂過渡時間。

B. 課前和課後活動

學區為學生提供了校際和校內運動和俱樂部的課後參與體育活動機會。

C. 步行和騎自行車上學

學校將鼓勵學生步行或騎自行車上學，但只有在校長確認這種方式是安全的情況下。

V. 其他推動學生健康的活動

學校將致力於在整個校園環境中推廣健康活動，而不僅限於食堂或體育設施。我們將盡力增加使用環保的「綠色」產品、回收物品和堆肥，以減少對環境的影響，也會鼓勵使用戶外教室。同時，將鼓勵和推廣學校花園和使用花園產品的活動。

VI. 專業學習

在可能的情況下，學校將提供機會和資源，幫助員工提高他們在課堂和學校中推動健康行為的知識與技能。

法律

42 U.S.C. 1751 (美國法典第42編第1751條) , Richard B. Russell National School Lunch Act (國家學校午餐法案)

42 U.S.C. 1771 (美國法典第42編第1771條) , Child Nutrition Act of 1966 (1966 年兒童營養法案)

Section 204 of Public Law 108-265 (公共法 108-265 第 204 條) · Child Nutrition and WIC Reauthorization (2004 年兒童營養和婦女、嬰兒和兒童特別補充營養計劃 (WIC) 再授權法案) ; The Healthy Hunger-Free Kids Act of 2010 (2010 年健康無饑餓兒童法案)

7 C.F.R 210 (聯邦法規第7編第210條) - National School Lunch Program (全國學校午餐計劃) ;

7 C.F.R 220 (聯邦法規第7編第220條) - School Breakfast Program (學校早餐計劃) ;

RSA 189:11-a (新罕布夏州第189編第11-a 條) - Food and Nutrition Programs (食品與營養計劃)

N.H. Dept. of Education Administrative Rule Ed 306.04 (a)(20), Wellness (新罕布什爾州教育部行政規則 Ed 306.04(a)(20) · 健康)

N.H. Dept. of Education Administrative Rule Ed 306.11 (g), Food and Nutrition Services (新罕布什爾州教育部行政規則 Ed 306.11 (g) · 食品和營養服務)

N.H. Dept. of Education Administrative Rule Ed 306.38 (b)(1)b, Family and Consumer Science Education Program (middle schools) (新罕布什爾州教育部行政規則 Ed 306.38 (b)(1)b · 家庭和消費者科學教育計劃 (中學))

N.H. Dept. of Education Administrative Rule Ed 306.40, Health Education Program (新罕布什爾州教育部行政規則 Ed 306.40 · 健康教育計劃)

相關參考

[EF - 餐飲服務\(Food Service\)](#)

[IMAH - 日常身體活動 \(Daily Physical Activity\)](#)

[JLC - 學生保健服務及學校護士 \(Student Health Services and School Nurses\)](#)