

# 餐飲行業瞄準市場趨勢 解鎖照護食新路向

對餐飲行業而言，研發照護食往往取決「人才」、「技術」、「成本」三方面因素。「照護食種子餐廳」計劃讓餐飲業界瞭解不同人士對餐膳的需求，從而孕育更多社區吞嚥友善餐廳，令吞嚥困難人士重拾進食樂趣，與親朋好友共度同枱食飯的好時光。

由社聯安排營養師、言語治療等組成專業團隊，提供為期六個月的培訓及顧問服務，助飲食業推動堂食或預訂照護食，同時讓地區中心的服務使用者了解種子餐廳的照護食餐膳。現階段已有四間不同類型的食肆參與餐膳研發，包括：鏞記酒家、一葉小廚、ASAP As Simple As Possible 及 iBakery 愛烘焙餐廳。

**照護食種子餐廳計劃**  
Care Food Incubation Scheme

「照護食種子餐廳」計劃



鏞記酒家致力研發照護食菜式



鏞記酒家負責人  
甘蕎茵女士



The Project Futurus 為「照護食種子餐廳」計劃廚師進行培訓



The Project Futurus  
創辦人文慧妍小姐

## 粵菜遇上軟餐 揉合傳統與創新

鏞記酒家負責人甘蕎茵女士 (Yvonne) 憶述：「鏞記酒家紮根香港八十三年，許多客人『由細食到大』，唯部分客人因進食困難，繼而較少出現跨代家庭聚會。我的麻麻生前亦出現吞嚥困難狀況，需要插鼻喉進食。作為家人覺得痛心，因家人不能享受食物的樂趣，只能選擇進食與否。因此積極參與計劃。」

以餐廳招牌菜「炭燒鵝髀」為例，甘女士指轉化菜單成照護食，需要內外不斷改進，

務求以最大程度保留食材的形態及原味道。

主廚師麥師傅表示，研發照護食菜式對自己是新嘗試，計劃促使他平日與其他師傅們一同練習製作、烹調吞嚥友善餐膳，掌握將來照顧老人的知識。

鏞記酒家打算推出的軟餐餐單亦包括：「懷舊香滑芝麻糕」、「帶子大良炒鮮奶」；家常菜「鹹蛋馬蹄蒸肉餅」、「豉蒜涼瓜牛腩肉」及點心等，滿足不同軟餐消費者的口味和需求。

## 社企聯乘 推動廚師學習「有尊嚴的飲食」

照護食透過各種烹調及處理方法，調整食物的質地、形態、軟硬程度、黏稠度，以更精準地配合不同程度吞嚥及咀嚼困難人士的需要，使有需要人士安心進食。The Project Futurus 創辦人文慧妍小姐 (Queenie) 亦以旗下項目「軟餐俠」，從事公眾教育、倡議、軟餐培訓，希望透過推廣有尊嚴的飲食。

「我們認為面對人口老齡化、多元飲食下，要令照護食普及化，是一個趨勢，亦是一項進

展 (movement)」。The Project Futurus 擔當種子餐廳計劃策略夥伴，培訓廚師設計易咀嚼食譜，令他們認識更多吞嚥健康及安全。身兼安老事務委員會委員的 Queenie，強調跨界別合作的重要性，政府於安老院舍和長期服務方面以軟餐資助，幫助安老院舍與殘疾機構有需要的人士，真正建構一個多元共融社會。

早前中秋佳節，The Project Futurus 與 Yung's Bistro 舉辦軟餐月餅工作坊暨送贈活動，將照護食融入日常生活當中，為安老院長者送上祝福。

大快活皇牌餐膳將引入預先包裝軟餐版本



軟餐將於指定大快活門市零售，並提供WhatsApp 預訂送貨

## 其他港式快餐照護食

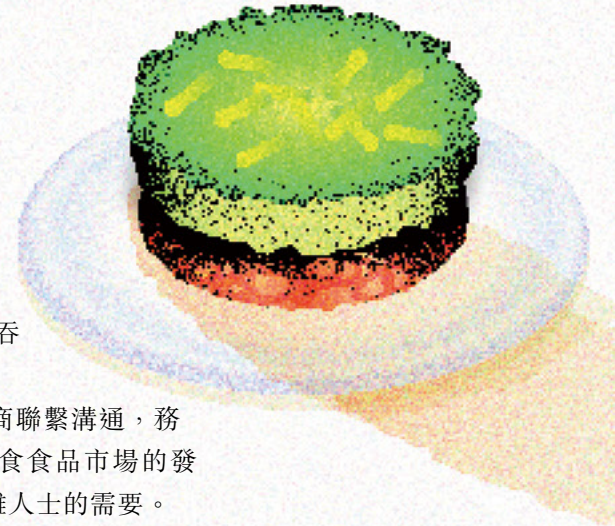
近年，市場出現越來越多本地生產或進口預先包裝照護食食品。本地連鎖快餐集團——大快活亦推出預先包裝軟餐。將其四款皇牌美食引入軟餐，符合照護食及國際吞嚥障礙飲食標準 (IDDSI) 等級 4 標準。阿活咖喱雞飯、鮮茄豬扒飯、阿活忌廉粟米肉粒飯及菠蘿咕嚕肉飯。10 月起於指定 9 間大快活分店提供，亦設有 WhatsApp 預訂送貨上門服務。

「食得喜照護食餐膳計劃」兩位參加者：梁太、林小姐，獲邀率先試食阿活咖喱雞飯及菠蘿咕嚕肉飯。以往，她們透過地區非牟利機構接觸照護食餐膳。

兩位受訪者均認為，港式快餐照護食餐膳尤其便利居住於「老人區」的街坊，亦適合於安老院舍推行，因較多吞嚥困難嚴重的老人。

社聯將持續與不同供應商聯繫溝通，務求進一步推動預先包裝照護食食品市場的發展，以配合不同程度吞嚥困難人士的需要。

社聯將持續與不同供應商聯繫溝通，務求進一步推動預先包裝照護食食品市場的發展，以配合不同程度吞嚥困難人士的需要。



身兼照顧者的梁太指，普遍照護食「煮得軟熟啲，飯較濕軟，蔬菜多數為椰菜，南瓜，味道單調」。雖然食物外型變成糊狀，但餐膳整體變化比想像多，保留「原汁原味」。



梁太

林小姐指：餐膳盡量還原各食材原貌，「唔係將所有材料撈埋晒，變成一堆嘢」。並指以往照護食烹調方式偏向焗熟、蒸，無想像過可以嘗試如『咕嚕肉』般煎炸的照護食。咕嚕肉味道酸甜更刺激食慾。



林小姐

## 「社區食得喜照護食餐膳計劃」

社區上有不少潛在的吞嚥及咀嚼困難患者，社聯作為計劃統籌，聯繫不同的持份者共同協作，如言語治療師、照護食供應商及地區長者中心、社區飯堂等，為潛在吞嚥及咀嚼困難患者，持續供應照護食飯盒及照護食教學講座，讓參加者建構選擇、製作照護食能力。截至今年 11 月，已派發超過 10,000 個照護食飯盒。