

香港青年協會
賽馬會西貢戶外訓練營



佳餚薈

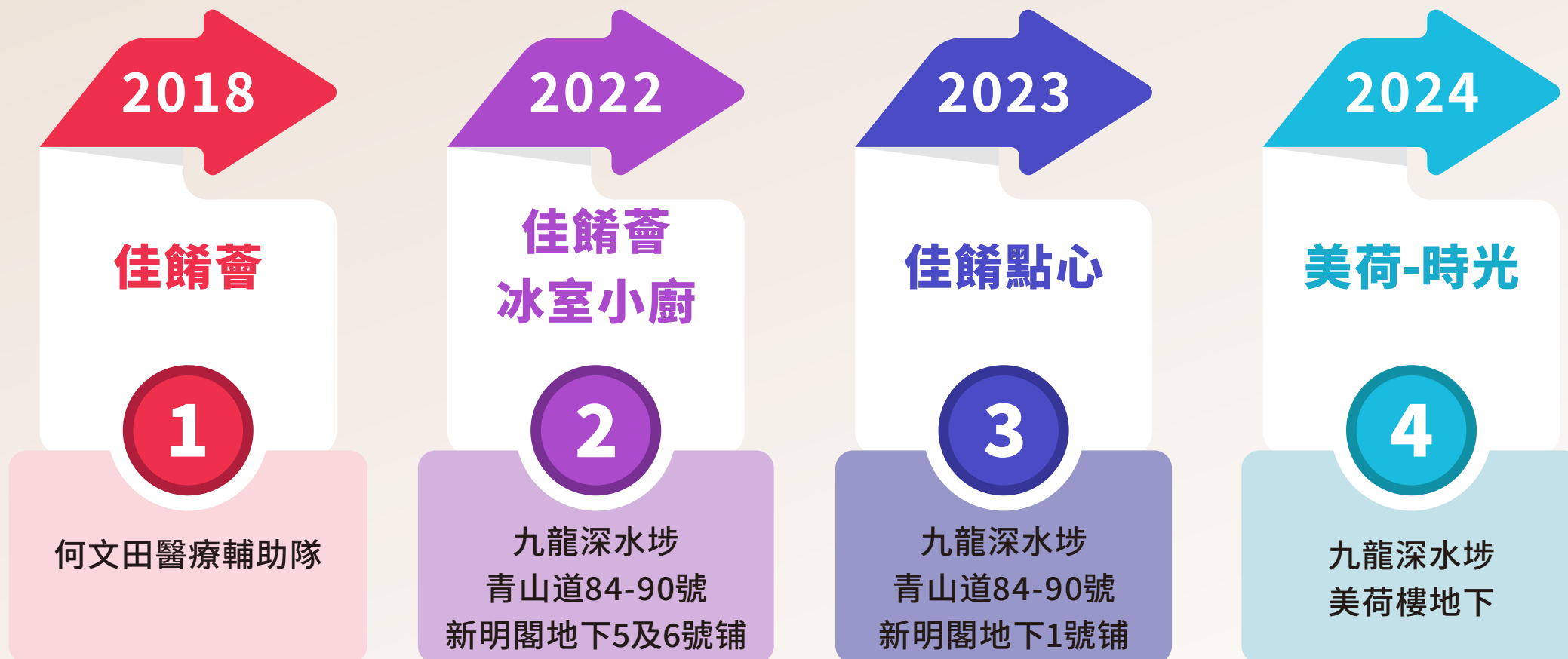
餐 飲 集 團

運 營 策 劃 方 案



人間煙火氣 最撫凡人心
暖胃更暖心 美味伴你行

公司概覽



目錄 CONTENTS



1 項目啟航：定位與目標
(4-6)

3 精心規劃：菜單規劃與管理
(12-14)

5 安心守護：健康、安全與應急預案
(19-20)

7 精打細算：成本控制與預算
(24-25)

2 創新模式：運營模式設計
(7-11)

4 高效執行：運營流程與管理
(15-18)

6 精彩體驗：特色活動與體驗提升
(21-23)

8 持續進步：評估與改進
(26-28)

PART 1

項目啟航：定位與目標

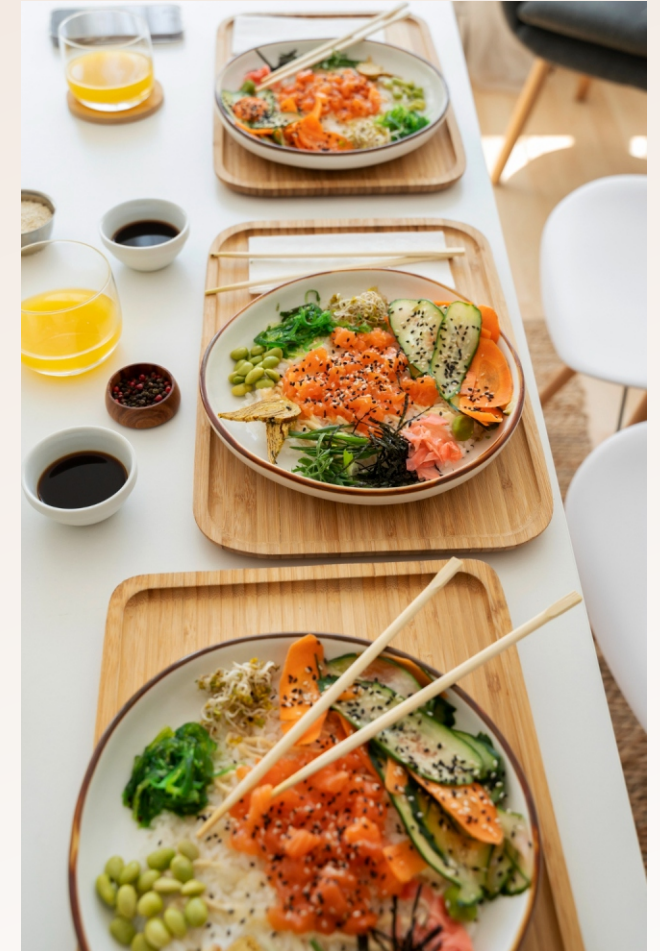


精準定位

PART 1

項目啟航：定位與目標

本餐廳以“營養、能量、活力”為核心定位，致力於為參訓青年提供安全、健康、美味、高效的餐飲服務。這裏不僅是解決溫飽的地方，更是補充能量的加油站、交流心得的互動場所以及體驗營地文化的重要空間。





目標引領

PART 1

項目啟航：定位與目標

01

全方位保障所有營員在高強度訓練中獲得充足且均衡的營養與能量補給，滿足他們的身體需求。

02

通過特色餐飲、良好氛圍營造和互動環節設置，豐富營地生活，讓營員們產生強烈的歸屬感。

03

嚴格把控食品安全、操作規範及環境衛生，從食材採購到加工製作，每一個環節都遵循高標準，杜絕安全事故的發生。

04

優化供餐流程，通過合理規劃和高效執行，實現快速、有序、節約的運營，提高服務效率。

05

在餐飲服務中融入營養知識普及和節約糧食教育，引導青年養成健康的飲食習慣和節約意識，助力其全面成長。

PART 2

創新模式：運營模式設計





多元供餐 個性滿足

精選套餐 營養均衡

我們推薦採用精選套餐制，根據每日訓練強度和營養需求，精心設計精選營養套餐。套餐包含主食、蛋白質、蔬菜、湯飲、0卡糖特飲。精簡營員選擇，提高供餐效率的同時，確保營養均衡，滿足營員在訓練中的能量需求。

特殊飲食 貼心照顧

提前收集營員過敏原、宗教飲食禁忌等資訊，提供素食、清真、無麩質等特殊餐食選項。

早餐（能量啟動）

注重碳水化合物和蛋白質，快速提供能量。如：粥品、粉麵、雞蛋、麵包、牛奶。

午餐（核心補給）

營養全面、能量充足。保證優質蛋白（肉/禽/魚/豆）、複合碳水、多種蔬菜搭配。

下午茶（休閒舒緩）

解壓放鬆，享受時光。小食、甜品、沙拉、多士、特色飲品。



餐次安排

晚餐 (恢復能量)

相對容易消化，助於體能快速恢復。保證優質蛋白(肉/禽/魚/豆)、複合碳水、多種蔬菜搭配。可增加湯品和富含維生素的食材。

宵夜 (易於助眠)

相對清淡易消化，助於安神入睡。小食、甜品、沙拉、多士、特色飲品。

佈局

採用長條桌或大圓桌，鼓勵營員混坐交流，增進團隊融合。設置「當日訓練主題」或「營地之星」展示牆。

背景音樂

用餐時段播放輕鬆、活力的音樂。

文化營造

利用牆面展示營養知識、節約糧食標語、營地活動照片等。

應急用餐區

準備黑雨等惡劣天氣下的室內備用就餐區方案。

PART 3

精心規劃：菜單規劃與 營養管理



科學配比 量身定制

依據青少年每日營養需求及訓練消耗，精確計算能量及營養素供給，確保菜單設計科學合理，滿足營員的身體成長和訓練需求。

大眾口味 南北兼顧

兼顧南北口味，以鹹鮮、家常風味為基礎，滿足不同地域營員的口味需求。同時可設置少量調節口味的辣醬或小菜，增加菜品的豐富性。

本地食材 新鮮實惠

優先採購當地、當季食材，不僅保證食材的新鮮度，還能降低成本。同時，支持本地農業發展，促進食材的可持續供應。

能量適宜 滿足需求

確保主食和蛋白質足量，提供充足的能量，滿足營員在高強度活動中的能量消耗，助力他們順利完成訓練任務。

菜品多樣 自由選擇

在週期內(如5 - 7天)菜譜不重樣，提供豐富多樣的菜品選擇。烹調方式以蒸、煮、燉、快炒為主，避免過度油膩，保持菜品的健康和美味。



飲水保障 時刻關懷

PART 3

精心規劃：菜單規劃與營養管理

全天候提供充足的常溫過濾開水，確保水質食用安全，鼓勵營員隨時補充水分。方便營員取水，確保他們在訓練和生活中保持充足的水分攝入，維持身體的正常代謝。

PART 4

高效執行：運營流程與 管理





廚師團隊：美味締造者

廚師團隊負責菜單執行和烹飪工作，他們需具備大鍋飯經驗，注重效率與衛生。嚴格按照菜譜和烹飪標準操作，確保每一道菜品的質量和口味穩定，為營員提供美味的餐食。

服務/後勤團隊：貼心保障者

服務/後勤團隊負責食材接收、倉儲、清潔、餐具消毒、餐廳整理、分餐引導、特殊餐食配送等工作。他們是餐廳運營的幕後英雄，為營員提供整潔的用餐環境和貼心的服務。

營養/安全監督員：健康守護者

營養/安全監督員（可兼任）負責菜單審核、食品安全檢查、過敏源管理、應急處理等工作。嚴格把關菜單的營養搭配和食品安全，確保營員食得健康、吃得安全。

● 供應商篩選：精挑細選

選擇資質齊全、信譽良好的供應商，通過查看相關資質證書、瞭解歷史表現和客戶評價等方式，進行全面評估。明確食材質量標準，確保食材的源頭安全可靠。

● 庫存管理：合理有序

實行“先進先出”原則，每日清點庫存。蔬菜、肉類等生鮮食材，每日或隔日配送，確保食材的新鮮度。調味品類合理控制安全庫存，避免積壓和浪費，保證食材的及時供應。

● 驗收制度：嚴格把關細選

嚴格執行食材驗收制度，檢查食材的新鮮度、保質期、包裝完整性等。對每一批次的食材都進行認真細緻的檢查，確保只有合格的食材才能進入廚房，保障食品安全。

PART 5

安心守護：健康、安全與 應急預案





安全護航 嚴格把關

PART 5

安心守護：健康、安全與應急預案

食品安全

全程監控：從採購到烹飪、儲存，關鍵環節可追溯。

溫度控制：確保熱食中心溫度高於70°C，冷藏食品低於5°C。

餐具消毒：採用熱力或化學消毒，保證消毒效果。

操作安全

設備培訓：規範使用廚房設備，特別是明火、刀具、電器。

防火措施：配備足量滅火器，定期檢查燃氣管道。廚房區域嚴禁吸煙。

防滑防摔：保持地面乾燥，設置防滑墊，尤其注意洗碗區和出入口。

應急預案

食物中毒預案：立即停止供餐、封存留樣、報告並送醫、配合調查。

火災預案：明確疏散路線，定期演練。

極端天氣預案：啟用備用室內就餐區，調整送餐方式。

群體性疾病預案：與附近醫療機構建立綠色通道。

PART 6

精彩體驗：特色活動與 體驗提升





主題餐飲 歡樂共享

PART 6

精彩體驗：特色活動與體驗提升

戶外燒烤



烹飪比賽



少年廚神





主題活動 歡樂共享

PART 6

精彩體驗：特色活動與體驗提升

婚宴擺酒



企業團建



社團商會聚餐



PART 7

精打細算：成本控製與 預算





精準控制 節約增效

PART 7

精打細算：成本控制與預算

成本構成

主要包含食材採購、人員工資、燃料水電、設備折舊與維護、低值易耗品等。

控制要點

精準計劃：根據營員人數和菜單精確計算食材採購量，減少浪費。

節能降耗：規範用水用電用氣，維護設備效率。

庫存優化：避免積壓，減少資金佔用和損耗風險。

數據分析：定期分析成本結構，找出可優化環節。

PART 8

持續進步：評估與改進





每週復盤 總結提升

PART 8

持續進步：評估與改進

每日巡查：管理層每日對廚房、餐廳進行巡查。

每周復盤：團隊每周召開運營會議，總結問題，調整下周計劃。

每期營後評估：通過營員問卷、領隊反饋、成本分析等進行全面評估，持續優化方案。

通過以上系統化、精細化、人性化的運營方案，青年戶外訓練營餐廳不僅能出色完成後勤保障任務，更能成為提升營地整體品質、塑造積極營地文化、助力青年健康成長的重要一環。



祝願我們的團隊
同心同向，共贏共享！

謝謝！