

小六學生我外出午膳是近年來其中一個具爭議性的話題，而我對這個建議，我是抱支持的態度。

第一，外出用膳有較多食物選擇。以我校為例，飯堂每天都只有兩款菜式供我們選擇，而且每隔兩星期便把菜單重複一次，很多學生已吃厭，結果食慾大減；相反，外面的食肆有很多不同的菜式供應我們選擇，學生可以選擇自己喜歡的食物，從而令食慾大增，補充體力，精神奕奕地迎接午膳後的課堂。此外，如果學生可以選擇自己喜歡的食物，便可以把全部飯菜吃完，減少廚餘，為環保出一分力。

第二，其實外面的食肆較學校用膳衛生。以我校為例，飯菜經中央飯堂送到學校，途中經過長途車程後再返熱，容易滋生細菌，引致腸胃炎等疾病。另外，不少同學在學校的飯盒中發現頭髮；相反，外面的食肆大部分都是持有食物環境衛生署發出的牌照，而且食物潔淨。如果外面的食物很不衛生，那很多顧客會食物中毒，因此，出外用膳是比較衛生的。

第三，外出用膳可以舒緩學生的壓力。曾經有報道指出，小六學生受到學業和升中的關係，明天壓力大增。外出午膳時，學生可以出外散散心，和三五知己聊聊天，訴說心事，釋放出心中的壓力，還可以結交新朋友，這對人際關係來說，實在是好事。

總括而言，外出午膳可以增加選擇性和舒緩壓力，以及更衛生，所以對於這個具爭議性的話題，我是百分百支持的。