

基隆市中山區德和國小 2021年9月1週午餐菜單

	8月30日					8月31日					9月1日					9月2日					9月3日				
	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位
主食											白米	白米		68	kg	白米	白米		68	kg	白米	白米		68	kg
主菜											鳳梨肉絲炒飯	白洋蔥		13	kg	馬鈴薯滷肉	豬肉丁		61	kg	京醬雞丁	雞胸肉	丁	61	kg
											豬肉絲		13	kg		馬鈴薯		21	kg		白洋蔥		31	kg	
											雞蛋		17	kg		紅蘿蔔		9	kg		大蒜	粗片	1.3	kg	
											冷凍玉米		9	kg		青蔥		1	kg		嫩薑	片	1.3	kg	
											冷凍毛豆仁		5	kg							甜麵醬		2	箱	
											胡蘿蔔		9	kg											
											鳳梨罐頭		3	桶											
副菜																絲瓜		51	kg	紅燒豆腐煲	傳統豆腐		48	kg	
																冬粉		5.6	kg		香菇		4	kg	
																蝦米		0.4	kg		胡蘿蔔		7	kg	
																					筍片		9	kg	
																					木耳		4	kg	
蔬菜											炒時蔬	時令蔬菜		61	kg	炒時蔬	時令蔬菜		61	kg	炒時蔬	時令蔬菜		61	kg
											大蒜	粗	3	kg											
湯											關東煮	貢丸		8.0	kg	肉骨茶湯	肉骨茶包		12	包	紫菜蛋花湯	雞蛋		20	kg
											豬血糕		8.0	kg		金針菇		6	kg		紫菜		4	包	
											天婦羅	條	13	kg		凍豆腐		13	kg		大骨		8	kg	
											白蘿蔔		20	kg		高麗菜		15	kg						
											芹菜		1	kg		豬小排	丁	9	kg						
附餐											水果	時令水果	德和	429	份	鮮奶	全脂鮮奶	中華	134	份	鮮奶	全脂鮮奶	德和	429	份
													中山	110	份						鮮奶	全脂鮮奶	中山	110	份
													中華	134	份										
營養分析	主食類		肉魚豆蛋	蔬菜	主食類		肉魚豆蛋	蔬菜	主食類		肉魚豆蛋	蔬菜	主食類		肉魚豆蛋	蔬菜	主食類		肉魚豆蛋	蔬菜	主食類		肉魚豆蛋	蔬菜	
			油脂類	熱量			油脂類	熱量			油脂類	熱量			油脂類	熱量			油脂類	熱量			油脂類	熱量	
	蛋白質		脂肪	醣類	蛋白質		脂肪	醣類	蛋白質		脂肪	醣類	蛋白質		脂肪	醣類	蛋白質		脂肪	醣類	蛋白質		脂肪	醣類	

※經營營養師審核：通過 不通過(原因： )

午餐秘書： 主任：

校長：  
本校使用豬肉及豬原料原產地為台灣

基隆市中山區德和國小 2021年9月2週午餐菜單

	9月6日				9月7日				9月8日				9月9日				9月10日				9月11日				
	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位
主食	白米	白米		68	kg	十穀	白米 五穀米		51 17	kg kg	烏龍	烏龍麵	中粗	100.2	kg	白米	白米		68	kg	白米	白米		68	kg
主菜	沙茶肉片	豬前腿肉片 白洋葱 胡蘿蔔 沙茶醬		46 34 9 1	kg kg kg 桶	滷雞腿	雞腿 滷包		864 1	支 包	香菇肉燥烏龍	豬絞肉 綠豆芽 香菇 胡蘿蔔 油蔥酥		21 30 4 10 1.2	kg kg kg kg kg	虱目魚排	虱目魚排		854	片	麻油雞	雞胸肉丁 米血糕 嫩薑片 胡麻油 胡蘿蔔		61 17 0.1 1 9	kg kg kg 桶 kg
副菜	菜脯蛋	蘿蔔乾 雞蛋		13 43	kg kg kg kg	五福臨門	大黃瓜 木耳 冷凍玉米粒 胡蘿蔔 杏鮑菇		51 4 4 4 4	kg kg kg kg kg						螞蟻上樹	豬絞肉 冬粉 胡蘿蔔 豆瓣醬 高麗菜		4 13 5 2 20	kg kg kg 箱 kg	小瓜甜條	花胡瓜 天婦羅條 紅蘿蔔		51 12 3	kg kg kg
蔬菜	炒時蔬	時令蔬菜 大蒜	粗	61 7	kg kg	炒有機時蔬	時令蔬菜 有機		61	kg	炒時蔬	時令蔬菜		61	kg	炒時蔬	時令蔬菜		61	kg	炒時蔬	時令蔬菜		61	kg
湯	銀蘿玉米湯	玉米 白蘿蔔 豬肋骨		34 17 7	kg kg kg	金茸榨菜湯	金針菇 榨菜絲 嫩薑絲 大骨		17 15 0.4 8	kg kg kg kg	蛋花豆腐湯	雞蛋 傳統豆腐		16 15.4	kg kg	竹筍排骨湯	竹筍 豬肋骨		60 8	kg kg	牛蒡四神湯	牛蒡 大薏仁 四神包 大骨		13 4 11 8	kg kg 包 kg
附餐						水果	時令水果	德和	429	份	水果	時令水果	德和	429	份	豆漿	豆漿(無糖)	中華	134	份	豆漿	豆漿(無糖)	德和	429	份
								中山	110	份			中山	110	份						豆漿	豆漿(無糖)	中山	110	份
								中華	134	份			中華	134	份										
營養分析	主食類	肉魚豆蛋	蔬菜			主食類	肉魚豆蛋	蔬菜			主食類	肉魚豆蛋	蔬菜			主食類	肉魚豆蛋	蔬菜		主食類	肉魚豆蛋	蔬菜			
		油脂類	熱量				油脂類	熱量				油脂類	熱量				油脂類	熱量				油脂類	熱量		
	蛋白質	脂肪	醣類			蛋白質	脂肪	醣類			蛋白質	脂肪	醣類			蛋白質	脂肪	醣類			蛋白質	脂肪	醣類		

※經營營養師審核：通過

午餐秘書：

主任：

校長：

不通過(原因：)

本校使用豬肉及豬原料原產地為台灣

基隆市中山區德和國小 2021年9月3週午餐菜單

	9月13日				9月14日				9月15日				9月16日				9月17日																
	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位								
主食	白米	白米		68	kg	十穀	白米 五穀米		51 17	kg	細米	米粉		16	包	白米	白米		68	kg	白米	白米		68	kg								
主菜	筍乾扣肉	豬前腿肉	丁	61	kg	銀芽雞丁	雞胸肉	丁	61	kg	炒米粉	豬前腿肉	絲	21	kg	瓜子肉	豬絞肉		43	kg	寬粉燉雞丁	雞胸肉	丁	58	kg	豆干	丁	18	kg				
		大蒜	粗	0.6	kg		青蔥		0.4	kg		香菇		4	kg		豆干	丁	18	kg		馬鈴薯		16	kg		碎花瓜		10	kg	胡蘿蔔		9
副菜	竹輪扁蒲	扁蒲		64	kg	田園洋芋	馬鈴薯		38	kg						絲絲入扣	黃豆芽		43	kg	丁香干片	豆干	片	39	kg	小魚乾		1.0	kg				
		竹輪		4.2	kg		胡蘿蔔		13	kg							白洋蔥		16	kg		黑胡椒粒		1	包		海帶絲		15	kg	胡蘿蔔		5
蔬菜	炒時蔬	時令蔬菜	粗	61	kg	炒有機時蔬	時令蔬菜	有機	61	kg	炒時蔬	時令蔬菜		61	kg	炒時蔬	時令蔬菜		61	kg	炒時蔬	時令蔬菜		61	kg	炒時蔬	時令蔬菜		61	kg			
		大蒜		6	kg																												
湯	海芽蛋花湯	裙帶菜		0.9	kg	番茄白洋蔥湯	大蕃茄		17	kg	金菇豆腐湯	金針菇		18	kg	紅豆西米露	紅豆	(前一天送)	18	kg	薑絲冬瓜湯	冬瓜		26	kg	嫩薑	絲	0.9	kg	大骨		8	kg
		雞蛋		17	kg		白洋蔥		8	kg		傳統豆腐		18	kg		西米露		6	kg		二砂糖		17	kg								
附餐						水果	時令水果	德和	429	份	水果	時令水果	德和	429	份	鮮奶	全脂鮮奶	中華	134	份	鮮奶	全脂鮮奶	德和	429	份	鮮奶	全脂鮮奶	中山	110	份			
								中山	110	份			中華	134	份							中華	110	份									
								中華	134	份																							
營養分析	主食類		肉魚豆蛋	蔬菜	主食類		肉魚豆蛋	蔬菜	主食類		肉魚豆蛋	蔬菜	主食類		肉魚豆蛋	蔬菜	主食類		肉魚豆蛋	蔬菜	主食類		肉魚豆蛋	蔬菜									
			油脂類	熱量			油脂類	熱量			油脂類	熱量			油脂類	熱量			油脂類	熱量			油脂類	熱量									
			蛋白質	脂肪	醣類			蛋白質	脂肪	醣類			蛋白質	脂肪	醣類			蛋白質	脂肪	醣類			蛋白質	脂肪	醣類								

※經營營養師審核：通過 不通過(原因： )

午餐秘書： 主任：

校長：  
本校使用豬肉及豬原料原產地為台灣

基隆市中山區德和國小 2021年9月4週午餐菜單

	9月20日					9月21日					9月22日					9月23日					9月24日				
	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位
主食											紅麵	紅麵線		38	kg	白米	白米		68	kg	白米	白米		68	kg
主菜											麵線羹	豬里肌 肉羹 末 柴魚片 大蒜 末 香菜 筍籤		21 14 3 0.9 0.9 4	kg kg 包 kg kg kg	冰糖豬腳	豬腳 丁 豬前腿肉 丁 冰糖		39 50 1	kg kg 包	雞肉壽喜燒	雞胸肉 丁 白洋蔥 高麗菜 香菇 四角油豆腐丁 味醂		56 15 21 4 10 1	kg kg kg kg kg 桶
副菜											燒賣	冷凍燒賣 蟹黃燒賣		864 864	個 個	雲耳黃瓜	胡瓜 木耳 胡蘿蔔		64 3 5	kg kg kg	三杯茄子	茄子 青蔥 九層塔		66 0.9 1.5	kg kg kg
蔬菜											炒時蔬	時令蔬菜 大蒜 粗		61 3	kg kg	炒時蔬	時令蔬菜		61	kg	炒時蔬	時令蔬菜		61	kg
湯																酸辣湯	豬前腿肉 絲 雞蛋 傳統豆腐 胡蘿蔔 木耳 金針菇 筍籤		9 11 11 2 7.0 7 4	kg kg kg kg kg kg kg	山藥雞湯	山藥 雞骨 枸杞		39 7 1	kg kg kg
附餐											水果	時令水果	德和	429	份	豆漿	豆漿(無糖)	中華	134	份	豆漿	豆漿(無糖)	德和	429	份
													中山	110	份						豆漿	豆漿(無糖)	中山	110	份
													中華	134	份										
營養分析	主食類		肉魚豆蛋	蔬菜	主食類		肉魚豆蛋	蔬菜	主食類		肉魚豆蛋	蔬菜	主食類		肉魚豆蛋	蔬菜	主食類		肉魚豆蛋	蔬菜	主食類		肉魚豆蛋	蔬菜	
			油脂類	熱量			油脂類	熱量			油脂類	熱量			油脂類	熱量			油脂類	熱量			油脂類	熱量	
	蛋白質		脂肪	醣類	蛋白質		脂肪	醣類	蛋白質		脂肪	醣類	蛋白質		脂肪	醣類	蛋白質		脂肪	醣類	蛋白質		脂肪	醣類	

※經營營養師審核：通過

不通過(原因： )

午餐秘書：

主任：

校長：

本校使用豬肉及豬原料原產地為台灣

基隆市中山區德和國小 2021年9月5週午餐菜單

	9月27日				9月28日				9月29日				9月30日				10月1日								
	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位					
主食	白米	白米		68	kg	十穀	白米		51	kg	白米	白米		68	kg	白米	白米		68	kg					
主菜	豆乾炒肉絲	豬前腿肉	絲	51	kg	糖醋雞丁	雞胸肉	丁	9	kg	皮蛋瘦肉粥	雞蛋		17	kg	海結燒雞	雞胸肉	丁	61	kg	粉蒸肉丁	豬前腿肉	丁	54	kg
		豆干片		17	kg		鳳梨罐頭		1	桶		豬絞肉		21	kg		海帶結		2	kg		蒸肉粉		5	盒
		青蔥		1.3	kg		花胡瓜		2	kg		鴨皮蛋		110	顆		四角油豆腐丁		2	kg		地瓜		19	kg
		胡蘿蔔		13	kg		胡蘿蔔		1	kg		芹菜		1	kg		紅蘿蔔		2	kg		南瓜		19	kg
副菜	韭菜銀芽	豆芽菜		63	kg	紅絲高麗	高麗菜		10	kg	黑糖捲	黑糖捲		864	個	開陽扁蒲	扁蒲		68	kg	玉米炒蛋	雞蛋		38	kg
		韭菜		4.3	kg		胡蘿蔔		1	kg		蝦米		0.4	kg		嫩薑	絲	0.9	kg		胡蘿蔔		5	kg
蔬菜	炒時蔬	時令蔬菜		61	kg	炒有機時蔬	時令蔬菜	有機	61	kg	炒時蔬	時令蔬菜		61	kg	炒時蔬	時令蔬菜		61	kg	炒時蔬	時令蔬菜		61	kg
		大蒜	粗	6	kg																				
湯	鮮蔬蛋花湯	高麗菜		3	kg	紫菜魚丸湯	魚丸		3	kg	綠豆薏仁湯	綠豆	(提前送)	19	kg	養生菇菇湯	金針菇		7	kg	養生菇菇湯	杏鮑菇		7	kg
		金針菇		1	kg		紫菜		1	包		小薏仁	(提前送)	9	kg		香菇		7	kg		嫩薑	絲	0.6	kg
營養分析	主食類				肉魚豆蛋	蔬菜	主食類				肉魚豆蛋	蔬菜	主食類				肉魚豆蛋	蔬菜							
					油脂類	熱量					油脂類	熱量					油脂類	熱量							
	蛋白質				脂肪	醣類	蛋白質				脂肪	醣類	蛋白質				脂肪	醣類							

※經營營養師審核：通過

不通過(原因： )

午餐秘書：

主任：

校長：

本校使用豬肉及豬原料原產地為台灣