

基隆市中山區德和.中山.中華國小 2021年10月1週午餐菜單

	10月4日					10月5日					10月6日					10月7日					10月8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	中粗	烏龍麵	中粗	100.2	kg	白米	白米		143	kg	白米	白米		143	kg
主菜	和風壽喜燒	豬前腿肉片 白洋蔥 蒟蒻小卷 胡蘿蔔 味霖		53 20 9 2 1	kg kg kg kg 桶	咖哩雞	雞胸肉丁 馬鈴薯 白洋蔥 胡蘿蔔 咖哩粉		53 24 10 8 2	kg kg kg kg 盒	日式炒麵	白洋蔥 豬前腿肉片 高麗菜 胡蘿蔔 海苔粉		12 23 30 6 2	kg kg kg kg 包	宮保油腐	四角油豆腐丁 小黃瓜 油花生 紅椒		45 15 6 2	kg kg kg kg	香菇滷肉燥	豬絞肉 豆干丁 香菇 油蔥酥		53 17 12 2	kg kg kg 包
副菜	培根炒高麗菜	高麗菜 培根	碎	55 8	kg kg	什錦燴黃瓜	大黃瓜 木耳 冷凍玉米粒 胡蘿蔔 杏鮑菇		46 4 4 4 4	kg kg kg kg kg						素火腿炒蛋	雞蛋 素火腿 白洋蔥		40 9 6	kg kg kg	塔香海茸	海茸 九層塔 嫩薑	絲	50 1 1	kg kg kg
蔬菜	炒時蔬	時令蔬菜 大蒜	粗	55 6	kg kg	炒時蔬	時令蔬菜		55	kg	炒時蔬	時令蔬菜		55	kg	炒時蔬	時令蔬菜		55	kg	炒時蔬	時令蔬菜		55	kg
湯	馬鈴薯濃湯	馬鈴薯 白洋蔥 胡蘿蔔 奶油(液態)		26 8 4 6	kg kg kg 罐	白菜豆腐湯	小白菜 傳統豆腐 雞蛋 大骨		18 18 7 7	kg kg kg kg	銀蘿貢丸湯	貢丸 芹菜珠 白蘿蔔		18 1 23	kg kg kg	雙菇白菜湯	金針菇 大白菜 香菇		6 24 6	kg kg kg	玉米蛋花湯	雞蛋 冷凍玉米粒 青蔥 胡蘿蔔 大骨		11 19 2 4 7	kg kg kg kg kg
附餐						水果	時令水果	德和	414	份	水果	時令水果	德和	413	份						豆漿	豆漿	德和	413	份
								中山	99	份			中山	99	份							中山	99	份	
								中華	114	份			中華	114	份							中華	114	份	

基隆市中山區德和.中山.中華國小 2021年10月2週午餐菜單

	10月11日					10月12日					10月13日					10月14日					10月15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						十穀	白米		51	kg	粿仔	粿仔條		100.2	kg	白米	白米		68	kg	白米	白米		68	kg					
主菜						蘿蔔燒肉	豬前腿肉 丁		53	kg	客家香菇炒粿仔	豬前腿肉 絲		22	kg	回鍋肉片	豬前腿肉 片		43	kg	玉米燴雞	雞胸肉 丁		53	kg					
							白蘿蔔		23	kg		香菇		7	kg		高麗菜		27	kg		冷凍玉米粒		19	kg	胡蘿蔔		7	kg	
副菜						絞肉冬粉	冬粉		7	kg						菜脯蛋	蘿蔔乾 碎		13	kg	鐵板銀芽	豆芽菜		46	kg					
							豬絞肉		7	kg							雞蛋		43	kg		韭菜		4.0	kg	黑胡椒醬		1	桶	
蔬菜						炒時蔬	時令蔬菜		55	kg	炒時蔬	時令蔬菜		55	kg	炒時蔬	時令蔬菜		55	kg	炒時蔬	時令蔬菜		55	kg					
							大蒜 粗		6	kg																				
湯						黃瓜丸子湯	大黃瓜		28	kg	海芽豆腐湯	裙帶菜		0.8	kg	紅豆麥片湯	紅豆		11	kg	榨菜肉絲湯	豬前腿肉 絲		7	kg					
							貢丸		16	kg		傳統豆腐		43.2	kg		麥片		27	kg		大白菜		18	kg					
附餐						水果	時令水果	德和	414	份	水果	時令水果	德和	413	份						豆漿	豆漿	德和	413	份					
							中山	99	份			中山	99	份														中山	99	份
							中華	114	份			中華	114	份															中華	114

基隆市中山區德和.中山.中華國小 2021年10月3週午餐菜單

	10月18日					10月19日					10月20日					10月21日					10月22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		51	kg	白米	白米		68	kg	白米	白米		68	kg	白米	白米		68	kg																
主菜	鮑菇炒雞丁	雞胸肉丁		53	kg	日式薑汁燒肉	豬肉片		53	kg	翡翠炒飯	雞蛋		25	kg	蜜汁豆干	黑豆干		43	kg	蒙古炒肉	豬前腿肉片		53	kg	杏鮑菇	杏鮑菇		27	kg											
		杏鮑菇		19	kg		白洋蔥		8	kg		豬前腿肉	絲		32		kg	蜂蜜		1		桶	綠豆芽		12		kg	嫩薑	絲		0.9	kg	胡蘿蔔		5	kg	白芝麻		0.6	kg	豆干
副菜	蒜炒雙花	冷凍青花菜			kg	麻婆豆腐	傳統豆腐		54	kg	什錦鮮蔬	素火腿		15	kg	滑蛋絲瓜	雞蛋		21	kg	絲瓜	絲瓜		55	kg	冷凍花椰菜			kg	高麗菜		23	kg	芥菜		7	kg	鴻喜菇		4	kg
		大蒜			kg		辣豆瓣醬		1	箱		炒時蔬		55	kg		炒時蔬		55	kg		炒時蔬		55	kg	炒時蔬		55	kg												
蔬菜	炒時蔬	時令蔬菜		55	kg	炒時蔬	時令蔬菜		55	kg	炒時蔬	時令蔬菜		55	kg	炒時蔬	時令蔬菜		55	kg	炒時蔬	時令蔬菜		55	kg																
湯	藥膳養生湯	凍豆腐		14	kg	薑絲冬瓜湯	冬瓜		35	kg	味噌豆腐湯	傳統豆腐		22	kg	紫菜蛋花湯	紫菜		5	包	銀蘿玉米湯	玉米		31	kg	藥膳滷包		12	包	海帶芽		1	kg	雞蛋		15	kg	白蘿蔔		15	kg
		紅棗		1	kg		嫩薑	絲		1		kg	味噌		4		箱	青蔥		1		kg	大骨		8	kg	大骨		6	kg	金針菇		9	kg	柴魚片		2	包			
附餐		水果	時令水果	德和	414	份	水果	時令水果	德和	413	份										豆漿	豆漿	德和	413	份																
									中山	99	份												中山	99	份																
									中華	114	份												中華	114	份																

基隆市中山區德和.中山.中華國小 2021年10月4週午餐菜單

	10月25日				10月26日				10月27日				10月28日				10月29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		51	kg	米苔目	米苔目		91	kg	白米	白米		68	kg	白米	白米		68	kg
主菜	泰式肉丁	豬前腿肉 丁 白洋蔥 泰式甜辣醬 胡蘿蔔		53 19 2 8	kg kg 桶 kg	成都子雞	雞胸肉 丁 白洋蔥 小黃瓜 嫩薑 末 甜麵醬		53 15 15 1 1	kg kg kg kg 箱	米苔目湯	豬前腿 絲 香菇 豆芽菜 胡蘿蔔 芹菜 油蔥酥 魚板		24 3 22 3 2 3 8	kg kg kg kg kg 包 kg	油腐雞丁	雞胸肉 丁 三角油豆腐 豆豉 嫩薑 片		53 26 1 1	kg kg kg kg	鳳梨白洋蔥燒肉	豬前腿肉 片 鳳梨罐頭 白洋蔥 胡蘿蔔		53 15 12 3	kg kg kg kg
副菜	四色干絲	海帶絲 芹菜 胡蘿蔔 豆干絲		23 6 7 11.0	kg kg kg kg	木耳炒扁蒲	扁蒲 木耳 胡蘿蔔		66 4 2	kg kg kg	銀絲捲	銀絲捲		784	個	咖哩馬鈴薯	馬鈴薯 胡蘿蔔 白洋蔥 冷凍毛豆仁 咖哩粉		46 6 9 2 1	kg kg kg kg 盒	豆薯彩丁	豆薯 冷凍毛豆仁 胡蘿蔔 冷凍玉米粒 木耳		31 8 5 8 6	kg kg kg kg kg
蔬菜	炒時蔬	時令蔬菜 大蒜 粗		55 6	kg kg	炒時蔬	時令蔬菜		55	kg	炒時蔬	時令蔬菜		55	kg	炒時蔬	時令蔬菜		55	kg	炒時蔬	時令蔬菜		55	kg
湯	竹筍肉羹湯	竹筍 肉羹 大骨		31 10 7	kg kg kg	酸辣湯	傳統豆腐 金針菇 筍籤 木耳 胡蘿蔔 雞蛋		21.6 7 4 3 2 10	kg kg kg kg kg kg	綠豆薏仁湯	綠豆 小薏仁 二砂糖	(前一天送) (前一天送)	16 10 14	kg kg kg	黃芽肉絲湯	豬前腿肉 絲 黃豆芽 嫩薑 絲 大骨		9 12 0.7 7	kg kg kg kg					
附餐						水果	時令水果	德和	414	份	水果	時令水果	德和	413	份						豆漿	豆漿	德和	413	份
								中山	99	份			中山	99	份								中山	99	份
								中華	114	份			中華	114	份								中華	114	份