

基隆市中山區德和.中山.中華.仙洞國小 2022年10月1週午餐菜單

	10月3日					10月4日					10月5日					10月6日					10月7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		86	kg	十穀	白米 五穀米		65 21	kg kg	中粗	烏龍麵	中粗	126.6	kg	白米	白米		86	kg	白米	白米		86	kg				
主菜	和風壽喜燒	豬前腿肉片 白洋蔥 蒟蒻小卷 胡蘿蔔 味醂		63 26 12 3 1	kg kg kg kg 桶	咖哩雞	雞骨腿丁 馬鈴薯 白洋蔥 胡蘿蔔 咖哩粉		68 30 13 10 3	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		15 29 38 8 3	kg kg kg kg 包	破布子魚	魚片 青蔥 薑絲 米豆醬 破布子醬		987 2 2 1.0 2	片 kg kg 桶 桶	香菇滷肉燥	豬絞肉 豆干丁 香菇 油蔥酥		67 22 15 3	kg kg kg 包				
副菜	培根炒高麗菜	高麗菜 培根		71 10	kg kg	什錦燴黃瓜	大黃瓜 金針菇 冷凍玉米粒 胡蘿蔔 杏鮑菇		59 5 5 5 5	kg kg kg kg kg						豆薯彩丁	豆薯 冷凍毛豆仁 胡蘿蔔 冷凍玉米粒 木耳		39 10 6 10 8	kg kg kg kg kg	塔香海茸	海茸 九層塔 嫩薑絲		64 1 1	kg kg kg				
蔬菜	炒時蔬	時蔬 大蒜		70 5	kg kg	炒時蔬	時蔬		70	kg	炒時蔬	時蔬		70	kg	炒時蔬	時蔬		70	kg	炒時蔬	時蔬		70	kg				
湯	馬鈴薯濃湯	馬鈴薯 白洋蔥 胡蘿蔔 奶油(液態) 鮮奶油		33 10 5 8	kg kg kg 罐	白菜豆腐湯	小白菜 傳統豆腐(4大3小) 雞蛋		23 22.8 9	kg kg kg	銀蘿蔔貢丸湯	貢丸 芹菜珠 白蘿蔔		23 1 29	kg kg kg	雙菇白菜湯	金針菇 大白菜 香菇		8 29 8	kg kg kg	玉米蛋花湯	雞蛋 冷凍玉米粒 青蔥 胡蘿蔔		14 24 3 5	kg kg kg kg				
附餐						水果	德和 仙洞		406份 151份	中華 中山	119份 111份	水果	德和 仙洞		404份 151份	中華 中山	119份 111份	水果	德和 仙洞		404份 151份	中華 中山	119份 111份	鮮奶	德和 仙洞		399份 151份	中華 中山	118份 110份
																					豆漿	德和		2份					

基隆市中山區德和.中山.中華.仙洞國小 2022年10月2週午餐菜單

	10月10日					10月11日					10月12日					10月13日					10月14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		65	kg	粿仔	粿仔條		126.6	kg	白米	白米		86	kg	白米	白米		86	kg	
主菜						蘿蔔燒肉	豬前腿肉 丁		63	kg	客家香菇炒粿仔	豬前腿肉 絲		28	kg	宮保豆腐	四角油豆腐 丁		57	kg	玉米燴雞	雞胸肉 丁		63	kg	
							白蘿蔔		29	kg		香菇		9	kg		小黃瓜		19	kg		冷凍玉米粒		24	kg	
							胡蘿蔔		6	kg		小蝦米		0.4	kg		油花生		8	kg		胡蘿蔔		9	kg	
												韭菜		4	kg		紅甜椒		3.0	kg						
												油蔥酥		3.0	包											
												炒胡蘿蔔		5	kg											
												綠豆芽		27	kg											
副菜						絞肉冬粉	冬粉		9	kg						菜脯蛋	蘿蔔乾 碎		17	kg	鐵板銀芽	豆芽菜		59	kg	
							豬絞肉		9	kg								雞蛋		55	kg		韭菜		5.0	kg
							高麗菜		45	kg								青蔥		1	kg		黑胡椒醬		2	桶
蔬菜						炒時蔬	時蔬		70	kg	炒時蔬	時蔬		70	kg	炒時蔬	時蔬		70	kg	炒時蔬	時蔬		70	kg	
							大蒜 粗		4	kg																
湯						黃瓜丸子湯	大黃瓜		36	kg	海芽豆腐湯	裙帶菜		1.0	kg	綠豆粉粿湯	綠豆		19	kg	榨菜肉絲湯	豬前腿肉 絲		9	kg	
							貢丸		20	kg		傳統豆腐 (6大2)		31.2	kg		粉粿		18	kg		大白菜		23	kg	
												雞蛋		15	kg		二砂糖		18	kg		榨菜 絲		13	kg	
																					嫩薑 絲		1	kg		
附餐						水果	德和		406	份	水果	德和		404	份	水果	德和		404	份	鮮奶	德和		399	份	
							仙洞		151	份		仙洞		151	份		仙洞		151	份		仙洞		151	份	
																					豆漿	德和		2	份	

基隆市中山區德和.中山.中華.仙洞國小 2022年10月3週午餐菜單

	10月17日				10月18日				10月19日				10月20日				10月21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		86	kg	十穀	白米		65	kg	白米	白米		86	kg	白米	白米		86	kg	白米	白米		86	kg				
主菜	鮑菇炒雞丁	雞胸肉	丁	63	kg	日式薑汁燒肉	豬前腿肉	片	63	kg	翡翠炒飯	雞蛋		19	kg	鐵板魚丁	魚	丁	67	kg	蒙古炒肉	豬前腿肉	片	63	kg				
		杏鮑菇		24	kg		白洋蔥		15	kg		豬前腿肉	絲	21	kg		洋蔥	丁	21	kg		白洋蔥		15	kg	綠豆芽		15	kg
		胡蘿蔔		5	kg		胡蘿蔔		6	kg		香菇	生	10	kg		芹菜		13	kg		豆干	片	9	kg				
		嫩薑	絲	1.2	kg		杏鮑菇		10	kg		胡蘿蔔		6	kg		大蒜	粗	1	kg		九層塔		1	kg				
		冷凍玉米粒		10	kg		嫩薑	泥	1	kg		冷凍玉米粒		10	kg		黑胡椒醬		2	桶		烤肉醬		1	桶				
											青江菜		23	kg								照燒醬		2	桶				
副菜	蒜炒雙花	冷凍青花菜		41	kg	麻婆豆腐	傳統豆腐	(14大2小)	69.6	kg						什錦鮮蔬	火腿	丁	19	kg	滑蛋絲瓜	雞蛋		27	kg				
		冷凍花椰菜		36	kg		豬絞肉		5	kg				香菇			5	kg	絲瓜			70	kg						
		大蒜	粗	1	kg		辣豆瓣醬		2	箱						高麗菜		29	kg										
															芹菜		9	kg											
															鴻喜菇		5	kg											
蔬菜	炒時蔬	時蔬		70	kg	炒時蔬	時蔬		70	kg	炒時蔬	時蔬		70	kg	炒時蔬	時蔬		70	kg	炒時蔬	時蔬		70	kg				
		大蒜	粗	5	kg																								
湯	藥膳養生湯	凍豆腐		18	kg	薑絲冬瓜湯	冬瓜		45	kg	味噌豆腐湯	傳統豆腐	(5大3小)	27.6	kg	紫菜蛋花湯	紫菜		5	包	銀蘿玉米湯	玉米	新鮮	40	kg				
		藥膳滷包		15	包		嫩薑	絲	1	kg		海帶芽		1	kg		雞蛋		19	kg		白蘿蔔		19	kg				
		紅棗		1.3	kg						味噌		5	箱															
		金針菇		12	kg						青蔥		1	kg															
											柴魚片		3	包															
附餐	豆漿	德和		460份	中華	192份	水果	德和		406份	中華	119份	水果	德和		404份	中華	119份	水果	德和		404份	中華	119份	鮮奶	德和	399份	中華	118份
		仙洞		205份	中山	126份		仙洞		151份	中山	111份		仙洞		151份	中山	111份		仙洞		151份	中山	111份		仙洞	151份	中山	110份
																										豆漿	德和	2份	

基隆市中山區德和.中山.中華國小 2022年10月4週午餐菜單

	10月24日				10月25日				10月26日				10月27日				10月28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		86	kg	十穀	白米		65	kg	米苔目	米苔目		115.8	kg	白米	白米		86	kg	白米	白米		86	kg
主菜	泰式肉丁	豬前腿肉	丁	63	kg	成都子雞	雞胸肉	丁	63	kg	米苔目湯	豬前腿肉	絲	30	kg	塔香麵腸	麵腸		59	kg	鳳梨白洋蔥燒肉片	豬前腿	片	63	kg
		白洋蔥		24	kg		白洋蔥		19	kg		香菇	生	4	kg		嫩薑	片	0.4	kg		鳳梨罐頭		18	kg
		泰式甜辣醬		3	桶		小黃瓜		19	kg		豆芽菜		28	kg		大蒜	粗	0.4	kg		白洋蔥		15	kg
		胡蘿蔔		10	kg		嫩薑	末	1	kg		胡蘿蔔		4	kg		九層塔		1.4	kg		胡蘿蔔		4	kg
							甜麵醬		2	箱		芹菜		2	kg		杏鮑菇		20	kg					
											魚板		10	kg											
副菜	四色干絲	海帶絲		29	kg	木耳炒扁蒲	扁蒲		84	kg	銀絲捲	冷凍銀絲卷(奶黃)		988	個	素火腿炒蛋	雞蛋		49	kg	咖哩馬鈴薯	馬鈴薯		59	kg
		芹菜		8	kg		木耳	黑	5	kg							素火腿		11	kg			胡蘿蔔		8
		胡蘿蔔		9	kg		胡蘿蔔		3	kg						白洋蔥		8	kg		白洋蔥		11	kg	
		豆干絲		14	kg											冷凍毛豆仁		3	kg		咖哩粉		1	盒	
蔬菜	炒時蔬	時蔬		70	kg	炒時蔬	時蔬		70	kg	炒時蔬	時蔬		70	kg	炒時蔬	時蔬		70	kg	炒時蔬	時蔬		70	kg
		大蒜	粗	5	kg																				
湯	竹筍肉羹湯	竹筍		40	kg	酸辣湯	傳統豆腐(5大3小)		27.6	kg	紅豆麥片湯	紅豆		14	kg	黃芽肉絲湯	豬前腿	絲	11	kg		絲		11	kg
		肉羹		13	kg		金針菇		9	kg		麥片		22	kg		黃豆芽		15	kg			嫩薑	絲	1.0
						筍籤		5	kg		二砂糖		18	kg											
						木耳		4	kg																
						胡蘿蔔		3	kg																
						雞蛋		13	kg																
附餐						水果	德和	406份	中華	119份	水果	德和	404份	中華	119份	水果	德和	404份	中華	119份	鮮奶	德和	399份	中華	118份
							仙洞	151份	中山	111份		仙洞	151份	中山	111份		仙洞	151份	中山	111份		仙洞	151份	中山	110份
																					豆漿	德和	2份		