

基隆市中山區德和、仙洞、中華、中山國小 2023年6月1週午餐菜單

	5月29日					5月30日					5月31日					6月1日					6月2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	白米飯	白米		86	kg	十穀飯	白米 五穀米		65 21	kg	紅麵線	紅麵線		48	kg	白米飯	白米		86	kg	白米飯	白米		86	kg
主菜	香菇滷肉燥	豬絞肉 豆干 生香菇 油蔥酥	丁	70 16 15 3	kg	三杯雞	土光雞 棒棒腿 米血糕 薑 九層塔 胡麻油	丁 丁 片	33 39 31.2 0.6 1.6 1	kg	麵線羹	豬里肌肉 肉羹 柴魚片 大蒜 香菜 筍籤	柳 末	27 18 4 1.2 1.2 6	kg	麵輪滷肉	豬前腿肉 麵輪 紅蘿蔔 海帶結	丁	70 10 5 10	kg	鹽酥雞	骨腿 蒜粗 地瓜粉 低筋麵粉 九層塔	丁	84 1.2 23.4 10.8 1.2	kg
副菜	開陽扁蒲	扁蒲 蒜粗 蝦米		88 0.6 1	kg	五福臨門	大黃瓜 黑木耳 冷凍玉米粒 紅蘿蔔 杏鮑菇		58 5 4 4 4	kg	香油拌干絲	白干絲 木耳 紅蘿蔔 大蒜 香油	黑 粗	41 7 9 0.6 1	kg	菇菇燴豆腐	傳統豆腐 紅蘿蔔 金針菇 生香菇	13大1小	63.6 7 14 7	kg	菇炒高麗	高麗菜 鴻喜菇		68 10	kg
蔬菜	炒時蔬	時蔬 大蒜	粗	70 5	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	酸辣湯	板豆腐 金針菇 脆筍 黑木耳 紅蘿蔔 雞蛋	3大板 籤	14.4 9 4 4 3 12	kg	義式蔬菜湯	高麗菜 番茄 馬鈴薯 洋蔥 番茄醬 起司粉 義大利香料		15 8 10 11 4 1 1	kg	台式炸薯條	地瓜薯條 梅粉		90 1.2	kg	榨菜冬粉湯	榨菜絲 冬菜 冬粉 芹菜		10 6 8 4	kg	蛤蜊雞湯	蛤蜊 光雞 生香菇 薑	丁 絲	30 24 10 0.6	kg
附餐	豆漿	德和 仙洞	407份 148份	中華 中山	120份 109份	水果	德和 仙洞	404份 148份	中華 中山	120份 108份	水果	德和 仙洞	403份 148份	中華 中山	120份 108份	水果	德和 仙洞	403份 148份	中華 中山	120份 108份	鮮奶	德和 仙洞	402份 148份	中華 中山	120份 109份
																					豆漿	德和	2份		

基隆市中山區德和、仙洞、中華、中山國小 2023年6月2週午餐菜單

	6月5日				6月6日				6月7日				6月8日				6月9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	白米飯	白米		86	kg	十穀飯	白米		65	kg	白米飯	白米		86	kg	白米飯	白米		86	kg	白米飯	白米		86	kg	
主菜	蘿蔔燒豬	豬前腿肉	丁	70	kg	安東燉雞	棒棒腿	丁	36	kg	鮮蔬玉米燴飯	雞蛋		20	kg	紅燒豆腐煲	傳統豆腐	12大2小	60	kg	蜜汁肉排	胛心肉排		985	片	
		白蘿蔔		42	kg		胡蘿蔔		6	kg		胡蘿蔔		6	kg		豆包	生	10	kg		白洋蔥		14	kg	
		胡蘿蔔		10	kg		土光雞	丁	39	kg		高麗菜		27	kg		胡蘿蔔		5	kg		白芝麻		1	kg	
		嫩薑	片	1	kg		馬鈴薯		38	kg		冷凍玉米粒		12	kg		青蔥		0.7	kg		番茄醬		2	桶	
											冷凍毛豆仁		5	kg		脆筍	片	9	kg							
											豬前腿肉	絲	10	kg		木耳	黑	3	kg							
副菜	鐵板洋芋	火腿片		9	kg	菇炒高麗	高麗菜		70	kg	沙茶滷味	豆干	1/4	12	kg	雞蛋燴絲瓜	絲瓜		76	kg	和炒蛋(德)	雞蛋		38	kg	
		冷凍毛豆仁		9	kg		香菇	生	8	kg		黑輪		10	kg		雞蛋		26	kg		大蕃茄		42	kg	
		馬鈴薯		57	kg						白蘿蔔		26	kg	胡蘿蔔		3	kg	番茄醬		4	桶				
		冷凍玉米粒		5	kg						米血糕		21	kg												
		黑胡椒粉		1	盒						金針菇		5	kg												
											滷包		1	大包												
											沙茶醬		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	炒時蔬	時蔬		70	kg	
		大蒜	粗	5	kg																					
湯	肉羹湯	肉羹		24	kg	蘿蔔貢丸湯	白蘿蔔		36	kg	番茄馬鈴薯雞湯	大番茄		19	kg	綠豆地瓜圓湯	綠豆	前一天送	22	kg	巧達濃湯	胡蘿蔔		7	kg	
		胡蘿蔔		3	kg		芹菜		3	kg		馬鈴薯		21	kg		地瓜圓		16	kg		馬鈴薯		32	kg	
		筍籤		15	kg		貢丸		20	kg		帶骨帶皮對切胸	丁	18	kg	二砂糖		18	kg		白洋蔥		10	kg		
		金針菇		8	kg																奶油(液態)		5	瓶		
		木耳	黑	3	kg																冷凍毛豆仁		5	kg		
附餐	果汁100%	德和		407份	中華	120份	德和		404份	中華	120份	德和		403份	中華	120份	德和		402份	中華	120份	鮮奶	德和	402份	中華	120份
		仙洞		148份	中山	109份	仙洞		148份	中山	108份	仙洞		148份	中山	108份	仙洞		148份	中山	109份	豆漿	德和	2份		

基隆市中山區德和、仙洞、中華、中山國小 2023年6月3週午餐菜單

	6月12日				6月13日				6月14日				6月15日				6月16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	白米	白米		86	kg	十穀飯	白米		65	kg	油麵	白油麵		99	kg	白米飯	白米		80	kg	白米飯	白米		82	kg	
食	飯					飯	五穀米		21	kg																
主	菜	毛豆雞丁	棒棒腿	丁	78	kg	咖哩豬	豬前腿肉	丁	70	kg	肉燥乾麵	豬絞肉		43	kg	蠔油燒雞	雞清胸肉	丁	66	kg	豆醬魚丁	魚	丁	65	kg
			紅蘿蔔		10	kg		馬鈴薯		45	kg		豆干	丁	24	kg		鴿蛋		15	kg		白洋蔥		6	kg
			冷凍毛豆仁		17	kg		胡蘿蔔		13	kg		綠豆芽		17	kg		紅蘿蔔		5	kg		甜椒		13	kg
			薑	片	0.6	kg		白洋蔥		9	kg		油蔥酥		3	包		洋蔥		14	kg		芹菜		14	kg
								咖哩粉		3	盒							大蒜	粗	1	kg		米豆醬		2	桶
副	菜	麵筋炒高麗	麵筋	泡	3	kg	竹輪花椰	竹輪		10	kg	海結滷油腐	小三角油豆腐		42	kg	薑菇竹筍	竹筍		88	kg	丸片黃瓜	大黃瓜		70	kg
			高麗菜		75	kg		冷凍花椰菜		31	kg		香菇	生	9	kg		貢丸		12	kg					
			大蒜	粗	0.6	kg		冷凍青花菜		42	kg		金針菇		7	kg		胡蘿蔔		3	kg					
			嫩薑	片	0.6	kg		胡蘿蔔		4	kg		嫩薑	片	0.6	kg		芹菜		3	kg					
蔬	菜	炒時蔬	時蔬		70	kg	炒時蔬	時蔬		70	kg	炒時蔬	時蔬		69	kg	炒時蔬	時蔬		65	kg	炒時蔬	時蔬		67	kg
			大蒜	粗	5	kg																				
湯	味噌豆腐湯	傳統豆腐	5大3小	27.6	kg	竹筍排骨湯	竹筍		59	kg	三鮮湯	雞蛋		28	kg	木瓜馬鈴薯湯	青木瓜		19	kg	玉米蘿蔔湯	玉米		28	kg	
		味噌		3	箱		排骨	丁	18	kg		金針菇		14	kg		馬鈴薯		22	kg		白蘿蔔		28	kg	
		青蔥		1.2	kg							香菇	生	7	kg							薑	片	0.6	kg	
		柴魚片		1	包																					
附	餐	豆漿	德和	464份	中華	193份	水果	德和	404份	中華	120份	水果	德和	403份	中華	120份	水果	德和	358份	中華	120份	鮮奶	德和	357份	中華	120份
			仙洞	196份	中山	128份		仙洞	148份	中山	108份		仙洞	148份	中山	108份		仙洞	148份	中山	108份		仙洞	148份	中山	109份
		溯源	獎勵金每月一次	含幼生																			豆漿	德和	2份	



基隆市中山區德和、仙洞、中華、中山國小 2023年6月5週午餐菜單

	6月26日					6月27日					6月28日					6月29日					6月30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	白米飯	白米		78	kg	十穀飯	白米 五穀米		59 19	kg kg	烏龍麵	烏龍麵	細	82	kg	白米飯	白米		78	kg	白米飯	白米		78	kg					
主菜	咖哩虱目魚排	咖哩虱目魚排		895	片	筍干扣肉	豬前腿肉	丁	63	kg	日式烏龍湯麵	豬前腿肉	片	26	kg	蘿蔔燒豆腐	油豆腐	丁	19	kg	義式番茄燒雞	土光雞	丁	34	kg					
							脆筍干	前一天	34	kg			濕筍乾	前一天送	18		kg		白蘿蔔			44	kg		棒棒腿	丁	30	kg		
							大蒜		0.5	kg		高麗菜		16	kg		胡蘿蔔		7	kg		大番茄		34	kg					
											味噌		3	箱								洋蔥		9	kg					
											冷凍玉米粒		9	kg								胡蘿蔔		4	kg					
											乾海帶芽		2	kg								番茄醬		2	包					
											青蔥		0.6	kg								義式香料		1	包					
副菜	炒四寶	豆干	丁	44	kg	紅絲炒蛋	雞蛋		42	kg	丁香高麗	高麗菜		69	kg	豆包白菜	大白菜		52	kg	小瓜洋菜絲	小黃瓜		57	kg					
		胡蘿蔔		4	kg		胡蘿蔔		24	kg			小魚乾		0.5		kg		生豆包			9	kg		胡蘿蔔		4	kg		
		冷凍玉米粒		9	kg						大蒜	片	0.6	kg		冷凍玉米粒		6	kg		洋菜絲		1	kg						
		豬絞肉		9	kg											黑木耳		4	kg		大蒜	末	0.6	kg						
蔬菜	炒時蔬	時蔬		63	kg	炒時蔬	時蔬		63	kg	炒時蔬	時蔬		63	kg	炒時蔬	時蔬		63	kg	炒時蔬	時蔬		63	kg					
		大蒜	粗	5	kg																									
湯	大滷湯	雞蛋		9	kg	香菇雞湯	土光雞	丁	15	kg	培根青花菜	冷凍青花菜		62	kg	番茄蛋花湯	大番茄		23	kg	鹹湯圓	小湯圓		16.8	kg					
		傳統豆腐	2大1小	10.8	kg		杏鮑菇		7	kg		培根		6	kg			雞蛋		16		kg		豬前腿肉	絲	6	kg			
		大白菜		13	kg		胡蘿蔔		2	kg		美白菇		9	kg		青蔥		0.7	kg		芹菜	珠	2	kg					
		木耳		4	kg		白蘿蔔		22	kg		大蒜	片	0.6	kg															
		胡蘿蔔		4	kg		香菇	生	9	kg																				
		筍籤		8	kg		嫩薑	片	0.5	kg																				
附餐	優酪乳	德和		360份	中華	106份	水果	德和		359份	中華	106份	水果	德和		358份	中華	106份	水果	德和		358份	中華	106份	鮮奶	德和		357份	中華	106份
		仙洞		133份	中山	93份		仙洞		133份	中山	93份		仙洞		133份	中山	93份		仙洞		133份	中山	93份		仙洞		133份	中山	94份
	豆漿	德和		2份																	德和		2份							