

基隆市中山區德和.仙洞.中華.中山國小 2024年2月2週午餐菜單

	2月19日					2月20日					2月21日					2月22日					2月23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		60	kg	十穀飯	白米		55	kg	白米飯	白米		60	kg	白米飯	白米		60	kg	白米飯	白米		60	kg		
	主菜	京醬雞丁	雞清胸肉	丁	69	kg	照燒豬	豬前腿肉	片	69	kg	鳳梨肉絲炒飯	大白菜		23	kg	洋芋燒雞	清雞胸丁		68	kg	B B Q 里肌肉排	帶骨里肌肉排		1014	片	
白蘿蔔			29	kg	白洋蔥			14	kg	豬前腿肉	絲		24	kg	馬鈴薯			23	kg	青蔥			0.6	kg			
洋蔥			10	kg	綠豆芽			15	kg	冷凍紅蘿蔔丁			4	kg	紅蘿蔔			12	kg	薑末			0.6	kg			
黑木耳			6	kg	高麗菜			19	kg	洋蔥			18	kg	洋蔥			13	kg	大蒜粗			0.6	kg			
甜麵醬			2	箱	照燒醬			2	桶	冷凍三色豆			10	kg	鳳梨罐頭			4	桶	熟白芝麻			0.6	kg	烤肉醬		2
副菜	菇炒高麗菜	高麗菜		71	kg	田園洋芋	馬鈴薯		50	kg	鮮蔬溫沙拉	杏鮑菇		30	kg	泡菜炒寬粉	高麗菜		34	kg	培根花椰(德)	冷凍青花椰		38	kg		
		香菇	生	10	kg		冷凍玉米粒		10	kg		洋蔥		10	kg		寬冬粉		17	kg		冷凍花椰菜		36	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	1	kg		大蒜	粗	1	kg		大蒜	粗	1	kg		大蒜	粗	1	kg		大蒜	粗	1	kg		
湯	玉米排骨湯	排骨	丁	18	kg	大頭菜魚羹湯	大頭菜		36	kg	關東煮	白蘿蔔		27	kg	番茄蛋花湯	青蔥		0.6	kg	酸辣湯	傳統豆腐	2大3小	13.2	kg		
		玉米		46	kg		虱目魚羹		19	kg		天婦羅	條	9	kg		雞蛋		30	kg		金針菇		9	kg		
附餐	豆漿	德和	471	中華	204份	水果	德和	408份	中華	136份	水果	德和	408份	中華	136份	水果	德和	408份	中華	136份	保久	德和	405份	中華	120份		
		仙洞	198	中山	138份		仙洞	155份	中山	116份	截切	仙洞	155份	中山	118份		仙洞	155份	中山	116份		仙洞	153份	中山	119份		
營養分析	溯源		獎勵金每月一次		含幼生																						
	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				
	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：

基隆市中山區德和.仙洞.中華.中山國小 2024年2月3週午餐菜單

	2月26日					2月27日					2月28日					2月29日					3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	菜名	食材	規格	數量	單位		
主食	白米飯	白米		60	kg	十穀飯	白米		55	kg						白米飯	白米		60	kg	白米飯	白米		60	kg		
主菜	鹹酥雞	帶骨帶皮雞胸丁		108	kg	101 中山國小 蔡秀昀	吻仔魚		15	kg	和平紀念日					宮保豆腐	四角油豆腐	丁	58	kg	古都肉燥	豬絞肉		69	kg		
		胡椒鹽		5	盒		雞蛋		70	kg		杏鮑菇		24	kg		豆干	丁	30	kg							
		地瓜粉		15.6	kg		青蔥		0.6	kg						油花生		8	kg		蒜粗		0.6	kg			
		麵粉		10.8	kg											紅蘿蔔		3	kg		油蔥酥		2	包			
副菜	白菜滷	大白菜		75	kg	螞蟻上樹	冬粉		12	kg					玉米炒蛋	雞蛋		64	kg	林山白 書國醬 漢小十 設01 中	冷凍青花椰		35	kg			
		新鮮芋頭		6	kg		豬絞肉		9	kg		冷凍玉米粒		17		kg	冷凍花椰菜		34		kg						
		胡蘿蔔		4	kg		高麗菜		35	kg												洋蔥		6	kg		
		生香菇		5	kg		豆瓣醬	不辣	2	箱												蘑菇		5	kg		
							紅蘿蔔		3	kg												白醬		10	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			
		大蒜	粗	1	kg		大蒜	粗	1	kg		大蒜	粗	1		kg	大蒜	粗	1		kg						
湯	味噌豆腐湯	板豆腐	6大	28.8	kg	日式土瓶蒸	清雞胸丁		12	kg					珍珠冬瓜茶	冬瓜磚		30	塊	冬瓜蛤蠣蛋花湯	蛤蜊		18	kg			
		味噌		5	箱		金針菇		11	kg		粉圓		30		kg	冬瓜		27		kg						
		青蔥		1.2	kg		生香菇		7	kg						二砂糖		15	kg		青蔥		0.6	kg			
		小魚乾		0.6	kg		紅蘿蔔		11	kg											雞蛋		10	kg			
							魚板		4	kg																	
附餐	果汁	德和		414份	中華	134份	水果	德和		408份	中華	136份				水果	德和		408份	中華	136份	保久乳	德和		405份	中華	120份
		仙洞		153份	中山	116份		仙洞		155份	中山	117份					仙洞		155份	中山	117份		仙洞		153份	中山	118份
																						豆漿	德和		3份	中華	15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				
			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				

※經營養師審核：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