

德和國小 2024 年 11 月 1 週學生午餐菜單

	一			二			三			四			11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																白飯	白米		58.00	kg	
主菜																香滷翅小腿	翅小腿 40g		2244.00	支	
																	大蒜		1.00	kg	
																	青蔥		3.00	kg	
																	滷包 300g		1.00	包	
																	素-滷蘭花干		17.00	塊	
副菜																玉米炒蛋	雞蛋		70.00	kg	
																	冷凍玉米粒		10.00	kg	
																	紅蘿蔔		10.00	kg	
副菜二																					
蔬菜																	炒有機時蔬	有機時令蔬菜		70.00	kg
																		蒜粗		0.90	kg
																		嫩薑絲		0.60	kg
湯																	豆薯魚丸湯	魚丸		18.00	kg
																		豆薯		30.00	kg
附餐	果汁	柳橙果汁		1122.00	份	時令水果		1122.00	份	時令水果		1122.00	份	時令水果(截切)		1122.00	份	保久乳		1122.00	份
		備份			份	備份			份	備份			份	備份			份	備份			份
營養分析	熱量	全穀雜糧	豆魚蛋肉			熱量	全穀雜糧	豆魚蛋肉			熱量	全穀雜糧	豆魚蛋肉			熱量	全穀雜糧	豆魚蛋肉			
	蔬菜	乳品/水果	油脂與堅果種子			蔬菜	乳品/水果	油脂與堅果種子			蔬菜	乳品/水果	油脂與堅果種子			蔬菜	乳品/水果	油脂與堅果種子			

※經營師審核：通過 不通過(原因：)

午餐秘書：

主任：

校長：

德和國小 2024 年 11 月 2 週學生午餐菜單

	11月4日					11月5日					11月6日					11月7日					11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	白飯	白米		58.00	kg	十穀飯	白米 五穀米		55.00 6.00	kg	拉麵	拉麵		80.00	kg	白飯	白米		58.00	kg	白飯	白米		58.00	kg		
主	蘿蔔海結	豬前腿肉塊		75.00	kg	黑胡椒豬柳	豬後腿肉條		81.00	kg	味噌拉麵	豬前腿肉片		45.00	kg	馬鈴薯燉肉	豬前腿肉塊		78.00	kg	紅燒魚丁	白旗魚丁		57.00	kg		
		白蘿蔔		20.00	kg		豆干切片		15.00	kg		高麗菜		20.00	kg		馬鈴薯		14.00	kg		板豆腐		33.00	kg		
		海帶結		20.00	kg		洋蔥		10.00	kg		金針菇		6.00	kg		洋蔥		10.00	kg		青蔥		3.00	kg		
		滷包	300g	1.00	包		青蔥		3.00	kg		脆筍絲		12.00	kg		紅蘿蔔		10.00	kg		薑		1.00	kg		
							蒜粗		3.00	kg		乾海帶芽		3.00	kg		素蠔油	3K	1.00	桶		不辣豆瓣醬	3K	1.00	桶		
							黑胡椒醬	2.9K	3.00	罐		味噌		12.00	kg		中山國小五六年級師生戶外教育停餐 15+1+10+1=27人(減量)						仙洞附幼&港西附幼戶外教學 39+9+16+2=66人(減量)				
		素-嫩油丁		1.20	kg		素-青椒		1.20	kg		素-素火腿絲	1K	1	條		素-嫩油丁		1.20	kg		素-滷蘭花干		17.00	個		
十	炒什錦	杏鮑菇		20.00	kg	五彩炒蛋	大番茄		10.00	kg	滷雞腿排	雞腿排	150g	1110.00	個	什錦燴冬瓜	冬瓜		78.00	kg	竹輪炒扁蒲	扁蒲		75.00	kg		
		冷凍玉米粒		40.00	kg		冷凍玉米筍		10.00	kg		滷包	300g	2.00	包		鴻喜菇		10.00	kg		竹輪	600g	9.60	kg		
		紅蘿蔔		15.00	kg		黑木耳		5.00	kg		素-滷炸豆包		13.00	片		紅蘿蔔		10.00	kg							
		蒜粗		0.90	kg		雞蛋		50.00	kg																	
							青蔥		3	kg																	
副											奶皇包		1125.00	個													
蔬	炒時蔬	時令蔬菜		70.00	kg	炒時蔬	時令蔬菜		70.00	kg	炒時蔬	時令蔬菜		70.00	kg	炒時蔬	時令蔬菜		68.00	kg	炒有機時蔬	有機時令蔬菜		65.00	kg		
		蒜粗		0.90	kg		蒜粗		0.90	kg		蒜粗		0.90	kg		蒜粗		0.90	kg		蒜粗		0.90	kg		
		嫩薑絲		0.60	kg		嫩薑絲		0.60	kg		嫩薑絲		0.60	kg		嫩薑絲		0.60	kg		嫩薑絲		0.60	kg		
湯	榨菜粉絲湯	雞架		10.00	kg	黃瓜魚丸湯	大黃瓜		40.00	kg					蕃茄豆腐湯	大番茄		10.00	kg	青菜蛋花湯	小白菜		28.00	kg			
		榨菜		12.00	kg		魚丸		15.00	kg		板豆腐		20.00		kg	雞蛋		19.00		kg						
		冬粉		12.00	kg		素-素丸子		13.00	顆						雞架		10.00	kg								
附	果汁	柳橙果汁		1122.00	份	時令水果		1122.00	份	時令水果		1122.00	份	時令水果(截切)		1095.00	份	保久乳		1056.00	份						
餐		備份			份		備份			份		備份			份		備份				份						
營	熱量	全穀雜糧	豆魚蛋肉			熱量	全穀雜糧	豆魚蛋肉			熱量	全穀雜糧	豆魚蛋肉			熱量	全穀雜糧	豆魚蛋肉			熱量	全穀雜糧	豆魚蛋肉				
	蔬菜	乳品/水果	油脂與堅果種子			蔬菜	乳品/水果	油脂與堅果種子			蔬菜	乳品/水果	油脂與堅果種子			蔬菜	乳品/水果	油脂與堅果種子			蔬菜	乳品/水果	油脂與堅果種子				

※經營師審核： 通過 不通過(原因：)

午餐秘書： 主任： 校長：

德和國小 2024 年 11 月 3 週學生午餐菜單

	11月11日					11月12日					11月13日					11月14日					11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	
主食	白飯	白米		58.00	kg	十穀飯	白米 五穀米		55.00 6.00	kg kg	白飯	白米		58.00	kg	白飯	白米		58.00	kg	白飯	白米		58.00	
主菜	冬瓜炒肉	豬前腿肉片		81.00	kg	橙汁雞丁	雞腿丁		72.00	kg	肉絲燴飯	豬後腿肉絲		45.00	kg	海結燒油腐	三角油豆腐		45.00	kg	和風壽喜燒	豬前腿肉片		81.00	kg
		冬瓜		40.00	kg		小黃瓜		10.00	kg		高麗菜		20.00	kg		白蘿蔔		10.00	kg		洋蔥		30.00	kg
		紅蘿蔔		5.00	kg		洋蔥		10.00	kg		綠豆芽		10.00	kg		海帶結		20.00	kg		壽喜燒醬	1.8K	1.00	
		素-嫩油丁		1.20	kg		彩椒		5.00	kg		紅蘿蔔		5.00	kg		蔬食日					素-小黃瓜		0.60	kg
						柳橙汁	2.3L	2.00	罐		魚板		3.00	kg											
							素-大溪黑干丁		1.20	kg		鮮香菇		10.00	kg										
											乾蝦米		0.60	kg											
											素-素火腿	1K	1.00	條											
副菜	玉筍花椰	冷凍青花菜		30.00	kg	豆皮高麗	高麗菜		60.00	kg	清蒸香瓜仔魚排	香瓜仔魚排	75g	1110.00	片	芙蓉絲瓜	絲瓜		85.00	kg	菇炒芽菜	綠豆芽		70.00	kg
		冷凍花椰菜		30.00	kg		炸豆皮絲		20.00	kg			素-檸檬魚排		17.00		片		雞蛋			40.00	kg		鮮香菇
		冷凍玉米粒		10.00	kg		枸杞	600g	1.00	包						枸杞	600g	1.00	包		紅蘿蔔		5.00	kg	
		紅蘿蔔		5.00	kg																				
		大蒜		1.00	kg																				
蔬菜	炒時蔬	時令蔬菜		70.00	kg	炒時蔬	時令蔬菜		70.00	kg	炒時蔬	時令蔬菜		70.00	kg	炒時蔬	時令蔬菜		70.00	kg	炒有機時蔬	有機時令蔬菜		70.00	kg
		蒜粗		0.90	kg		蒜粗		0.90	kg		蒜粗		0.90	kg		蒜粗		0.90	kg		蒜粗		0.90	kg
		嫩薑絲		0.60	kg		嫩薑絲		0.60	kg		嫩薑絲		0.60	kg		嫩薑絲		0.60	kg		嫩薑絲		0.60	
湯	酸辣湯	板豆腐		20.00	kg	酸菜肉片湯	豬前腿肉片		18.00	kg	冬瓜貢丸湯	冬瓜		30.00	kg	冬瓜山粉圓	山粉圓		24.00	kg	鮮菇海芽湯	海帶芽		1.00	kg
		筍籤		10.00	kg		酸菜		12.00	kg		貢丸		15.00	kg		冬瓜茶磚	550g	30.00	塊		金針菇		20.00	kg
		雞蛋		10.00	kg		嫩薑絲		1.80	kg		素-素排骨		0.10	kg							雞架		10.00	
		金針菇		5.00	kg		素-板豆腐		0.60	kg												嫩薑絲		1.8	
		黑木耳		5.00	kg																				
		紅蘿蔔		5.00	kg																				
附餐	豆漿	產履豆漿		1122.00	份	時令水果		1122.00	份	時令水果		1122.00	份	時令水果(截切)		1122.00	份	保久乳		1122.00	份			1122.00	
		備份			份	備份			份	備份			份	備份			份	備份							
營養分析	熱量	全穀雜糧	豆魚蛋肉			熱量	全穀雜糧	豆魚蛋肉			熱量	全穀雜糧	豆魚蛋肉			熱量	全穀雜糧	豆魚蛋肉			熱量	全穀雜糧	豆魚		
	蔬菜	乳品/水果	油脂與堅果種子			蔬菜	乳品/水果	油脂與堅果種子			蔬菜	乳品/水果	油脂與堅果種子			蔬菜	乳品/水果	油脂與堅果種子			蔬菜	乳品/水果	油脂與堅果種子		

※經營營養師審核： 通過 不通過(原因：)

午餐秘書： 主任： 校長：

人

單位

kg

kg

kg

桶

kg

份

份

蛋肉

果種子

德和國小 2024 年 11 月 4 週學生午餐菜單

	11月18日					11月19日					11月20日					11月21日					11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	
主食	白飯	白米		58.00	kg	十穀飯	白米 五穀米		55.00 6.00	kg kg	烏龍麵	烏龍麵		75.00	kg	白飯	白米		58.00	kg	白飯	白米		58.00	
主菜	咖哩豬肉	豬後腿肉塊		81.00	kg	香滷雞腿排	雞腿排	150g	1110.00	塊	炸醬麵	豬絞肉		42.00	kg	梅干扣肉	豬前腿肉塊		90.00	kg	什錦肉絲	豬後腿肉絲		81.00	
		馬鈴薯		30.00	kg		滷包	300g	1.00	包		豆干丁		10.00	kg		梅干菜		10.00	kg		豆芽菜		9.00	
		洋葱		10.00	kg		青葱		3.00	kg		冷凍毛豆仁		10.00	kg						洋葱		20.00		
		紅蘿蔔		10.00	kg		素-滷蘭花干		17.00	個		洋葱		10.00	kg						竹輪		6.00		
		咖哩粉	600g	2.00	盒						紅蘿蔔		5.00	kg		素-滷油豆皮		17.00	片						
		不辣咖哩塊	230g	2.00	盒						炸醬	800g	4.00	罐							素-油片絲		1.20		
		素-嫩油丁		1.20	kg						素-素炸醬罐	175g	1.00	罐											
											中華附幼戶外教學25+3+22+3=53人(減量)														
副菜	紅絲炒蛋	紅蘿蔔		30.00	kg	螞蟻上樹	高麗菜		50.00	kg	風味滷蔬菜	海帶結		20.00	kg	茶葉蛋	雞蛋		1122.00	顆	豆腐煲	板豆腐		30.00	
		雞蛋		50.00	kg		冬粉		6.00	kg		杏鮑菇		12.00	kg		茶葉蛋滷包	210g/箱	4.00	箱		冷凍毛豆仁		10.00	
		青葱		3.00	kg		黑木耳		5.00	kg		紅蘿蔔		10.00	kg		提前一天送達					不辣豆瓣醬	3K	1.00	
							紅蘿蔔		3.00	kg		白蘿蔔		27.00	kg						紅蘿蔔		5.00		
							絞肉		15.00	kg		滷包	300g	2.00	包						蒟蒻絲		24.00		
							不辣豆瓣醬	3K	1.00	桶															
蔬菜	炒時蔬	時令蔬菜		70.00	kg	炒時蔬	時令蔬菜		70.00	kg	炒時蔬	時令蔬菜		66.00	kg	炒時蔬	時令蔬菜		70.00	kg	炒有機時蔬	有機時令蔬菜		70.00	
		蒜粗		0.90	kg		蒜粗		0.90	kg		蒜粗		0.90	kg		蒜粗		0.90	kg		蒜粗		0.90	
		嫩薑絲		0.60	kg		嫩薑絲		0.60	kg		嫩薑絲		0.60	kg		嫩薑絲		0.60	kg		嫩薑絲		0.60	
湯	冬瓜排骨湯	冬瓜		30.00	kg	豆腐蛋花湯	板豆腐		20.00	kg	番茄蔬菜湯	大番茄		10.00	kg	黃芽肉絲湯	豬前腿肉絲		24.00	kg	香菇雞湯	雞腿丁		21.00	
		排骨		18.00	kg		雞蛋		24.00	kg		大白菜		28.00	kg		黃豆芽		15.00	kg		鮮香菇		10.00	
		嫩薑絲		1.80	kg		青葱		3.00	kg		鮮香菇		6.00	kg	嫩薑絲		1.80	kg		素-素丸子		13.00		
											嫩薑絲		1.80	kg		素-板豆腐		0.60	kg						
附餐	果汁	蘋果果汁		1122.00	份	時令水果		1122.00	份	時令水果		1069.00	份	時令水果(截切)		1122.00	份	保久乳		1122.00				1122.00	
		備份			份	備份			份	備份			份	備份			份	備份							
營養分析	熱量	全穀雜糧	豆魚蛋肉		熱量	全穀雜糧	豆魚蛋肉		熱量	全穀雜糧	豆魚蛋肉		熱量	全穀雜糧	豆魚蛋肉		熱量	全穀雜糧	豆魚蛋肉		熱量	全穀雜糧	豆魚		
	蔬菜	乳品/水果	油脂與堅果種子		蔬菜	乳品/水果	油脂與堅果種子		蔬菜	乳品/水果	油脂與堅果種子		蔬菜	乳品/水果	油脂與堅果種子		蔬菜	乳品/水果	油脂與堅果種子		蔬菜	乳品/水果	油脂與堅果		

※經營師審核：通過 不通過(原因：)

午餐秘書： 主任： 校長：

人

單位

kg

kg

kg

kg

kg

kg

kg

kg

桶

kg

kg

kg

kg

kg

kg

kg

顆

份

份

蛋肉

果種子

德和國小 2024 年 11 月 5 週學生午餐菜單

	11月25日				11月26日				11月27日				11月28日				11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	
主食	白飯	白米		58.00	kg	十穀飯	白米		55.00	kg	粥	白米		28.00	kg	白飯	白米		58.00	kg	白飯	白米		58.00	
主菜	沙茶肉片	豬前腿肉片		81	kg	照燒雞丁	雞腿丁		81	kg	鹹香芋頭粥	豬肉片		45	kg	糖醋油腐	嫩油丁		81.00	kg	冰糖豬腳	豬前腿肉塊		81.00	kg
		高麗菜		30	kg		洋蔥		20	kg		冷凍芋頭丁		30	kg		彩椒		6.00	kg		豬腳		50.00	kg
		紅蘿蔔		5	kg		高麗菜		20	kg		高麗菜		24	kg		冷凍玉米筍		10.00	kg		冰糖		3.00	
		青蔥		3	kg		日式照燒醬	2.4K	1	桶		鮮香菇		10	kg		鳳梨罐頭	3K	4.00	罐		八角	600g	1.00	
		沙茶醬	3K	2	桶												蕃茄醬	3.33K	4.00	桶					
		素-滷五香豆干		34	片		素-炒豆干片		1.2	kg		素-素火腿	校方庫存	1	條		蔬食日					素-滷大溪黑干		34.00	
副菜	杏菇滷海結	白蘿蔔		37	kg	三色炒蛋	雞蛋		40	kg	炸醬炒五丁	豆干丁		33	kg	菇燴毛豆	冷凍毛豆仁		35.00	kg	雲耳黃瓜	大黃瓜		80.00	kg
		紅蘿蔔		13	kg		小黃瓜		15	kg		小黃瓜		10	kg		鮮香菇		15.00	kg		黑木耳		10.00	kg
		杏鮑菇		22	kg		冷凍玉米粒		20	kg		紅蘿蔔		6	kg		紅蘿蔔		15.00	kg		紅蘿蔔		5.00	
		海帶結		15	kg		紅蘿蔔		5	kg		鮮香菇		7	kg		金針菇		10.00	kg					
												脆筍片		20	kg										
												麵甜醬	3K	1	桶										
												不辣豆瓣醬	3K	1	桶										
副菜二											肉包		1110.00	個											
											素-素包子		13	個											
蔬菜	炒時蔬	時令蔬菜		70.00	kg	炒時蔬	時令蔬菜		70.00	kg	炒時蔬	時令蔬菜		70.00	kg	炒時蔬	時令蔬菜		70.00	kg	炒有機時蔬	有機時令蔬菜		70.00	kg
		蒜粗		0.90	kg		蒜粗		0.90	kg		蒜粗		0.90	kg		蒜粗		0.90	kg		蒜粗		0.90	kg
		嫩薑絲		0.60	kg		嫩薑絲		0.60	kg		嫩薑絲		0.60	kg		嫩薑絲		0.60	kg		嫩薑絲		0.60	
湯	味噌豆腐湯	板豆腐		30.00	kg	馬鈴薯湯	馬鈴薯		24.00	kg						Q圓綠豆湯	綠豆		20.00	kg	玉米濃湯	玉米濃湯粉	1K	4.00	
		貢丸		6.00	kg		金針菇		10.00	kg		QQ圓		20.00	kg		雞蛋		24.00	kg		雞蛋		24.00	kg
		味噌		15.00	kg		紅蘿蔔		5.00	kg						二砂糖		20.00	kg		冷凍玉米粒		15.00		
		柴魚片		2.00	包																馬鈴薯丁		10.00		
		青蔥		3.00	kg																				
附餐	果汁	葡萄果汁		1122.00	份	時令水果	時令水果		1122.00	份	時令水果	時令水果		1122.00	份	時令水果(截切)	時令水果(截切)		1122.00	份	保久乳	保久乳		1122.00	
		備份			份		備份			份		備份			份		備份			份		備份			
營養分析	熱量		全穀雜糧	豆魚蛋肉	熱量		全穀雜糧	豆魚蛋肉	熱量		全穀雜糧	豆魚蛋肉	熱量		全穀雜糧	豆魚蛋肉	熱量		全穀雜糧	豆魚蛋肉	熱量		全穀雜糧	豆魚蛋肉	
	蔬菜		乳品/水果	油脂與堅果種子	蔬菜		乳品/水果	油脂與堅果種子	蔬菜		乳品/水果	油脂與堅果種子	蔬菜		乳品/水果	油脂與堅果種子	蔬菜		乳品/水果	油脂與堅果種子	蔬菜		乳品/水果	油脂與堅果種子	

※經營養師審核：通過 不通過(原因：)

午餐秘書： 主任： 校長：

人

單位

kg

kg

kg

kg

包

塊

kg

kg

kg

kg

kg

kg

包

kg

kg

kg

份

份

蛋肉

坚果種子

