

基隆市中山區德和.中山.中華國小 2022年11月1週午餐菜單

	10月31日					11月1日					11月2日					11月3日					11月4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	烏龍麵	烏龍麵	中粗	111.6	kg	白米飯	白米		86	kg	白米飯	白米		86	kg					
主菜	蘿蔔燒豬 (德和)	豬前腿肉	丁	66	kg	薑汁燒雞 (德和)	雞胸肉	丁	60	kg	日式烏龍湯麵 (德和)	豬前腿肉	片	24	kg	梅干扣肉 (德和)	豬前腿肉	丁	66	kg	蠔油雞腿 (德和)	雞腿		980	支					
		白蘿蔔		29	kg		馬鈴薯		29	kg		竹輪		4.8	kg		梅干菜		7	kg		大蒜	粗	0.6	kg					
		胡蘿蔔		10	kg		洋蔥		20	kg		小白菜		10	kg		福菜		15	kg										
		嫩薑	片	0.6	kg		紅蘿蔔		7	kg		綠豆芽		15	kg		豆干	丁	12	kg										
							嫩薑	泥	2	kg		青蔥		0.1	kg		老薑	片	0.6	kg										
											胡蘿蔔		6	kg		大蒜	片	0.6	kg											
											裙帶菜		1.2	kg																
											冷凍玉米粒		7	kg																
											味噌		5	箱																
											木耳	黑	5	kg																
											柴魚片		5	包																
副菜	和炒蛋 (德和)	雞蛋		45	kg	和炒高麗 (德和)	高麗菜		78	kg	蝦捲 (德和)	蝦捲		979	條	和炒花椰 (德和)	竹輪		10.8	kg	和炒蛋 (德和)	雞蛋		37	kg					
		冷凍玉米粒		18	kg		香菇	生	7	kg							冷凍花椰菜		31	kg		大蕃茄		19	kg					
		胡蘿蔔		5	kg											冷凍青花菜		27	kg		傳統豆腐	(4大3小)	22.8	kg						
															胡蘿蔔		2	kg		番茄醬		4	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 (德和)	肉羹		23	kg	冬粉貢丸湯 (德和)	冬粉		9	kg	古早味香腸	香腸	CAS	1958	條	和結豆腐湯 (德和)	海帶結		15	kg	和濃湯 (德和)	胡蘿蔔		6	kg					
		胡蘿蔔		2	kg		大骨		5	kg			每人兩條					傳統豆腐	(4大)	19.2		kg		馬鈴薯		31	kg			
		筍籤		15	kg		芹菜		2	kg					白靈菇		10	kg		白洋蔥		10	kg							
		金針菇		7	kg		貢丸		29	kg					青蔥		1.0	kg		奶油(液態)	鮮奶油	6	瓶							
		木耳	黑	2	kg															冷凍毛豆仁		5	kg							
附餐	豆漿	德和		405份	中華	119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	119份
		仙洞		150份	中山	108份		仙洞		150份	中山	108份		仙洞		150份	中山	108份		仙洞		150份	中山	108份		仙洞		150份	中山	108份
																					豆漿	德和		2份						

基隆市中山區德和.中山.中華國小 2022年11月2週午餐菜單

	11月7日					11月8日					11月9日					11月10日					11月11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	中粗米粉	米粉	中粗	97	包	白米飯	白米		86	kg	白米飯	白米		86	kg
主菜	紅燒魚丁	旗魚 甜椒 洋蔥 大蒜	丁  粗	68 19 15 1.2	kg	咖哩豬	豬前腿肉 馬鈴薯 胡蘿蔔 白洋蔥 咖哩粉	丁   粗	63 26 7 9 2	kg	芋頭米粉湯	豬前腿肉 芋頭 香菇 胡蘿蔔 芹菜 高麗菜	絲 新鮮 生  珠	22 22 5 5 1.8 25	kg	素食豆腐煲	傳統豆腐 香菇 胡蘿蔔 青蔥 脆筍 木耳	(13大3小) 生	66 10 9 1 9 2	kg	蔥燒鳳翅	雞翅 青蔥 滷包		980 0.6 2	支
副菜	麵筋炒高麗	麵筋 高麗菜 大蒜	泡  粗	2 73 0.6	kg	翡翠白玉	冷凍白花椰菜 四季豆 紅蘿蔔 大蒜	  粗	53 15 5 0.6	kg	日式蒸蛋	雞蛋 香菇 魚板	 生	63 11 6	kg	炒四寶	豆干 胡蘿蔔 豆薯 冷凍玉米粒	丁	44 4 10 10	kg	鴿蛋大黃瓜	鴿蛋 大黃瓜 胡蘿蔔		15 73 4	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	蕃茄蛋花湯	蕃茄 雞蛋 青蔥		25 18 0.6	kg	金菇豆腐湯	金針菇 傳統豆腐(4大) 芹菜		15 19.2 1.2	kg	茶香豆干	黑豆干 米血 紅茶茶包 八角 桂皮 柴魚片 熟白芝麻		980 34.2 8 0.6 0.6 3 0.6	個	紫菜蛋花湯	紫菜 雞蛋 青蔥		6 18 0.6	包	芋圓紫米甜湯	紫米 芋圓 二砂糖	前一天送	20 14 15	kg
附餐	豆漿	德和 仙洞		405 150	份	水果	德和 仙洞		406 150	份	水果	德和 仙洞		404 150	份	水果	德和 仙洞		404 150	份	鮮奶	德和 仙洞		399 150	份
																					豆漿	德和		2份	

基隆市中山區德和.中山.中華國小 2022年11月3週午餐菜單

	11月14日					11月15日					11月16日					11月17日					11月18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 kg	義大利麵	義大利麵 直麵		122	包	白米飯	白米		86	kg	白米飯	白米		86	kg
主菜	紅燒獅子頭	獅子頭	每人3顆	2952	顆	味噌野菜雞 (德和)	雞胸肉	丁	66	kg	番茄義大利麵 (德和)	白洋蔥		20	kg	安東燉雞 (德和)	雞胸肉	丁	60	kg	醬燒排骨 (德和)	帶骨後腿肉		980	支
		包心白菜		44	kg		胡蘿蔔		5	kg		番茄		32	kg		寬粉		5	kg		白洋蔥		10	kg
		胡蘿蔔		4	kg		白洋蔥		15	kg		豬絞肉		24	kg		紅蘿蔔		6	kg		柴魚片		3	包
							高麗菜		18	kg		番茄醬		4	桶		馬鈴薯		29	kg					
							味噌		3	箱		三色豆	冷凍	9	kg										
副菜	小瓜和甜條 (德和)	花胡瓜		79	kg	金沙南瓜 (德和)	南瓜		65	kg	炸薯條	薯條		86	kg	三絲白菜	大白菜		73	kg	鐵板洋芋	火腿丁		9	kg
		黑輪	條	18	kg		鹹蛋		102	顆							胡蘿蔔		5	kg		冷凍毛豆仁		9	kg
		紅蘿蔔		5	kg		大蒜	粗	0.5	kg						金針菇		12	kg		馬鈴薯		59	kg	
																黑木耳		12	kg		胡蘿蔔		4	kg	
																					黑胡椒粒		1	包	
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	蘿蔔魚丸湯 (德和)	白蘿蔔		25	kg	冬瓜排骨湯 (德和)	冬瓜		46	kg	玉米濃湯 (德和)	冷凍玉米粒		15	kg	味噌豆腐湯 (德和)	傳統豆腐 (5大3小)		27.6	kg	黃瓜竹輪湯	大黃瓜		39	kg
		胡蘿蔔		4	kg		芹菜	珠	0.7	kg		雞蛋		19	kg		裙帶菜		0.6	kg		竹輪		10.2	kg
		芹菜	珠	0.7	kg		豬小排	丁	17	kg		胡蘿蔔		5	kg		味噌		5	箱					
		魚丸		12	kg						玉米醬罐頭		5	桶		青蔥		1.2	kg						
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	119份
		仙洞	203份	中山	123份		仙洞	150份	中山	108份		仙洞	150份	中山	108份		仙洞	150份	中山	108份		仙洞	150份	中山	108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.中山.中華國小 2022年11月4週午餐菜單

	11月21日					11月22日					11月23日					11月24日					11月25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	白米飯	白米		86	kg	白米飯	白米		86	kg	白米飯	白米		86	kg
主菜	義和燉雞(德)	雞胸肉丁 胡蘿蔔 白洋蔥 馬鈴薯 番茄醬 義大利香料	丁	66 7 12 24 3 1	kg	筍干扣肉(德)	豬前腿肉丁 脆筍干 大蒜粗	丁	66 38 1.2	kg	翡翠炒飯(德)	雞蛋 豬肉絲 洋蔥 冷凍玉米粒 青江菜 紅蘿蔔		18 18 9 7 22 9	kg	綜合滷味(德)	豆干 1/4豆干 蒟蒻小卷 鵪鶉蛋 白蘿蔔		21 19.2 22 24	kg	酥炸魚排(德)	咖哩虱目魚排 已裹粉		980	片
副菜	樹子燒冬瓜	冬瓜片 薑 破布子		97 1.2 4	kg	紅絲炒蛋(德)	雞蛋 胡蘿蔔		51 19	kg	香草拌杏鮑菇	杏鮑菇 大蒜粗 義大利香料 黑胡椒粒		68 0.6 1 1	kg	白菜粉絲煲(德和)	冬粉 黑木耳 紅蘿蔔 大白菜 鮮香菇		12 4 2 27 5	kg	丸片黃瓜(德)	大黃瓜 貢丸 胡蘿蔔		69 12 4	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	大滷湯(德)	雞蛋 傳統豆腐 大白菜 木耳 胡蘿蔔 筍籤		10 9.6 15 4 4 5	kg	香菇雞湯(德)	棒棒腿丁 杏鮑菇 胡蘿蔔 白蘿蔔 香菇生 嫩薑片	丁	17 7 2 24 10 0.6	kg	羅宋湯(德)	白洋蔥 蕃茄 馬鈴薯 胡蘿蔔 蕃茄醬		11 14 32 4 3	kg	紅豆花生湯	紅豆 前一天送 熟花生仁 紅砂糖		19 15 15	kg	山藥養生湯(德和)	山藥 嫩薑絲 枸杞 豬小排丁		40 0.5 0.5 17	kg
附餐	豆漿	德和 仙洞	405份 150份	中華 中山	119份 108份	水果	德和 仙洞	406份 150份	中華 中山	119份 108份	水果	德和 仙洞	404份 150份	中華 中山	119份 108份	水果	德和 仙洞	404份 150份	中華 中山	119份 108份	鮮奶	德和 仙洞	399份 150份	中華 中山	119份 108份
																					豆漿	德和	2份		

基隆市中山區德和.中山.中華國小 2022年11月5週午餐菜單

	11月28日				11月29日				11月30日				12月1日				12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	烏龍麵	烏龍麵 細		116.4	kg	白米飯	白米		86	kg	白米飯	白米		86	kg					
主菜	醬爆雞丁 (德和)	雞胸肉	丁	66	kg	油豆腐 肉燥 (德和)	豬絞肉		57	kg	咖哩炒麵 (德和)	豬前腿肉	片	29	kg	三杯百頁 (德和)	百頁豆腐		68	kg	糖醋魚柳 (德和)	虱目魚	柳	61	kg					
		小黃瓜		19	kg		油豆腐	丁	30	kg		木耳	黑	6	kg		素米血		24	kg		白洋蔥		7	kg					
		白洋蔥		15	kg		大蒜	末	1.2	kg		小白菜		34	kg		九層塔		1.2	kg		鳳梨罐頭		19	kg					
											胡蘿蔔		9	kg								甜椒		5	kg					
											咖哩粉		3	盒								小黃瓜		8	kg					
																						蕃茄醬		2	桶					
副菜	豆包白菜 (德和)	大白菜		57	kg	丁香高麗 (德和)	高麗菜		76	kg	蛋(德和) 白洋蔥 培根 炒	白洋蔥		10	kg	蠟燭上樹 (德和)	冬粉		11	kg	什錦四季豆	豬前腿肉	絲	14	kg					
		油片	絲	10	kg		小魚乾		0.6	kg		雞蛋		53	kg		冷凍毛豆仁		9	kg		豆干	片	18	kg					
		冷凍玉米粒		6	kg		大蒜	片	0.6	kg		培根		10	kg		高麗菜		39	kg		四季豆		31	kg					
		木耳	黑	5	kg											豆瓣醬		3	箱		胡蘿蔔		4	kg						
															胡蘿蔔		2	kg		大蒜	粗	1	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	冬瓜貢丸湯 (德和)	貢丸		19	kg	銀鱈排骨湯 (德和)	小排丁		17	kg	關東煮(德和)	白蘿蔔		26	kg	綠豆芋圓湯 (德和)	綠豆	前一天	22	kg	薑菇海芽湯 (德和)	鴻喜菇		9	kg					
		冬瓜		39	kg		白蘿蔔		45	kg		天婦羅	條	9	kg		芋圓		16	kg		裙帶菜		1.2	kg					
		嫩薑	絲	0.9	kg		香菜		1.4	kg		玉米		12	kg		二砂糖		17	kg		嫩薑	絲	0.5	kg					
											豬血糕		15.6	kg								傳統豆腐	(5大板)	24.0	kg					
附餐	豆漿	德和		405份	中華	119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	119份
		仙洞		150份	中山	108份		仙洞		150份	中山	108份		仙洞		150份	中山	108份		仙洞		150份	中山	108份		仙洞		150份	中山	108份
																										豆漿	德和		2份	