

基隆市中山區德和.中山.中華.仙洞國小 2022年12月1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		100.2	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		59	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		21	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		1.0	kg		鳳梨罐頭		19	kg				
											胡蘿蔔		6	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		10	kg	什錦四季豆 (德和)	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		8	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		34	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		61	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	19	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		14	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		15	kg		嫩薑	絲	0.5	kg				
											豬血糕		15.6	kg							傳統豆腐	(5大板)	24	kg					
附餐	海綿蛋糕	德和		404份	中華	120份	水果	德和		405份	中華	120份	水果	德和		403份	中華	120份	水果	德和		403份	中華	120份	鮮奶	德和	398份	中華	120份
		仙洞		150份	中山	111份		仙洞		150份	中山	111份		仙洞		150份	中山	111份		仙洞		150份	中山	111份		仙洞		150份	中山
																					豆漿	德和	2份						

基隆市中山區德和.中山.中華.仙洞國小 2022年12月2週午餐菜單

	12月5日					12月6日					12月7日					12月8日					12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	油麵	油麵		100.2	kg	白米飯	白米		86	kg	白米飯	白米		86	kg					
主菜	三色雞丁	雞胸肉	丁	63	kg	鹹冬瓜蒸魚	魚片		982	片	什錦炒麵	豬前腿肉	片	28	kg	南瓜三杯雞	雞胸肉	丁	63	kg	冰糖豬腳	豬腳	丁	39	kg					
		洋蔥		11	kg		鹹冬瓜醬		3	桶		紅蘿蔔		4	kg		南瓜		35	kg		豬前腿肉	丁	51	kg					
		冷凍毛豆仁		8	kg		青蔥		1	kg		冷凍毛豆仁		6	kg		九層塔		1.2	kg		八角		0.3	kg					
		老薑		1.5	kg		傳統豆腐	2大2小	12	kg		竹輪		8.4	kg		嫩薑	片	1	kg		冰糖		1	包					
		冷凍玉米粒		15	kg						木耳	黑	6	kg																
副菜	小瓜炒竹輪	小黃瓜		58	kg	培根花椰	冷凍青花椰		36	kg	茶葉蛋	雞蛋		980	顆	紅燒油豆腐	三角油豆腐小		44	kg	白菜滷	油片絲		8	kg					
		竹輪		12.6	kg		冷凍花椰菜		34	kg		茶葉蛋滷包		10	盒		白蘿蔔		24	kg		大白菜		62	kg					
		胡蘿蔔		4	kg		培根	碎	5	kg		前一天送									金針菇		5	kg						
																					香菇	生鮮	6	kg						
																					木耳	黑	6	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	黃芽海結湯	海帶結		11	kg	養生菇菇湯	杏鮑菇		7	kg	味噌小魚湯	小魚乾		0.6	kg	冬瓜蛤蠣湯	冬瓜		28	kg	番茄蛋花湯	青蔥		0.6	kg					
		嫩薑	絲	1	kg		高麗菜		15	kg		傳統豆腐	(5大3小)	27.6	kg		文蛤	QR	16	kg		雞蛋		30	kg					
		黃豆芽		15	kg		香菇	生鮮	8	kg		裙帶菜		0.8	kg	嫩薑	絲	0.5	kg		番茄		15	kg						
							嫩薑	絲	0.6	kg		柴魚片		2	包															
							豬小排	丁	17	kg		味噌		4	箱															
附餐	小餐包	德和		404份	中華	120份	水果	德和		405份	中華	120份	水果	德和		403份	中華	120份	水果	德和		403份	中華	120份	鮮奶	德和		398份	中華	120份
		仙洞		150份	中山	111份		仙洞		150份	中山	111份		仙洞		150份	中山	111份		仙洞		150份	中山	111份		仙洞		150份	中山	111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12月3週午餐菜單

	12月12日					12月13日					12月14日					12月15日					12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	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	粥	白米		86	kg	白米飯	白米		86	kg	白米飯	白米		86	kg					
主菜	滷豬排	帶骨豬里肌排		984	片	親子雞肉丼	雞胸肉	丁	55	kg	虱目魚粥	虱目魚柳		27	kg	蔬菜咖哩	馬鈴薯		15	kg	鳳梨白洋蔥燒肉片	豬前腿肉	片	64	kg					
		蒜粗		1	kg		雞蛋		17	kg		高麗菜		23	kg		冷凍青花菜		24	kg		鳳梨罐頭		15	kg					
		滷包	大	1	包		白洋蔥		14	kg		白洋蔥		8	kg		冷凍花椰菜		24	kg		白洋蔥		18	kg					
							柴魚片		3	包		雞蛋		14	kg		白洋蔥		8	kg		胡蘿蔔		4	kg					
												胡蘿蔔		4	kg		百頁豆腐		18	kg		青椒		5	kg					
												虱目魚羹		6	kg		咖哩粉		3	盒										
												油蔥酥		1.2	kg															
												小魚干		0.5	kg															
												芹菜		2	kg															
副菜	洋芋燴三色	冷凍玉米粒		28	kg	黃瓜蝦仁	大黃瓜		58	kg	豆芽炒肉絲	豬前腿肉	絲	14	kg	紅絲炒蛋	雞蛋		53	kg	麻婆豆腐	豬絞肉		5	kg					
		馬鈴薯		29	kg		蝦仁	QR	10	kg		胡蘿蔔		8	kg		胡蘿蔔		15	kg		傳統豆腐		67.2	kg					
		冷凍毛豆仁		15	kg		紅蘿蔔		4	kg		綠豆芽		32	kg						不辣豆瓣醬		1	箱						
							袖珍菇		14	kg		韭黃		8	kg															
											大蒜	末	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	銀蘿貢丸湯	貢丸		19	kg	海味排骨湯	豬小排	丁	18	kg	酸辣豆乾丁	小豆乾丁		72	kg	雙菇白菜湯	金針菇		8	kg	紫菜蛋花湯	紫菜		5	包					
		白蘿蔔		39	kg		海帶根		12	kg		泰式酸辣醬		3	桶		大白菜		30	kg		雞蛋		18	kg					
		芹菜		1.2	kg		嫩薑	絲	0.6	kg		檸檬汁		6	瓶		鮮香菇		8	kg		青蔥		0.6	kg					
							黃豆芽		14	kg																				
附餐	豆漿	德和		459份	中華	193份	水果	德和		405份	中華	120份	水果	德和		403份	中華	120份	水果	德和		403份	中華	120份	鮮奶	德和		398份	中華	120份
		仙洞		203份	中山	127份		仙洞		150份	中山	111份		仙洞		150份	中山	98份		仙洞		150份	中山	111份		仙洞		150份	中山	111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.仙洞國小 2022年12月4週午餐菜單

	12月19日					12月20日					12月21日					12月22日					12月23日					12月24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	菜名	食材	規格	數量	單位
主食	白米飯	白米		68	kg	十穀飯	白米 五穀米		51 17	kg kg	紅麵線	紅麵線		46	kg	白米飯	白米		68	kg	白米飯	白米		68	kg	米粉	米粉	細	76	包
主菜	五香蕃茄肉丁	豬前腿肉 豆干 五香粉 蕃茄	丁 1/4豆干	66 15 1 19	kg kg 盒 kg	脆瓜肉燥	豬絞肉 豆干 碎花瓜		63 11 12	kg kg kg	麵線羹	筍籤 肉羹 豬里肌肉 香菜 大蒜 柴魚片	柳 泥	6 18 26 1.2 1.2 3	kg kg kg kg kg 包	鼓汁燒肉	豬前腿肉 洋蔥 紅蘿蔔 豆豉 杏鮑菇	片	59 13 6 2 10	kg kg kg kg kg	沙嗲雞翅	雞翅 沙茶醬 咖哩粉		980 2 2	支 桶 盒	炒米粉	豬前腿肉 魷魚條 高麗菜 香菇 紅蘿蔔 油蔥酥 蝦米	絲 生	19 8 19 3 3 1.2 0.3	kg kg kg kg kg kg kg
副菜	黑椒豆芽	綠豆芽 胡蘿蔔 木耳 黑胡椒粒		48 2 2 1	kg kg kg 包	珍珠扒海絲	海帶絲 水煮花生 金針菇		48 13 6	kg kg kg	燒賣	冷凍燒賣		1960	個	豆薯炒蛋	豆薯 雞蛋 紅蘿蔔		47 22 6	kg kg kg	椒鹽薯條	薯條 胡椒鹽		94 2	kg 盒	珍珠丸	冷凍珍珠丸		1310	個
蔬菜	炒時蔬	時蔬 大蒜	粗	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	炒時蔬	時蔬		47	kg
湯	金茸豆腐湯	金針菇 傳統豆腐 青蔥 豬小排	(3大3小) 丁	10 18 0.5 18	kg kg kg kg	蘿蔔味噌湯	金針菇 白蘿蔔 味噌		10 44 4	kg kg 盒	風味綜合蔬菜	冷凍青花菜 冷凍毛豆仁 彩椒 大蒜		63 5 5 0.6	kg kg kg kg	紅豆小湯圓	紅豆 小湯圓 二砂糖	前一天送	21 15 16	kg kg kg	玉米濃湯	冷凍玉米粒 雞蛋 培根 玉米醬罐頭		15 18 5 5	kg kg kg 桶	芹香貢丸湯	貢丸 芹菜		27 3	kg kg
附錄	豆漿	德和 仙洞	404份 150份	中華 中山	120份 111份	水果	德和 仙洞	405份 150份	中華 中山	120份 111份	水果	德和 仙洞	403份 150份	中華 中山	120份 111份	水果	德和 仙洞	403份 150份	中華 中山	120份 111份	鮮奶	德和 仙洞	398份 150份	中華 中山	120份 111份	水果	德和	405份	中華	120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12月5週午餐菜單

	12月26日				12月27日				12月28日				12月29日				12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					
主食	白米飯	白米		68	kg	十穀飯	白米 五穀米		51 17	kg	粢條	粢條		100.2	kg	白米飯	白米		68	kg	白米飯	白米		23	kg
主菜	海結燒肉	豬前腿肉 丁 海帶結 胡蘿蔔		63 18 15	kg	迷迭香雞腿	雞腿 大蒜 末 迷迭香		982 0.6 1	支 kg 包	炒粢條	高麗菜 豬前腿肉 絲 綠豆芽 蝦米 胡蘿蔔 木耳 黑		13 28 13 1.2 6 6	kg	沙茶干丁	豆干 四分之一 蒜仁 沙茶醬 冷凍毛豆仁 胡蘿蔔		58 2 2 14 4	kg kg 桶 kg kg	洋芋燒雞	雞胸肉 丁 馬鈴薯 胡蘿蔔 白洋蔥		21 8 1 5	kg kg kg kg
副菜	四喜烤麩	冬瓜 烤麩 生香菇 黑木耳		38 35 14 4	kg	什錦炒白菜	大白菜 百頁結 胡蘿蔔 冷凍玉米粒		62 6 4 5	kg	風味四季豆	四季豆 鮮香菇 大蒜 粗		60 8 0.6	kg	三杯鮮菇	杏鮑菇 生香菇 金針菇 老薑 片 九層塔		36 22 15 1 1	kg	燴大黃瓜	大黃瓜 木耳 黑 冷凍玉米粒 胡蘿蔔 杏鮑菇		22 2 2 2 2	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		24	kg
湯	玉米山藥排骨湯	山藥 玉米 冷凍 豬小排 丁		12 34 18	kg	鮮蔬濃湯	南瓜 白洋蔥 培根 碎 蕃茄 馬鈴薯		18 5 5 10 18	kg	綠豆粉圓湯	綠豆 (提前送) 粉圓 二砂糖		11 15 18	kg	酸辣湯	板豆腐 2大3小 筍籤 黑木耳 紅蘿蔔 雞蛋		13.2 4 4 3 12	kg	大頭菜鮮菇湯	大頭菜 金針菇 香菇 生 豬小排 丁		12 3 3 6	kg
附餐	豆漿	德和 仙洞		404份 150份	中華 中山	120份 111份	水果	德和 仙洞		405份 150份	中華 中山	120份 111份	水果	德和 仙洞		403份 150份	中華 中山	120份 111份	鮮奶	仙洞		150份	中山	111份	