

基隆市中山區德和.中華.仙洞.中山國小 2023年5月1週午餐菜單

	5月1日					5月2日					5月3日					5月4日					5月5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	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	油麵	油麵		100	kg	白米飯	白米		86	kg	白米飯	白米		86	kg
主菜	黑胡椒豬柳	豬里肌肉 洋蔥 綠豆芽 紅蘿蔔 黑胡椒醬	柳	63 18 12 4 2	kg kg kg kg 桶	蘿蔔燉肉	豬前腿肉 白蘿蔔 紅蘿蔔	丁	62 39 7	kg kg kg	台式炒麵	豬前腿肉 洋蔥 黑木耳 油蔥酥 紅蘿蔔 高麗菜 韭菜 烏醋	絲	29 10 6 2 4 29 2 1	kg kg kg 包 kg kg kg 桶	咖哩豬	豬前腿肉 紅蘿蔔 馬鈴薯 洋蔥 咖哩粉	丁	66 10 42 9 3	kg kg kg kg 盒	滷雞腿	雞腿 大蒜 滷包	粗	987 0.6 2	支 kg 包
副菜	芹香三絲	海帶絲 芹菜 豆干絲		24 24 20	kg kg kg	肉羹燴冬瓜	冬瓜 肉羹 蝦米		87 13 2	kg kg kg	花生拌小黃瓜	小黃瓜 熟花生 胡蘿蔔 大蒜 辣椒		49 15 4 0.6 0.6	kg kg kg kg kg	三色干丁	豆乾 冷凍三色蔬菜 青蔥	丁	46 21 2	kg kg kg	黃瓜甜條	甜不辣條 胡瓜 紅蘿蔔		42 36 5	kg kg kg
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
湯	木須白菜湯	大白菜 黑木耳 胡蘿蔔		24 7 4	kg kg kg	大滷湯	雞蛋 板豆腐 大白菜 黑木耳 紅蘿蔔 脆筍		10 10.8 14 5 5 8	kg kg kg kg kg kg	關東煮	白蘿蔔 黑輪 玉米 豬血糕	條	26 8 18 15.6	kg kg kg kg	香菇味噌湯	板豆腐 生香菇 金針菇 味噌	5大板	24 5 12 3	kg kg kg 箱	冬瓜蛤蠣湯	冬瓜 文蛤 薑絲		32 15 0.6	kg kg kg
附餐	優酪乳	德和	404份	中華	120份	水果	德和	403份	中華	120份	水果	德和	402份	中華	120份	水果	德和	402份	中華	120份	鮮奶	德和	401份	中華	120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	108份		仙洞	148份	中山	109份
	豆漿	德和	2份																		豆漿	德和	2份		

基隆市中山區德和.中華.仙洞.中山國小 2023年5月2週午餐菜單

	5月8日					5月9日					5月10日					5月11日					5月12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	鳳梨燒肉	豬前腿肉	片	58	kg	香菇滑雞	棒棒腿	丁	36	kg	皮蛋瘦肉粥	豬絞肉		24	kg	塔香百頁	百頁豆腐		45	kg	泡菜燒肉	豬前腿肉	片	53	kg				
		黃甜椒		6	kg		鮮香菇		13	kg		芹菜		2	kg		薑	片	0.6	kg		金針菇		5	kg				
		紅蘿蔔		5	kg		杏鮑菇		4	kg		冷凍玉米粒		12	kg		大蒜	粗	0.6	kg		洋蔥		9	kg				
		鳳梨罐頭		16	kg		脆筍片	(前一天送)	20	kg		鴨皮蛋	前一	245	顆		九層塔		1.3	kg		黃豆芽		5	kg				
		豆薯		14	kg		帶骨帶皮對切胸丁		41	kg		油蔥酥		3	包		杏鮑菇		14	kg		韓式泡菜	3k	4	包				
		青椒		6	kg							油條		97	條														
															雞蛋			15	kg										
副菜	紅燒油豆腐	小四角油豆腐		41	kg	絲瓜炒蛋	雞蛋		26	kg	小瓜炒竹輪	小黃瓜		46	kg	素客家小炒	芹菜		8	kg	番茄豆腐	番茄		35	kg				
		白蘿蔔		24	kg		絲瓜		72	kg		胡蘿蔔		5	kg		豆干	片	39	kg		板豆腐	(9大3小)	46.8	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	三絲湯	金針菇		14	kg	番茄馬鈴薯排骨湯	大番茄		21	kg	蒼蠅頭	韭菜花		10	kg	綠豆薏仁湯	綠豆	前一天送	14	kg	玉米排骨湯	玉米		41	kg				
		海帶絲		14	kg		馬鈴薯		24	kg		豆干	丁	34	kg		小薏仁	前一天送	11	kg		豬小排	丁	10	kg				
		胡蘿蔔		5	kg		豬小排	丁	13	kg		四季豆		10	kg		二砂糖		29	kg									
		薑	絲	1	kg							杏鮑菇		10	kg														
		大骨		9	kg							豆豉		0.7	kg														
附餐	果汁	德和	406份	中華	120份	水果	德和	403份	中華	120份	水果	德和	402份	中華	120份	水果	德和	402份	中華	120份	鮮奶	德和	401份	中華	120份				
	100%	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	108份		仙洞	148份	中山	109份				
																					豆漿	德和	2份						

基隆市中山區德和.中華.仙洞.中山國小 2023年5月3週午餐菜單

	5月15日					5月16日					5月17日					5月18日					5月19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	kg	白米飯	白米		86	kg	白米飯	白米		86	kg		
主菜	咖哩雞丁	棒棒腿	丁	36	kg	花生滷肉	豬前腿肉	丁	61	kg	豆瓣乾麵	豆干	丁	21	kg	佛跳牆	結球白菜		60	kg	蘿蔔海結燒肉	豬前腿肉	丁	61	kg		
		洋蔥		10	kg		熟花生		14	kg		冷凍毛豆仁		16	kg		芋頭		32	kg		海帶結		8	kg		
		馬鈴薯		24	kg		白蘿蔔		21	kg		香菇	生	10	kg		豬前腿肉	絲	18	kg		紅蘿蔔		6	kg		
		帶骨帶皮對切胸	丁	39	kg		紅蘿蔔		4	kg		木耳		6	kg		香菇	生	5	kg		白蘿蔔		32	kg		
		紅蘿蔔		12	kg		薑	片	0.6	kg		紅蘿蔔		14	kg		蝦米		0.8	kg							
		咖哩粉		3	盒						大蒜	泥	1	kg													
											豆瓣醬	不辣	6	kg													
											豬前腿肉	絲	15	kg													
副菜	五色如意	綠豆芽		29	kg	麻婆豆腐	豬絞肉		11	kg	炒雙花	冷凍白花菜		32	kg	培根玉菜	高麗菜		68	kg	香菇炒瓠瓜	瓠瓜		65	kg		
		鮮香菇		8	kg		板豆腐	14大3	70.8	kg		冷凍青花菜		32	kg		培根	碎	7	kg		生香菇		6	kg		
		芹菜		5	kg		不辣豆瓣醬		2	箱		洋蔥		10	kg		大蒜	粗	0.6	kg		薑	絲	0.6	kg		
		紅蘿蔔		6	kg						大蒜	末	0.6	kg													
		黑木耳		7	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	蘿蔔排骨湯	白蘿蔔		44	kg	養生菇菇湯	秀珍菇		8	kg	木瓜排骨湯	青木瓜		34	kg	葷菇海芽湯	鴻喜菇		9	kg	貢丸黃瓜湯	貢丸		13	kg		
		豬小排	丁	13	kg		高麗菜		19	kg		豬小排	丁	13	kg		乾海帶芽		1	kg		大黃瓜		45	kg		
						生香菇		8	kg						薑絲		1	kg									
						薑	絲	0.6	kg						板豆腐	4大3小	22.8	kg									
附餐	豆漿	德和		464	份	中華		193	份	水果	德和		403	份	中華		120	份	鮮奶	德和		402	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		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.中華.仙洞.中山國小 2023年5月4週午餐菜單

	5月22日					5月23日					5月24日					5月25日					5月26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	紅燒魚丁	旗魚 甜椒 洋蔥 薑	丁 片	68 19 15 1.2	kg	筍乾扣肉	豬前腿肉 大蒜 濕筍乾	丁 粗 前一天	64 0.6 29	kg	菠蘿炒飯	洋蔥 紅蘿蔔 鳳梨罐頭 雞蛋 豬前腿肉 絲 冷凍毛豆仁 冷凍玉米粒		18 6 3 16 24 6 12	kg	瓜子素肉	生香菇 素肉燥 碎花瓜 素絞肉		19 23 19 10	kg	冰糖豬腳	豬腳 豬前腿肉 八角 冰糖	丁 丁	39 51 0.6 2	kg
副菜	燴冬瓜	冬瓜 黑木耳 金針菇		78 8 17	kg	螞蟻上樹	豬絞肉 冬粉 胡蘿蔔 豆瓣醬 高麗菜		6 8 7 2 24	kg	三杯豆腐	傳統豆腐 16大1小 九層塔 大蒜 粗 青蔥 麻油		78 1.3 0.6 0.6 1	kg	素炒瓠瓜	瓠瓜 素火腿 大蒜 粗		87 10 0.6	kg	麻油高麗	高麗菜 枸杞 薑絲 杏鮑菇 麻油		65 0.6 0.6 10 1	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	金針雞湯	金針菜乾 帶骨帶皮對切胸 薑絲	丁	4 18 1	kg	芋頭西米露	新鮮芋頭 西谷米 二砂糖 椰漿	前一天	39 10 15 15	kg	香菇筍片湯	生香菇 脆筍片 金針菇 大骨		8 14 8 9	kg	玉米蛋花湯	冷凍玉米粒 雞蛋 紅蘿蔔 玉米醬罐頭		15 16 2 3	kg	小魚味噌豆腐	小魚乾 味噌 柴魚片 傳統豆腐 5大2小		1 9 2 26.4	kg
附餐	果汁	德和 仙洞	407份 148份	中華 中山	120份 108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
	100%																				豆漿	德和	2份		

基隆市中山區德和.中華.仙洞.中山國小 2023年5月5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	58 16 15 3	kg	三杯雞	帶骨帶皮對切胸 棒棒腿 米血糕 薑 九層塔 胡麻油	丁	24 30 31.3 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	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	66 10 5 10	kg	鹽酥雞	帶骨帶皮對切胸 蒜粗 地瓜粉 低筋麵粉 九層塔	丁	83 1.3 23.4 10.8 1.3	kg
副菜	開陽扁蒲	扁蒲 蒜粗 蝦米		73 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		57 5 4 4 4	kg	香油拌干絲	白干絲 木耳 紅蘿蔔 大蒜 香油	黑	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		62 7 14 7	kg	菇炒高麗	高麗菜 鴻喜菇		55 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	29 24 10 0.6	kg
附餐	豆漿	德和 仙洞	407份 148份	中華 中山	120份 108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		