

虎林國中、虎林國小、香山國小 111 學年度午餐推行委員會議第 4 次會議紀錄

會議時間：111 年 11 月 22 日(星期二)中午 12 時 20 分

會議地點：虎林國中二樓會議室

會議主席：謝校長大才

出席人員：(如簽到單)

記錄：營養師陳文宗

壹、主席致詞：業務單位報告後，請委員們進行提案討論。

貳、業務單位報告

一、上次會議決議執行情形～111 年 10~11 月份葷素食菜單，均依據議定菜單供應，校慶日加菜均如期依約完成。

二、本月廠商履約情形：廠商工作人員出勤狀況正常，無退換貨記錄，供餐狀況正常。

三、本月午餐異況：無

四、111 年 10~11 月午餐經費收支情形：

主要支出項目：

支 出 項 目	金 額
午餐廚房 111 年 10 月天然氣費	33,774
午餐廚房 111 年 11 月自來水費	8,468
午餐廚房 111 年 11 月電費	15,972
111 年 8~9 月每人餐費支付差額 5 元-三校	220,485
基本費結餘款支出	57,260
合計：	335,959

參、用餐反應、建議或滿意度調查：

新竹市立虎林國民中學111學年度第1學期第1次 午餐滿意度問卷調查結果

	太多	剛好	不夠		
1. 你覺得主食(飯)的供應份量	18.3%	81.7%	0.0%		
2. 你覺得菜(主、副菜)的供應份量	15.5%	84.5%	0.0%		
平均值	16.9%	83.1%	0.0%		
	非常滿意	滿意	尚可	不滿意	非常不滿意
3. 你覺得午餐的菜色搭配	5.6%	24.7%	65.0%	4.7%	0.0%
4. 你覺得午餐的口味(調味方式)	0.3%	32.3%	56.4%	11.0%	0.0%
5. 你覺得午餐的烹調(用油量)	0.6%	13.8%	69.1%	16.3%	0.3%
6. 你覺得午餐供應的水果及鮮乳質量	6.3%	27.3%	60.3%	4.4%	1.7%
7. 你覺得午餐供應的溫度	0.8%	38.3%	59.5%	1.4%	0.0%
8. 你覺得飯菜的衛生	5.9%	33.8%	56.1%	3.6%	0.6%
9. 你覺得工作人員的服務態度	9.1%	44.7%	43.6%	2.6%	0.0%
10. 你覺得午餐供應的整體滿意度	5.8%	32.1%	56.4%	2.7%	3.0%
平均值	4.3%	30.9%	58.3%	5.9%	0.7%

新竹市香山區虎林國民小學111學年度第1學期第1次 午餐滿意度問卷調查結果

	太多	剛好	不夠		
1. 你覺得主食（飯）的供應份量	32.2%	66.4%	1.4%		
2. 你覺得菜（主、副菜）的供應份量	23.9%	70.1%	6.0%		
平均值	28.0%	68.3%	3.7%		
	非常滿意	滿意	尚可	不滿意	非常不滿意
3. 你覺得午餐的菜色搭配	20.9%	46.0%	27.4%	4.4%	1.4%
4. 你覺得午餐的口味（調味方式）	23.0%	46.7%	22.8%	5.3%	2.3%
5. 你覺得午餐的烹調（用油量）	23.7%	39.5%	26.9%	5.3%	4.6%
6. 你覺得午餐供應的水果品質及大小	51.7%	36.6%	8.5%	2.5%	0.7%
7. 你覺得午餐供應的溫度	29.9%	51.0%	15.9%	1.4%	1.8%
8. 你覺得飯菜的衛生	24.9%	49.4%	19.6%	5.1%	0.9%
9. 你覺得工作人員的服務態度	59.1%	33.6%	6.2%	1.1%	0.0%
10. 你覺得午餐供應的整體滿意度	30.1%	47.1%	18.6%	3.4%	0.7%
平均值	32.9%	43.7%	18.2%	3.6%	1.6%

新竹市香山區香山國民小學111學年度第學期第1次 午餐滿意度問卷調查結果

	太多	剛好	不夠		
1. 你覺得主食（飯）的供應份量	14.2%	82.7%	3.0%		
2. 你覺得菜（主、副菜）的供應份量	0.0%	79.7%	20.3%		
平均值	7.1%	81.2%	11.6%		
	非常滿意	滿意	尚可	不滿意	非常不滿意
3. 你覺得午餐的菜色搭配	0.0%	36.7%	57.9%	5.4%	0.0%
4. 你覺得午餐的口味（調味方式）	0.0%	49.3%	45.1%	5.5%	0.0%
5. 你覺得午餐的烹調（用油量）	3.0%	48.8%	37.2%	8.4%	2.5%
6. 你覺得午餐供應的水果品質及大小	9.0%	36.9%	37.5%	13.4%	3.1%
7. 你覺得午餐供應的溫度	5.8%	59.2%	29.1%	2.9%	3.0%
8. 你覺得飯菜的衛生	10.2%	61.6%	27.8%	0.1%	0.2%
9. 你覺得工作人員的服務態度	38.3%	45.1%	16.5%	0.0%	0.0%
10. 你覺得午餐供應的整體滿意度	11.3%	49.8%	38.0%	0.1%	0.8%
平均值	9.7%	48.4%	36.2%	4.5%	1.2%

肆、討論提案

案由一、111 年 10~11 月份基本費結餘款支出項目審核。

說明：111 年 10 月 17 日起至 11 月 22 日期間，午餐基本費結餘款支出項目，請審議追認。

支 出 項 目	金 額
水電費、燃料費(補燃料費不足款)~	
虎林國小 111 年 10~12 月份使用電梯送餐所需電費分攤	15,000
廚房及用餐相關設備、器具~	
廚房送餐車膠輪損壞維修費用	13,040
分攤香山國小 111 年 7~9 月份使用電梯送餐所需保養費	7,200
廚房購買 12 台平台式推菜車費用	16,320
廚房飲水機更換濾心費用	2,100
廚房環境清潔及維護~	
111 年 10~12 月飲用水質檢驗	3,600
合計：	57,260

決議：照案通過。

案由二、111 年 12 月份葷素食菜單審核。

說明：請參閱開會通知附件一(110 年 12 月份葷素食食譜草稿)。

決議：葷、素食菜單內容修改後詳如附件一。

伍、臨時動議：無

陸、散會：12 時 50 分

虎林國中、虎林國小、香山國小

111 學年度午餐推行委員會議第 4 次會議簽到單

時間：111 年 11 月 22 日(星期二)中午 12 時 20 分

地點：虎林國中二樓會議室

主席：謝校長大才

虎 林 國 中		虎 林 國 小		香 山 國 小	
出席者	簽 名	出席者	簽 名	出席者	簽 名
校 長 謝大才	謝大才	校 長 林啓誠 (或處室主任)	林啓誠	校 長 顏美禎 (或處室主任)	顏美禎
家長代表	請假	家長代表	請假	家長代表	請假
學務主任 (學校代表)	洪昭盛	午餐秘書 (學校代表)	林瑞敏	午餐秘書 (學校代表)	李昆宏
總務主任 王憶貞	王憶貞				
營 養 師 陳文宗	陳文宗				
列席者	簽 名	列席者	簽 名	列席者	簽 名
會計主任 曾淑萍	曾淑萍	輔導主任 陳威任	請假		
協呈食品 股份有限公司 廠商代表	李思嘉	協呈食品 股份有限公司 衛管人員	邱馨		

虎林國中、虎林國小、香山國小 學校午餐

111 年 12 月 份 午 餐 食 譜 (葷)

日期	星期	主食	主菜	副菜一	副菜二	湯品	附餐	全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	油脂類	水果類	乳品類	熱量
12/1	四	芋頭飯	京醬豬柳	蠔油百頁海結	青菜	番茄蛋花湯		5.6	2.5	2	2			720
12/2	五	國語文競賽, 調整放假一日												
12/5	一	燕麥飯	麻香雞丁	黃瓜燴三鮮	青菜	味噌豆腐湯		5.5	2.2	2.4	2			700
12/6	二	小米飯	照燒肉柳	珍菇高麗菜	青菜	蘿蔔魚丸湯	水果	5.5	2	2.5	2.2	1		757
12/7	三	炊粉	新竹炒米粉	香滷豬排	有機青菜	酸辣湯		5.5	2.2	2.1	3			738
12/8	四	糙米飯	醬燒魚丁	干絲花菜	青菜	冬瓜大骨湯	鮮乳(加菜)	5.5	2.1	2.4	3		0.8	858
12/9	五	白米飯	土豆滷黑干丁	洋蔥炒蛋	青菜	椰香西米露		6.2	2.5	2	2.5			784
12/12	一	小米飯	南洋咖哩雞	蛋酥白菜	青菜	黃豆芽肉絲湯		6	2.1	2.6	2			733
12/13	二	紫米飯	韓式燒肉片	田園四喜	青菜	海結大骨湯	水果(加菜)	5.8	2	2.2	2	1		761
12/14	三	刀花麵	麻醬刀花麵	黑胡椒雞丁	有機青菜	筍香排骨湯		5.5	2	1.8	2.5			693
12/15	四	糙米飯	南瓜燉肉	家常油豆腐	青菜	冬瓜丸子湯		6	2.4	2	2			740
12/16	五	白米飯	日式風味煮	蔥油香菇蒸蛋	青菜	地瓜甜湯		6.2	2.2	2	2			739
12/19	一	五穀飯	奶香雞丁	鐵板豆腐	青菜	玉米蛋花湯		5.6	2.5	1.8	2			715
12/20	二	地瓜飯	三杯菇菇豬	什錦黃瓜	青菜	鮮蔬白菜湯	水果	5.6	2	2.5	2	1		755
12/21	三	白米	廣東粥	椒鹽魚排	有機青菜	水煎包		5.5	2	1.5	3			708
12/22	四	糙米飯	糖醋雞丁	玉米炒蛋	青菜	紫米紅豆湯圓		6.5	2.2	2	2.2			769
12/23	五	白拉麵	什錦炒麵	麻油炒干片	青菜	結頭菜湯	鮮乳(加菜)	5.5	2	2	2.5		0.8	818
12/26	一	燕麥飯	左宗棠燒雞	蜜汁干丁	青菜	海芽蛋花湯		5.5	2.5	1.8	2			708
12/27	二	麥片飯	筍香控肉	塔香雙絲	青菜	日式味噌湯	水果(加菜)	5.5	2	2.2	2.2	1		749
12/28	三	白拉麵	炸醬麵	紅燒雞翅	有機青菜	榨菜肉絲湯		5.5	2	1.8	2.5			693
12/29	四	糙米飯	三杯雞	玉菜粉絲煲	青菜	黃瓜魚羹湯		6	2.2	2.4	2			735
12/30	五	白米飯	什錦豆包	番茄炒蛋	青菜	綠豆麥片湯		6.5	2.2	1.6	2.2			759

吃火鍋沾生蛋？比起膽固醇，你應該先擔心沙門氏菌危害！

天氣漸漸轉涼，越來越多人會想大啖火鍋來溫暖身體，不少民眾喜歡在沾醬時打上一顆雞蛋，雞蛋雖然營養，但蛋殼上佈有氣孔，微生物就有機會入侵，以沙門氏菌為主。沙門氏菌會引發急性腸炎，造成腹痛、寒顫、發燒、噁心、嘔吐等症狀，嚴重甚至引發致命危機。蛋殼表面因雞糞的沾染，容易有大腸桿菌及沙門氏菌的附著，若在打蛋之前未將蛋的表面清洗乾淨，蛋殼與可食雞蛋會互相接觸造成病原菌的汙染。在品嚐美味的同時更要注意衛生安全風險，沙門氏菌致死溫度為71℃，只要「烹煮前清洗+全熟」就可避免沙門氏菌的危害。但要特別注意的是，應避免用水清洗雞蛋再冷藏保存，可能會因為潮濕破壞「護膜」，不但無法消滅沙門氏菌，還提高致病微生物入侵蛋內的可能性，所以要烹煮前再清洗。雞蛋營養豐富，擁有高品質的蛋白質，可供生長發育及組織修補，卵磷脂作為血液中的清道夫清除壞的膽固醇，膽鹼可用來合成重要神經傳導物質乙醯膽鹼，幫助大腦記憶和學習，並富含維生素A、D、E、B12及礦物質鈣、鐵、磷、鉀等營養素，呼籲大家每天適時攝取一顆雞蛋；無論是洗選或未洗選蛋，記得務必要「烹煮前清洗+全熟」，才能安全、安心、健康地享用雞蛋！

資料來源: 董氏基金會食品營養專區

原文網址: <https://www.nutri.itf.org.tw//News/Info/3544>

本菜單豬肉原料食材全為國產豬肉

協呈食品股份有限公司 營養師 王巧琴

新竹市立虎林國民中學 營養師 陳文宗

虎林國中、虎林國小、香山國小 學校午餐

111 年 12 月 份 午 餐 食 譜 (素)

日期	星期	主食	主菜	副菜一	副菜二	湯品	附餐	全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	油脂類	水果類	乳品類	熱量
12/1	四	芋頭飯	荷葉素排骨	素蠔油百頁海結	青菜	番茄蛋花湯		5.6	2.5	2	2			720
12/2	五	國語文競賽, 調整放假一日												
12/5	一	燕麥飯	麻香珍菇	黃瓜燴三鮮	青菜	味噌豆腐湯		5.5	2.2	2.6	2			705
12/6	二	小米飯	照燒油片	素火腿高麗菜	青菜	蘿蔔素魚丸湯	水果	5.5	2	2.5	2.2	1		757
12/7	三	炊粉	新竹炒米粉	金沙杏鮑菇	有機青菜	酸辣湯		5.5	2	2.4	3			730
12/8	四	糙米飯	醬燒麵腸	干絲花菜	青菜	冬瓜素排骨湯	鮮乳(加菜)	5.5	2.2	2.4	3		0.8	865
12/9	五	白米飯	土豆滷黑干丁	金茸炒蛋	青菜	椰香西米露		6.2	2.5	2	2.5			784
12/12	一	小米飯	南洋咖哩鮮蔬	蛋酥白菜	青菜	黃豆芽鮮蔬湯		6	2.1	2.6	2			733
12/13	二	紫米飯	韓式炒年糕	田園四喜	青菜	海結鮮菇湯	水果(加菜)	6	2	2	2	1		770
12/14	三	刀花麵	麻醬刀花麵	黑胡椒素雞丁	有機青菜	香筍素排骨湯		5.5	2	1.8	2.5			693
12/15	四	糙米飯	烤麩燒南瓜	家常油豆腐	青菜	養身冬瓜湯		6	2	2.5	2			723
12/16	五	白米飯	日式風味煮	什錦香菇蒸蛋	青菜	地瓜甜湯		6.2	2.2	2	2			739
12/19	一	五穀飯	豆腸燴番茄鳳梨	鐵板豆腐	青菜	玉米蛋花湯		5.6	2.5	1.8	2			715
12/20	二	地瓜飯	三杯紫茄豆腐	黃瓜什錦	青菜	鮮蔬白菜湯	水果	5.6	2	2.5	2	1		755
12/21	三	白米	廣東粥	椒鹽素魚排	有機青菜	高麗菜包		5.5	2	1.5	3			708
12/22	四	糙米飯	糖醋素雞	玉米炒蛋	青菜	紫米紅豆湯圓		6.5	2.2	2	2.2			769
12/23	五	白拉麵	什錦炒麵	麻油炒干片	青菜	結頭菜湯	鮮乳(加菜)	5.5	2	2	2.5		0.8	818
12/26	一	燕麥飯	絲瓜麵線	蜜汁干丁	青菜	海芽蛋花湯		5.5	2.2	2.4	2			700
12/27	二	麥片飯	筍香麵輪	塔香雙絲	青菜	日式味噌湯	水果(加菜)	5.5	2	2.2	2.2	1		749
12/28	三	白拉麵	素炸醬麵	香菇素丸	有機青菜	榨菜油豆腐湯		5.5	2	2	2.5			698
12/29	四	糙米飯	三杯香滷	玉菜粉絲煲	青菜	黃瓜素丸湯		6	2.2	2.4	2			735
12/30	五	白米飯	什錦豆包	番茄炒蛋	青菜	綠豆麥片湯		6.5	2.2	1.6	2.2			759

吃火鍋沾生蛋？比起膽固醇，你應該先擔心沙門氏菌危害！

天氣漸漸轉涼，越來越多人會想大啖火鍋來溫暖身體，不少民眾喜歡在沾醬時打上一顆雞蛋，雞蛋雖然營養，但蛋殼上佈有氣孔，微生物就有機會入侵，以沙門氏菌為主。沙門氏菌會引發急性腸炎，造成腹痛、寒顫、發燒、噁心、嘔吐等症狀，嚴重甚至引發致命危機。蛋殼表面因雞糞的沾染，容易有大腸桿菌及沙門氏菌的附著，若在打蛋之前未將蛋的表面清洗乾淨，蛋殼與可食雞蛋會互相接觸造成病原菌的汙染。在品嚐美味的同時更要注意衛生安全風險，沙門氏菌致死溫度為71℃，只要「烹煮前清洗+全熟」就可避免沙門氏菌的危害。但要特別注意的是，應避免用水清洗雞蛋再冷藏保存，可能會因為潮濕破壞「護膜」，不但無法消滅沙門氏菌，還提高致病微生物入侵蛋內的可能性，所以要烹煮前再清洗。雞蛋營養豐富，擁有高品質的蛋白質，可供生長發育及組織修補，卵磷脂作為血液中的清道夫清除壞的膽固醇，膽鹼可用來合成重要神經傳導物質乙醯膽鹼，幫助大腦記憶和學習，並富含維生素A、D、E、B12及礦物質鈣、鐵、磷、鉀等營養素，呼籲大家每天適時攝取一顆雞蛋；無論是洗選或未洗選蛋，記得務必「烹煮前清洗+全熟」，才能安全、安心、健康地享用雞蛋！

資料來源：董氏基金會食品營養專區

原文網址：<https://www.nutri.jtf.org.tw//News/Info/3544>

協呈食品股份有限公司 營養師 王巧琴

新竹市立虎林國民中學 營養師 陳文宗

111年12月份午餐食譜(葷)

用餐數 1830 人

十二月一日	芋頭飯	京醬豬柳 (煮)				蠔油百頁海結 (煮)				青菜 (炒)				番茄蛋花湯 (煮)			
		豬柳	70 g	213.5 斤	海帶結	25 g	76.3 斤	青菜	75 g	230 斤	番茄	12 g	36.6 斤				
		洋蔥	18 g	54.9 斤	百頁豆腐	33 g	100.7 斤				雞蛋	6 g	18.3 斤				
		蔥	3 g	9.2 斤	冷凍花椰菜	33 g	100.7 斤				高麗菜	18 g	54.9 斤				
		馬鈴薯	30 g	91.5 斤	肉片	7 g	21.4 斤				冬粉	3 g	9.2 斤				
		胡蘿蔔	9 g	27.5 斤							大骨	6 g	18.3 斤				
星期四																	
十二月二日	國語文競賽，調整放假一日																
星期五																	

用餐數 1830 人

[illegible]

用餐數 1830 人

[illegible]

用餐數 1830 人

[illegible]