

虎林國中、虎林國小、香山國小 113 學年度午餐推行委員會議第 4 次會議紀錄

會議時間：113 年 11 月 18 日(星期一)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：113 年 9~10 月份葷素食菜單，均依據議定菜單供應。

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，虎林國中校慶加菜正常供餐完成，虎林國小與香山國小校慶加菜已確認數量完成預訂。

三、本月午餐異況：無。

四、113 年 10~11 月午餐經費收支情形：

(一) 收入項目：三校教職員與學生午餐費已完成收費。

(二) 主要支出項目：

支 出 項 目	金 額
113 年 10 月天然氣費	30,095
113 年 11 月自來水費	6,143
113 年 11 月電費	20,945
基本費結餘款支出	44,423
合計：	101,606

參、討論提案

案由一、113 年 10~11 月份基本費結餘款支出項目審核。

說明：113 年 10 月 21 日起至 11 月 18 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)～	
香山國小 113 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～	
廚房炒灶開關設備移位及電器開關更換...等維修費用	16,223
廚房飲水機更換濾心費用	2,100
分攤虎林國中 113 年 11 月份使用電梯送餐所需保養費	4,500
廚房冷藏溫控裝置維修費用	3,000
廚房環境清潔及維護～	
廚房 113 年 10~12 月份飲用水質檢驗	3,600
合計：	44,423

決議：照案通過。

案由二、113 年 12 月份葷素食菜單審核。

說明：請參閱開會通知附件一(113 年 12 月份葷素食食譜草稿)。

決議：葷、素食菜單內容修改後如(附件一)。

肆、臨時動議：

案由一、113 年 11 月份履歷豆漿與第 2 次鮮乳對調更換供應日期。

說明：國產履歷豆漿因廠商備貨原因，需調整供貨日期，擬與第 2 次鮮乳對調更換供應日期。

決議：照案通過，調換後為 11 月 21 日供應履歷豆漿，11 月 28 日供應鮮乳。

伍、散會：12 時 45 分

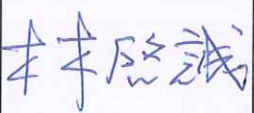
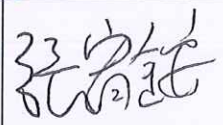
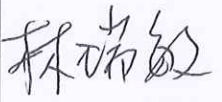
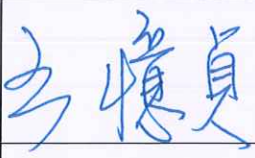
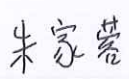
虎林國中、虎林國小、香山國小

113 學年度午餐推行委員會議第 4 次會議簽到單

時間：113 年 11 月 18 日(星期一)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		校 長 林啓誠 (或處室主任)		校 長 鄧瑞源 (或處室主任)	請假
家長代表		家長代表	請假	家長代表	請假
學務主任 (學校代表)	請假	午餐秘書 (學校代表)		午餐秘書 (學校代表)	請假
總務主任 王憶貞					
營 養 師 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	請假				
協呈食品 股份有限公司 廠商代表		協呈食品 股份有限公司 衛管人員		協呈食品 股份有限公司 廚師	

虎林國中、虎林國小、香山國小 學校午餐

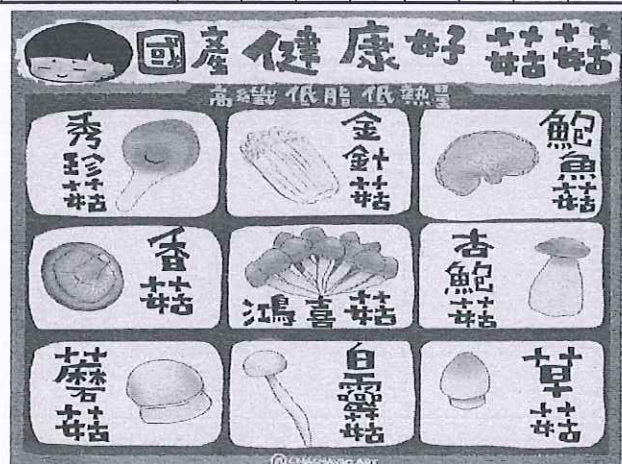
113 年 12 月 份 午 餐 食 譜 (葷)

日期	星期	主食	主菜	副菜一	副菜二	湯品	附餐	全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	油脂類	水果類	乳品類	熱量
12/2	一	小米飯	鐵板豬柳	關東煮	青菜	蔬菜豆腐湯		5.5	2.7	2.3	2.2	0	0	742
12/3	二	燕麥飯	左宗棠燒雞	蜜汁干丁	青菜	榨菜肉絲湯	水果	6.0	2.3	1.6	2.2	1	0	793
12/4	三	白拉麵	炸醬麵	麥克雞塊	青菜	海芽蛋花湯		5.5	2.5	1.2	2.7	0	0	724
12/5	四	糙米飯	照燒排骨	玉菜粉絲煲	青菜	黃瓜金菇湯		6.4	1.7	2.5	2.2	0	0	737
12/6	五	白米飯	農家小炒	菜脯炒蛋	青菜	椰香西米露		6.7	2.3	1.4	2.4	0	0	787
12/9	一	芋頭飯	麻香雞丁	黃瓜燴三鮮	青菜	味噌豆腐湯		5.5	2.2	2.2	2.2	0	0	701
12/10	二	小米飯	宮保豬柳	珍菇高麗菜	青菜	蘿蔔魚羹湯		5.5	2.5	2.7	2.2	0	0	735
12/11	三	炊粉	新竹炒米粉	香滷豬排	青菜	冬瓜大骨湯		5.5	1.7	2.0	2.5	0	0	677
12/12	四	糙米飯	醬燒魚丁	蛋酥白菜	青菜	酸辣湯	鮮奶	5.7	2.4	1.2	2.2	0	1	858
12/13	五	白米飯	鮮蔬什錦	洋蔥炒蛋	青菜	珍珠冬瓜茶		5.8	2.3	1.7	2.4	0	0	731
12/16	一	五穀飯	南洋咖哩雞	鐵板豆腐	青菜	玉米蛋花湯		6.2	2.5	1.3	2.2	0	0	751
12/17	二	地瓜飯	三杯菇菇豬	瓠瓜什錦	青菜	鮮蔬白菜湯	水果	5.5	2.0	1.7	2.2	1	0	739
12/18	三	白米	廣東粥	椒鹽魚排	有機青菜	包子		6.5	2.1	1.0	2.8	0	0	764
12/19	四	糙米飯	糖醋雞丁	玉米炒蛋	青菜	結頭菜排骨湯	豆漿	5.9	3.3	1.9	2.4	0	0	815
12/20	五	白拉麵	什錦炒麵	台式滷味	青菜	紫米紅豆湯圓		6.9	1.4	2.6	2.5	0	0	764
12/23	一	小米飯	奶香雞丁	花菜干片	青菜	黃豆芽肉絲湯		5.8	2.6	1.4	2.2	0	0	733
12/24	二	紫米飯	韓式燒肉片	田園四喜	青菜	海結大骨湯		6.2	2.5	1.9	2.2	0	0	767
12/25	三	刀花麵	麻醬刀花麵	香滷雞排	有機青菜	筍香排骨湯		5.5	2.7	1.9	2.3	0	0	739
12/26	四	糙米飯	堅果南瓜燉肉	家常油腐	青菜	冬瓜丸子湯	鮮奶	6.0	2.5	3.4	2.2	0	1	939
12/27	五	白米飯	日式風味煮	什錦香菇蒸蛋	青菜	地瓜QQ甜湯		6.4	2.0	1.8	2.2	0	0	738
12/30	一	小米飯	芋頭燒雞	鮮瓜什錦	青菜	玉米濃湯		6.8	1.9	1.2	2.2	0	0	750
12/31	二	麥片飯	筍香控肉	塔香雙絲	青菜	日式味噌湯		5.5	2.4	2.1	2.2	0	0	719

營養小知識 國產健康好菇菇

菇類是一種營養價值高的食材，含有多量的維生素B類，礦物質鉀、鐵等，還有能提供一般蔬果所缺乏的營養素—麥角固醇，麥角固醇可由紫外線的照射而轉變為維生素D，所以食用曬過太陽的香菇可以補充維生素D，促進體內鈣質吸收，幫助兒童增進骨骼和牙齒的生長和發育，還可以預防老人骨質疏鬆症。

近年來研究發現，菇類的各種萃取物可以間接抑制腫瘤，或抑制流行性感胃病毒的增殖，香菇可說是不可多得的保健食品之一。



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 蔡年展

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

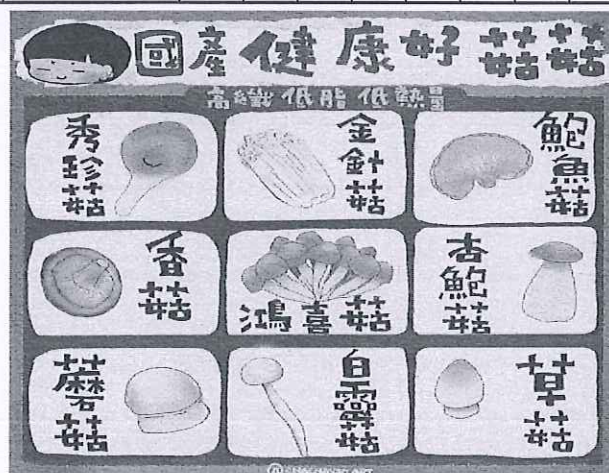
113 年 12 月 份 午 餐 食 譜 (素)

日期	星期	主食	主菜	副菜一	副菜二	湯品	附餐	全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	油脂類	水果類	乳品類	熱量
12/2	一	小米飯	南瓜豆腐煲	日式關東煮	青菜	蔬菜番茄湯		5.5	2.7	2.3	2.2	0	0	742
12/3	二	燕麥飯	花生麵筋	蜜汁干丁	青菜	榨菜粉絲湯	水果	6.0	2.3	1.6	2.2	1	0	793
12/4	三	白拉麵	素炸醬麵	香酥薯餅	有機青菜	海芽蛋花湯		5.5	2.5	1.2	2.7	0	0	724
12/5	四	糙米飯	照燒油片	玉米粉絲煲	青菜	黃瓜金菇湯		6.4	1.7	2.5	2.2	0	0	737
12/6	五	白米飯	農家小炒	菜脯炒蛋	青菜	椰香西米露		6.7	2.3	1.4	2.4	0	0	787
12/9	一	芋頭飯	麻香珍菇	黃瓜燴三鮮	青菜	味噌豆腐湯		5.5	2.2	2.2	2.2	0	0	701
12/10	二	小米飯	宮保百頁	素火腿高麗菜	青菜	蘿蔔素丸湯		5.5	2.5	2.7	2.2	0	0	735
12/11	三	炊粉	新竹炒米粉	金沙杏鮑菇	有機青菜	冬瓜香菇湯		5.5	1.7	2.0	2.5	0	0	677
12/12	四	糙米飯	醬燒素肚	蛋酥白菜	青菜	酸辣湯	鮮奶	5.7	2.4	1.2	2.2	0	1	858
12/13	五	白米飯	鮮蔬什錦	金耳炒蛋	青菜	珍珠冬瓜茶		5.8	2.3	1.7	2.4	0	0	731
12/16	一	五穀飯	南洋咖哩鮮蔬	鐵板豆腐	青菜	玉米蛋花湯		6.2	2.5	1.3	2.2	0	0	751
12/17	二	地瓜飯	三杯干片	瓠瓜什錦	青菜	鮮蔬白菜湯	水果	5.5	2.0	1.7	2.2	1	0	739
12/18	三	白米	廣東粥	椒鹽素魚排	有機青菜	包子		6.5	2.1	1.0	2.8	0	0	764
12/19	四	糙米飯	糖醋素雞	玉米炒蛋	青菜	結頭菜湯	豆漿	5.9	3.3	1.9	2.4	0	0	815
12/20	五	白拉麵	什錦炒麵	台式滷味	青菜	紫米紅豆湯圓		6.9	1.4	2.6	2.5	0	0	764
12/23	一	小米飯	酸菜麵腸	花菜干片	青菜	黃豆芽鮮蔬湯		5.8	2.6	1.4	2.2	0	0	733
12/24	二	紫米飯	韓式炒年糕	田園四喜	青菜	海結鮮菇湯		6.2	2.5	1.9	2.2	0	0	767
12/25	三	刀花麵	麻醬刀花麵	泰式檸檬素雞塊	有機青菜	香筍素排骨湯		5.5	2.7	1.9	2.3	0	0	739
12/26	四	糙米飯	堅果烤魷燒南瓜	家常油豆腐	青菜	薑絲冬瓜湯	鮮奶	6.0	2.5	3.4	2.2	0	1	939
12/27	五	白米飯	日式風味煮	什錦香菇蒸蛋	青菜	地瓜QQ甜湯		6.4	2.0	1.8	2.2	0	0	738
12/30	一	小米飯	芋香紫茄	鮮瓜什錦	青菜	玉米濃湯		6.8	1.9	1.2	2.2	0	0	750
12/31	二	麥片飯	筍香麵輪	塔香雙絲	青菜	日式味噌湯		5.5	2.4	2.1	2.2	0	0	719

營養小知識 國產健康好菇菇

菇類是一種營養價值高的食材，含有多量的維生素B類，礦物質鉀、鐵等，還有能提供一般蔬果所缺乏的營養素—麥角固醇，麥角固醇可由紫外線的照射而轉變為維生素D，所以食用曬過太陽的香菇可以補充維生素D，促進體內鈣質吸收，幫助兒童增進骨骼和牙齒的生長和發育，還可以預防老人骨質疏鬆症。

近年來研究發現，菇類的各種萃取物可以間接抑制腫瘤，或抑制流行性感胃病毒的增殖，香菇可說是不可多得的保健食品之一。



協呈食品股份有限公司 營養師 蔡年展

新竹市立虎林國民中學 營養師 陳文宗

用餐數 1810 人

日期	主食	主菜			副菜一			副菜二			湯品			附餐	
星期		品名	個人量	總量	品名	個人量	總量	品名	個人量	總量	品名	個人量	總量		
十二月二日	小米飯	鐵板豬柳 (煮)			關東煮 (煮)			青菜 (炒)			蔬菜豆腐湯 (煮)				
		豬柳	70 g	95.4 斤	白蘿蔔	33 g	45 斤	青菜	76 g	103.5 斤	番茄	11 g	15 斤		
		洋蔥	37 g	50.4 斤	小三角油豆腐	14 g	19.1 斤		g	斤	雞蛋	7.5 g	10.3 斤		
		蔥	1 g	1.4 斤	胡蘿蔔	11 g	15 斤		g	斤	黃豆芽	10 g	13.7 斤		
		胡蘿蔔	11 g	15 斤	米血	11 g	15 斤		g	斤	豆腐	25 g	4 盤		
		金針菇	11 g	15 斤	黑輪(切)	7 g	9.6 斤		g	斤	大骨	7 g	9.6 斤		
			g	斤	魚羹	7 g	9.6 斤		g	斤	青蔥	0.7 g	1 斤		
			g	斤	高麗菜	25 g	34.1 斤		g	斤		g	斤		
星期一		g	斤		g	斤		g	斤		g	斤			
十二月三日	燕麥飯	左宗棠燒雞 (煮)			蜜汁干丁 (炒)			青菜 (炒)			榨菜肉絲湯 (煮)			水果	
		骨腿丁	36 g	108.6 斤	黑干丁	36 g	108.6 斤	青菜	76 g	229.3 斤	榨菜絲	10 g	30.2 斤		
		雞胸丁	30 g	91 斤	胡蘿蔔	10 g	30 斤		g	斤	肉絲	6.5 g	20 斤		
		馬鈴薯	23 g	69 斤	米血糕	16.5 g	50 斤		g	斤	薑片	1 g	3 斤		
		胡蘿蔔	10 g	30 斤	洋蔥	26.5 g	80 斤		g	斤	蔥	1 g	3 斤		
		洋蔥	23 g	69.4 斤	杏鮑菇頭	6.5 g	19.7 斤		g	斤	冬粉	3 g	9.1 斤		
		蒜米	1.5 g	4.6 斤	白芝麻		g	斤		g	斤		g		斤
		青蔥	1.5 g	4.6 斤			g	斤		g	斤		g		斤
星期二	薑	1 g	3.1 斤			g	斤			g	斤		g	斤	
十二月四日	白拉麵	炸醬麵 (煮)			麥克雞塊 (滷)			青菜 (炒)			海芽蛋花湯 (煮)				
		絞肉	26.5 g	80 斤	CAS麥克雞塊		g	5700 個	青菜	76 g	229.3 斤	乾海芽	1 g		3.1 斤
		碎二次干丁	26.5 g	80 斤			g	斤		g	斤	雞蛋	6.5 g		20 斤
		洋蔥	36 g	109 斤			g	斤		g	斤	大骨	6.5 g		20 斤
		茶豆仁	4 g	15 包			g	斤		g	斤	薑	0.5 g		2 斤
		胡蘿蔔	8 g	24.2 斤			g	斤		g	斤	青蔥	0.5 g		2 斤
		乾香菇絲	1 g	3.1 斤			g	斤		g	斤		g		斤
		紅蔥頭(先進)	1.5 g	4.6 斤			g	斤		g	斤		g		斤
星期三	甜麵醬	0.7 g	2 箱			g	斤			g	斤		g	斤	
十二月五日	糙米飯	照燒排骨 (煮)			玉菜粉絲煲 (炒)			青菜 (炒)			黃瓜金菇湯 (煮)				
		排骨	30 g	90.5 斤	高麗菜	46 g	138.8 斤	青菜	76 g	229.3 斤	大黃瓜	53 g	160 斤		
		肉丁	36 g	109 斤	蟬味棒	10 g	30 斤		g	斤	金針菇	10 g	30 斤		
		洋蔥	40 g	121 斤	三色丁	8 g	14 包		g	斤	芹菜	1 g	3 斤		
		胡蘿蔔	6.5 g	20 斤	寬粉	13.5 g	41 斤		g	斤		g	斤		
		金針菇	10 g	30.2 斤	金針菇	10 g	30 斤		g	斤		g	斤		
		白芝麻	0.3 g	1 斤			g	斤		g	斤		g		斤
		味霖		g	斤			g	斤		g	斤			g
星期四		g	斤			g	斤		g	斤		g	斤		
十二月六日	白米飯	農家小炒 (炒)			菜脯炒蛋 (煮)			青菜 (炒)			椰香西米露 (煮)				
		豆干片	43 g	129.8 斤	雞蛋	60 g	181 斤	青菜	76 g	229.3 斤	芋頭	43 g	129.8 斤		
		黃豆芽	20 g	60 斤	菜埔	20 g	60 斤		g	斤	西米露	6.5 g	20 斤		
		肉絲	6.5 g	20 斤	三色丁	3.5 g	10 包		g	斤	椰漿	2 g	6 罐		
		胡蘿蔔	5 g	15 斤	青蔥	1 g	3 斤		g	斤	奶粉	0.7 g	2 包		
		木耳	6.5 g	20 斤			g	斤		g	斤		g		斤
		蔥	1.5 g	5 斤			g	斤		g	斤		g		斤
		芹菜	3 g	9 斤			g	斤		g	斤		g		斤
星期五		g	斤			g	斤			g	斤		g	斤	

用餐數 1810 人

日期	主食	主菜			副菜一			副菜二			湯品			附餐
星期		品名	個人量	總量	品名	個人量	總量	品名	個人量	總量	品名	個人量	總量	
十二月九日	芋頭飯	麻香雞丁 (煮)			黃瓜燴三鮮 (煮)			青菜 (炒)			味噌豆腐湯 (煮)			
		骨腿丁	36 g	108.6 斤	大黃瓜	76 g	229.3 斤	青菜	76 g	229.3 斤	白蘿蔔	23 g	69.4 斤	
		雞胸丁	30 g	91 斤	金針菇	6.5 g	20 斤		g	斤	豆腐	25 g	9 盤	
		胡蘿蔔	10 g	30 斤	胡蘿蔔	6.5 g	20 斤		g	斤	乾海芽	1 g	3 斤	
		杏鮑菇頭	10 g	30 斤	木耳	6.5 g	20 斤		g	斤	青蔥	1 g	3 斤	
		米血	10 g	30.2 斤	肉片	6.5 g	19.7 斤		g	斤	味噌	g	斤	
		四角油腐	20 g	60.4 斤	魚羹	6.5 g	19.7 斤		g	斤		g	斤	
		老薑片	1 g	3.1 斤		g	斤		g	斤		g	斤	
星期一		麻油/米酒	g	斤		g	斤		g	斤		g	斤	
十二月十日	小米飯	宮保豬柳 (煮)			珍菇高麗菜 (煮)			青菜 (炒)			蘿蔔魚羹湯 (煮)			
		豬柳	69 g	208.2 斤	高麗菜	69 g	208.2 斤	青菜	76 g	229.3 斤	白蘿蔔	55.8 g	168.4 斤	
		洋蔥	40 g	121 斤	袖珍菇	6.5 g	20 斤		g	斤	小魚丸	6.6 g	20 斤	
		胡蘿蔔	10 g	30 斤	胡蘿蔔	3 g	9 斤		g	斤	大骨	6.6 g	20 斤	
		青蔥	3.3 g	10 斤	肉片	13.5 g	41 斤		g	斤	芹菜	0.7 g	2 斤	
		水煮花生	2 g	6 包	木耳	3.3 g	10 斤		g	斤		g	斤	
			g	斤		g	斤		g	斤		g	斤	
		乾辣椒	0.4 g	1 包		g	斤		g	斤		g	斤	
星期二		花椒粒	0.4 g	1 包		g	斤		g	斤		g	斤	
十二月十一日	炊粉	新竹炒米粉 (煮)			香滷豬排 (炸)			青菜 (炒)			冬瓜大骨湯 (煮)			
		高麗菜	53 g	159.9 斤	調理豬排	g	1900 片	青菜	76 g	229.3 斤	冬瓜	56 g	169 斤	
		胡蘿蔔	6.5 g	20 斤		g	斤		g	斤	大骨	6.5 g	20 斤	
		乾香菇絲	0.7 g	2 斤		g	斤		g	斤	老薑片	1 g	3 斤	
		肉絲	26 g	79 斤		g	斤		g	斤	青蔥	0.7 g	2 斤	
		紅蔥頭(先進)	1.5 g	4.6 斤		g	斤		g	斤		g	斤	
		蝦皮	1 g	3.1 斤		g	斤		g	斤		g	斤	
		豬油(先進)	3.3 g	10 斤		g	斤		g	斤		g	斤	
星期三		芹菜	3.3 g	10 斤		g	斤		g	斤		g	斤	
十二月十二日	糙米飯	醬燒魚丁 (煮)			蛋酥白菜 (滷)			青菜 (炒)			酸辣湯 (煮)			
		鯊魚丁	65.6 g	15 箱	雞蛋(要炸蛋酥)	6.6 g	20 斤	青菜	76 g	229.3 斤	豆腐	25 g	9 盤	
		洋蔥	16.5 g	50 斤	大白菜	60 g	181 斤		g	斤	肉絲	6.5 g	20 斤	
		青蔥	1.5 g	5 斤	芋頭	11.5 g	35 斤		g	斤	木耳	6.5 g	20 斤	
		胡蘿蔔	6.5 g	20 斤	胡蘿蔔	10 g	30 斤		g	斤	筍絲	6.5 g	20 斤	
		米血	10 g	30.2 斤	魚板片	6.5 g	19.7 斤		g	斤	胡蘿蔔	6.5 g	20 斤	
		凍豆腐	13 g	39.3 斤	蝦皮	1 g	3.1 斤		g	斤	雞蛋	6.5 g	20 斤	
			g	斤	木耳	3.5 g	10.6 斤		g	斤	青蔥	0.5 g	2 斤	
星期四			g	斤	肉片	10 g	30.2 斤		g	斤		g	斤	
十二月十三日	白米飯	鮮蔬什錦 (炒)			洋蔥炒蛋 (煮)			青菜 (炒)			珍珠冬瓜茶 (煮)			
		炸豆包絲	45 g	135.8 斤	雞蛋	60 g	181 斤	青菜	76 g	229.3 斤	冬瓜茶磚	1 g	3 包	
		洋蔥	26.5 g	80 斤	洋蔥	36 g	109 斤		g	斤	珍珠	5 g	15 袋	
		小黃瓜	10 g	30 斤	茶豆仁500G	5.5 g	20 包		g	斤		g	斤	
		黑輪	10 g	30 斤	胡蘿蔔	6.5 g	20 斤		g	斤		g	斤	
		胡蘿蔔	10 g	30.2 斤		g	斤		g	斤		g	斤	
			g	斤		g	斤		g	斤		g	斤	
			g	斤		g	斤		g	斤		g	斤	
星期五			g	斤		g	斤		g	斤		g	斤	

用餐數 1810 人

日期	主食	主菜			副菜一			副菜二			湯品			附餐
星期		品名	個人量	總量	品名	個人量	總量	品名	個人量	總量	品名	個人量	總量	
十二月十六日 星期一	五穀飯	南洋咖哩雞 (煮)			鐵板豆腐 (炒)			青菜 (炒)			玉米蛋花湯 (煮)			
		骨腿丁	36 g	109 斤	豆腐	74.5 g	27 盤	青菜	76 g	229.3 斤	玉米粒	33 g	100 斤	
		雞胸丁	30 g	91 斤	三色丁	5 g	15 斤		g	斤	胡蘿蔔	5 g	15 斤	
		馬鈴薯	26 g	79 斤	木耳	6.6 g	20 斤		g	斤	雞蛋	6.6 g	20 斤	
		洋蔥	22.5 g	68 斤	絞肉	6.6 g	20 斤		g	斤	蔥	1.7 g	5 斤	
		胡蘿蔔	15 g	45 斤	蔥	1.7 g	5 斤		g	斤	大骨	6.6 g	20 斤	
		奶粉	0.8 g	3 斤		g	斤		g	斤		g	斤	
		泰式咖哩	2.3 g	7 包		g	斤		g	斤		g	斤	
	椰漿	3.8 g	12 罐		g	斤		g	斤		g	斤		
十二月十七日 星期二	地瓜飯	三杯菇咕豬 (煮)			瓠瓜什錦 (煮)			青菜 (炒)			鮮蔬白菜湯 (煮)			水果
		排骨丁	30 g	91 斤	瓠瓜	70 g	211 斤	青菜	76 g	229.3 斤	大白菜	18 g	54 斤	
		肉丁	36 g	109 斤	金針菇	6.5 g	20 斤		g	斤	雞蛋	6.5 g	20 斤	
		白蘿蔔	33 g	100 斤	胡蘿蔔	6.5 g	20 斤		g	斤	番茄	6.5 g	20 斤	
		杏鮑菇頭	13 g	39 斤	木耳	3 g	9 斤		g	斤	金針菇	3 g	9 斤	
		胡蘿蔔	10 g	30 斤	肉片	10 g	30 斤		g	斤	大骨	6.5 g	20 斤	
		九層塔	1 g	3 斤	虱目魚羹	6.5 g	20 斤		g	斤		g	斤	
		老薑	1 g	3 斤		g	斤		g	斤		g	斤	
	青蔥	1 g	3 斤		g	斤		g	斤		g	斤		
十二月十八日 星期三	白米	廣東粥 (蒸)			椒鹽魚排 (炸)			有機青菜 (炒)			包子 (煮)			
		絞肉	26.5 g	80 斤	魚排		g 1900 片	青菜	76 g	229.3 斤	包子		g 1900 顆	
		雞蛋	20 g	60 斤			g 斤		g	斤			g 斤	
		玉米粒	16 g	48 斤			g 斤		g	斤			g 斤	
		皮蛋(不刊登)	49.2 g	150 個			g 斤		g	斤			g 斤	
		蔥	1.7 g	5 斤			g 斤		g	斤			g 斤	
		高麗菜	20 g	60 斤			g 斤		g	斤			g 斤	
		蟬味棒	3.3 g	10 斤	芹菜	1 g	3 斤		g	斤			g 斤	
	三色丁	8 g	15 包	薑絲	1 g	3 斤		g	斤			g 斤		
十二月十九日 星期四	糙米飯	糖醋雞丁 (炒)			玉米炒蛋 (煮)			青菜 (炒)			結頭菜排骨湯 (煮)			非基改豆漿
		骨腿丁	36 g	109 斤	雞蛋	60 g	181 斤	青菜	76 g	229.3 斤	結頭菜	49 g	148 斤	
		雞胸丁	30 g	91 斤	玉米粒	33 g	100 斤		g	斤	胡蘿蔔	6.5 g	20 斤	
		洋蔥	26.5 g	80 斤	青蔥	1 g	3 斤		g	斤	大骨	6.5 g	20 斤	
		青椒	10 g	30 斤			g 斤		g	斤	香菜	2 g	6 斤	
		甜椒	6.5 g	20 斤			g 斤		g	斤	虱目魚羹	6.5 g	20 斤	
		胡蘿蔔	6.5 g	20 斤			g 斤		g	斤			g 斤	
		番茄	6.5 g	20 斤			g 斤		g	斤			g 斤	
		g 斤			g 斤		g	斤			g 斤			
十二月二十日 星期五	白拉麵	什錦炒麵 (炒)			台式滷味 (滷)			青菜 (炒)			紫米紅豆湯圓 (煮)			
		肉絲	16.4 g	50 斤	海帶結	25 g	1 箱	青菜	76 g	229.3 斤	胭脂紅豆(提前進)	13.2 g	40 斤	
		洋蔥	23 g	69 斤	白蘿蔔	30 g	91 斤		g	斤	紫米	6.5 g	20 斤	
		胡蘿蔔	10 g	30 斤	大黑干丁	13 g	39 斤		g	斤	湯圓	16.5 g	50 斤	
		木耳	7 g	21 斤	胡蘿蔔	10 g	30 斤		g	斤			g 斤	
		高麗菜	39.5 g	119 斤	魚羹	10 g	30 斤		g	斤			g 斤	
		紅蔥頭	1.7 g	5 斤	黑輪(切)	10 g	30 斤		g	斤			g 斤	
		炸豆包絲	11.5 g	35 斤	絞酸菜	5 g	15 斤		g	斤			g 斤	
	豆芽菜	26.5 g	80 斤			g 斤		g	斤			g 斤		
	蔥	1.7 g	5 斤											
	韭菜	2.6 g	8 斤											

用餐數 1810 人

日期	主 食	主 菜			副菜一			副菜二			湯 品			附 餐
星期		品 名	個 人 量	總 量	品 名	個 人 量	總 量	品 名	個 人 量	總 量	品 名	個 人 量	總 量	
十二月二十三日 星期一	小米飯	奶香雞丁 (煮)			花菜干片 (煮)			青菜 (炒)			黃豆芽肉絲湯 (煮)			
		骨腿丁	36 g	109 斤	豆干片	30 g	91 斤	青菜	76 g	229.3 斤	黃豆芽	30 g	91 斤	
		雞胸丁	30 g	91 斤	冷凍青花椰	60 g	9 箱		g	斤	肉絲	7.5 g	23 斤	
		馬鈴薯	30 g	91 斤	木耳	8 g	24 斤		g	斤	大骨	7.5 g	23 斤	
		胡蘿蔔	13 g	39 斤	胡蘿蔔	8 g	24 斤		g	斤	薑絲	1.5 g	5 斤	
		洋蔥	16.5 g	50 斤	肉片	8 g	24 斤		g	斤	青蔥	0.8 g	3 斤	
		奶粉	1 g	3 包		g	斤		g	斤		g	斤	
			g	斤		g	斤		g	斤		g	斤	
十二月二十四日 星期二	紫米飯	韓式燒肉片 (煮)			田園四喜 (煮)			青菜 (炒)			海結大骨湯 (煮)			
		豬肉片	70 g	211 斤	馬鈴薯	26.5 g	80 斤	青菜	76 g	229.3 斤	乾海帶結	25 g	1 箱	
		洋蔥	20 g	60 斤	胡蘿蔔	8 g	24 斤		g	斤	雞蛋	6.5 g	20 斤	
		高麗菜	23.5 g	71 斤	玉米粒	33 g	100 斤		g	斤	大骨	6.5 g	20 斤	
		金針菇	10 g	30 斤	絞肉	10 g	30 斤		g	斤	薑片	0.5 g	2 斤	
		蔥	1.5 g	5 斤	茶豆仁	6.5 g	20 斤		g	斤	青蔥	0.5 g	2 斤	
		胡蘿蔔	6.5 g	20 斤	洋蔥	16.5 g	50 斤		g	斤		g	斤	
			g	斤		g	斤		g	斤		g	斤	
十二月二十五日 星期三	刀花麵	麻醬刀花麵 (煮)			香滷雞排 (滷)			有機青菜 (炒)			筍香排骨湯 (煮)			
		絞肉	30 g	91 斤	生鮮雞排	g	1900 片	青菜	76 g	229.3 斤	筍片	49 g	148 斤	
		碎二次干丁	30 g	91 斤		g	斤		g	斤	排骨	6.5 g	20 斤	
		杏鮑菇頭	10 g	30 斤		g	斤		g	斤	生香菇	3 g	9 斤	
		洋蔥	40 g	121 斤		g	斤		g	斤	木耳	3 g	9 斤	
		三色丁	5 g	15 斤		g	斤		g	斤	青蔥	0.5 g	2 斤	
		芝麻醬	1.7 g	5 斤		g	斤		g	斤		g	斤	
		花生粉	1.7 g	5 斤		g	斤		g	斤		g	斤	
十二月二十六日 星期四	糙米飯	堅果南瓜燉肉 (煮)			家常油腐 (滷)			青菜 (炒)			冬瓜丸子湯 (煮)			鮮奶
		肉丁	36 g	109 斤	三角油腐	51 g	154 斤	青菜	76 g	229.3 斤	冬瓜	53 g	160 斤	
		排骨丁	30 g	91 斤	杏鮑菇頭	10 g	30 斤		g	斤	小魚丸	6.5 g	20 斤	
		南瓜	26.5 g	80 斤	木耳	6.5 g	20 斤		g	斤	老薑片	1 g	3 斤	
		洋蔥	13 g	39 斤	胡蘿蔔	10 g	30 斤		g	斤	大骨	6.5 g	20 斤	
		胡蘿蔔	6.5 g	20 斤	白蘿蔔	13 g	39 斤		g	斤		g	斤	
		馬鈴薯	13.5 g	41 斤		g	斤		g	斤		g	斤	
		堅果(要炸)	1.5 g	5 斤		g	斤		g	斤		g	斤	
十二月二十七日 星期五	白米飯	日式風味煮 (煮)			什錦香菇蒸蛋 (滷)			青菜 (炒)			地瓜QQ甜湯 (煮)			
		白蘿蔔	26.5 g	80 斤	雞蛋	57.5 g	174 斤	青菜	76 g	229.3 斤	地瓜	33 g	100 斤	
		胡蘿蔔	9.9 g	30 斤	金針菇	6.5 g	20 斤		g	斤	QQ	4.5 g	14 包	
		高麗菜	20 g	60 斤	生香菇	6.5 g	20 斤		g	斤	老薑片	0.7 g	2 斤	
		黑干丁	43 g	130 斤	蔥	1 g	3 斤		g	斤		g	斤	
		乾海帶結	25 g	1 箱		g	斤		g	斤		g	斤	
		絞酸菜	5 g	15 斤		g	斤		g	斤		g	斤	
			g	斤		g	斤		g	斤		g	斤	

用餐數 1810 人

日期	主食	主菜			副菜一			副菜二			湯品			附餐
星期		品名	個人量	總量	品名	個人量	總量	品名	個人量	總量	品名	個人量	總量	
十二月三十日 星期一	小米飯	芋頭燒雞 (滷)			鮮瓜什錦 (炒)			青菜 (炒)			玉米濃湯 (煮)			
		骨腿丁	36 g	109 斤	大黃瓜	85.3 g	257 斤	青菜	76 g	229.3 斤	玉米粒	33 g	100 斤	
		雞胸丁	30 g	91 斤	小甜條	6.6 g	20 斤		g	斤	馬鈴薯	13 g	39 斤	
		芋頭	29.5 g	89 斤	杏鮑菇頭	6.6 g	20 斤		g	斤	絞肉	10 g	30 斤	
		馬鈴薯	21 g	63 斤	胡蘿蔔	6.6 g	20 斤		g	斤	洋蔥	13 g	39 斤	
		胡蘿蔔	8.5 g	26 斤	木耳	6.6 g	20 斤		g	斤	雞蛋	6.5 g	20 斤	
		青蔥	1.3 g	4 斤	肉絲	6.6 g	20 斤		g	斤	奶粉	0.5 g	1 包	
			g	斤		g	斤		g	斤		g	斤	
			g	斤		g	斤		g	斤		g	斤	
十二月三十一日 星期二	麥片飯	筍香控肉 (滷)			塔香雙絲 (炒)			青菜 (炒)			日式味噌湯 (煮)			
		肉丁	37 g	112 斤	洋蔥	13 g	39 斤	青菜	76 g	229.3 斤	白蘿蔔	23 g	69 斤	
		排骨丁	30 g	91 斤	白干絲	16.5 g	50 斤		g	斤	洋蔥	13 g	39 斤	
		筍干	40 g	121 斤	乾海帶絲	25 g	1 箱		g	斤	豆腐	22 g	8 盤	
		麵輪	0.5 g	2 斤	肉絲	6.5 g	20 斤		g	斤	蔥	1 g	3 斤	
		胡蘿蔔	10 g	30 斤	胡蘿蔔	6.5 g	20 斤		g	斤	小魚干	0.5 g	2 斤	
		紅蔥頭(先進)	1.5 g	5 斤	九層塔	1 g	3 斤		g	斤	薑絲	0.5 g	2 斤	
		青蔥	0.5 g	2 斤		g	斤		g	斤		g	斤	
			g	斤		g	斤		g	斤		g	斤	