

新北市立永和國中

1121122

桶餐暨合作社管理委員會

112 學年度雙翼、統鮮、上將便當廠商

會議紀錄

呈閱

承辦人：教師兼衛生組長巫雅惠

敬會

單位主管：教師兼學務主任林育慈

總務主任：教師兼總務主任呂紹川
奉核後影本送事務組

校長：永和國中校長鍾兆晉

事務組長：事務組襄劉世勳

李秀珍委員：

殷祥琪委員：

黃祺芸委員：

沈忠興委員：

林雅卉老師：林雅卉 24

張鈴珠老師：張鈴珠

學務處

112 學年度 112 年 12 月份桶餐菜單暨合作社審核會議

時間：112 年 11 月 22 日 9:15 地點：校史室

	姓 名	職 務	簽 到
01	林育慈	學務主任	
02	呂紹川	總務主任	
03	李秀珍	家長委員	李秀珍
04	殷祥琪	家長委員	殷祥琪
05	黃祺芸	家長委員	黃祺芸
06	沈忠興	家長委員	沈忠興
07	巫雅惠	衛生組長	巫雅惠
08	劉世勛	事務組長	
09	林雅卉	教師代表	林雅卉
10	張鈴珠	教師代表	
11	雙翼	廠商代表	王麗霞 曹市李
12	上將	廠商代表	鄧佳欣 蘇志松
13	統鮮	廠商代表	李麗華 李秀子
14	許錦雲	午餐秘書	許錦雲
15			
16			
17			

112 學年度永和國中 112 年 12 月份桶餐菜單暨合作社審核會議

壹、開會時間：民國 112 年 11 月 22 日（星期三）上午 9:15 分

貳、開會地點：校史室

參、出席人員：如附件簽到表

肆、會議記錄：

一、十月下、十一月上半月桶餐問題檢討：

1. 請確實依訂餐人數出餐，烤雞肉捲、炸豬排、麥克雞塊、炸無骨雞排、麵包、果汁份數應足夠。星期三特餐油飯、麵類請加量。雞肉捲、炸豬排請不要太油。
2. 主菜是散菜(蒜泥肉片、焗烤青醬薯塊雞肉)的豬肉雞肉量要多、份量要夠。焗烤麵的焗烤請多一點鋪滿一點。麵線羹請不要太稀(濃稠一些)。孜然烤肉孜然味道不要太重。青菜要翠綠，菜餚請乾爽不要湯湯水水。
3. 請注意玉米濃湯奶粉溶均勻不要有浮沫，新鮮魚丁(不要魚刺)先過油去魚腥味，豬皮豬腳毛請去除乾淨，番茄肉醬義大利麵請不要太鹹，請三家廠商增加異國料理的菜餚。
4. 豆類製品請注意標示●記號。油炸類請標示★記號。
5. 請選用符合標準的食材，注意食材的新鮮衛生。
6. 請全面使用非基改豆製品及非基改玉米。請在菜單加註本菜單含有海鮮、花生或雞蛋、奶製品等其他食材不適合過敏體質者食用。
7. 三家廠商所使用生鮮豬肉及其調理製品之來源皆為台灣豬肉，請全面採用國產豬肉。包子類或麵包類果汁類請註明廠牌品名代碼。
8. 附餐提供須遵照教育部公佈校園食品規範。
9. 請注意挑除塑膠或菜蟲或其他異物

二、112.12 月菜單檢討：

各食品公司 112.12 月份菜單修改（食材分析表、非自製品的供應廠商、素食菜單）如附件：

1. 雙翼(負責 7 年級)
2. 統鮮(負責 8 年級)
3. 上將(負責 9 年級)

三、違約懲處：

◎ 十月下半月

廠商名稱	雙 翼	統 鮮	上 將
違規事件	1.10/19 麻香高麗有塑膠片。扣 2 點		
記點統計	共 2 點	共 0 點	共 0 點

◎ 十一月上半月

廠商名稱	雙 翼	統 鮮	上 將
違規事件			
記點統計	共 0 點	共 0 點	共 0 點

◎十月～十一月上半月懲處統計:如附件第 3 頁

廠商名稱	雙 翼	統 鮮	上 將
十月上半月懲處記點統計	共 0 點	共 0 點	共 0 點
十月下半月懲處記點統計	共 2 點	共 0 點	共 0 點
十月懲處記點總計	共 2 點	共 0 點	共 0 點
十月懲處金額總計	共 2000 元	共 0 元	共 0 元
十一月上半月懲處記點統計	共 0 點	共 0 點	共 0 點
十一月上半月懲處金額統計	共 0 元	共 0 元	共 0 元

◎ 截至 112. 十月各家記點統計: 如附件第 3 頁

廠商名稱	雙 翼	統 鮮	上 將
十月上半月記點統計	共 0 點	共 0 點	共 0 點
十月下半月記點統計	共 2 點	共 0 點	共 0 點
截至 112. 十月記點總計	共 2 點	共 2 點	共 2 點

四、臨時動議：

1. 12 月份行政、素食由統鮮供應，素食請依素食菜單出餐。
2. 12/14-12/15 是八年級隔宿露營。12/27-12/29 是九年級畢業旅行。12/5 為蔬食日，請確實供給有參加的班級，蔬食日當天檢體需多一份。
3. 葷食、素食、蔬食日都要到學校衛生組、設備組打檢體。
4. 墊子或墊高桶請保持乾淨。
5. 請注意餐點置放地點的環境衛生，餐桶及餐盒請勿直接置於地面或貼牆擺放。
6. 預計 113 年 1-2 月桶餐會議 12/20 星期三 9:15。

三家廠商違約記點：

	雙翼	扣 點	統鮮	扣 點	上將	扣 點
1	10/19 麻香高麗有塑膠片	2	9/14 有機蔬菜有塑膠片	2	9/28 魚排有塑膠	2
2			9/28 番茄燉湯有菜蟲	0		
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						



雙翼食品 112年12月菜單

永和國中



七

符合三章一Q提供非基改食物，本菜單皆使用國產豬肉，本校未使用輻射污染食品，產地：台灣

地址：新北市樹林區志愛街3號，電話：02-26895506，營業部：李淑卿(營養字第2709號)、張妹純(第4985號)、方慈霞(第8670號)、羅穎(第9836號)
◎本菜單可能含有：芒果、花生、奶類、蛋、堅果、芝麻、含麸質之穀物、大豆、魚類及其製品等政府公告之11大易致過敏原，不適宜對其過敏體質者食用，食用前請各位師生特別注意。

日期	星期	主食	主菜	副菜一	副菜二	蔬菜	湯品	水果	全蛋	豆類	蔬	油	熱
1	五	地瓜飯 <small>白米、地瓜</small>	叻沙雞排 <small>雞排X1 塊</small>	●紅燒油腐豬 <small>油腐、豬肉 塊 一盤</small>	柴魚白菜 <small>白菜、柴魚 煮一盤</small>	青菜	冬瓜湯 <small>冬瓜、排骨</small>		6.5	2.5	2.0	2.5	805
4	一	紫米飯 <small>白米、紫米</small>	花生滷豬腳 <small>豬蹄、豬腳、花生 滷一盤</small>	白醬洋芋雞 <small>洋芋、雞肉 煮</small>	木耳椰菜 <small>花椰菜、木耳 煮一盤</small>	青菜	番茄蛋花湯 <small>番茄、蛋</small>	水果	6.6	2.6	2.1	2.5	822
5	二	白飯 <small>白米</small>	★炸雞排 <small>雞排X1 片</small>	●番茄豆腐滑蛋 <small>豆腐、蛋、番茄 煮一盤</small>	炒高麗菜 <small>高麗菜、蒜 炒一盤</small>	青菜	針菇海芽湯 <small>海芽、金針菇</small>	水果	6.5	2.6	2.0	2.4	808
5	二	白飯 <small>白米</small>	酸菜麵腸 <small>麵腸、酸菜 炒一盤</small>	●番茄豆腐/甜不辣 <small>豆腐、蛋、番茄 煮一盤/甜不辣 炒一盤</small>	炒高麗菜 <small>高麗菜、蒜 炒一盤</small>	青菜	針菇海芽湯 <small>海芽、金針菇</small>	水果	6.5	2.5	2.0	2.4	801
6	三	櫻花蝦炒飯 <small>白米、櫻花蝦</small>	嫩汁肉排 <small>豬排X1 塊</small>	麥克雞塊 <small>麥克雞塊X2 塊</small>	紅絲大瓜 <small>大黃瓜、紅蘿蔔 煮一盤</small>	青菜	南洋肉骨茶湯 <small>高麗菜、雞肉</small>	蜂蜜星 B03-117-001	6.5	2.6	2.0	2.5	803
7	四	白飯 <small>白米</small>	醍醐雞丁 <small>雞肉、海帶 煮一盤</small>	玉米洋薯炒蛋 <small>玉米、洋芋、蛋 炒一盤</small>	韭香豆芽 <small>韭菜、豆芽 煮一盤</small>	有機青菜	柴魚味噌湯 <small>雞骨、洋蔥、柴魚、味噌</small>	水果	6.5	2.6	2.1	2.4	811
8	五	雜糧飯 <small>白米、糙米</small>	●蔥爆豬肉 <small>豬肉、蔥 炒一盤</small>	黃金泡菜阿給 <small>泡菜、阿給X1 束</small>	蝦香條豆 <small>條豆、蝦皮 煮一盤</small>	青菜	赤肉三絲湯 <small>竹筍、豬肉、木耳</small>		6.6	2.5	2.0	2.5	812
11	一	麥片飯 <small>白米、麥片</small>	●花椒麻婆魚 <small>魚肉、油蔥 煮一盤</small>	醬燒豬肉粉絲 <small>寬粉、豆芽菜、絞肉 煮一盤</small>	清炒扁蒲 <small>扁蒲、紅蘿蔔 炒一盤</small>	青菜	羅宋湯 <small>洋芋、番茄、排骨</small>	水果	6.6	2.6	2.0	2.5	820
12	二	白飯 <small>白米</small>	紅蔥肉排 <small>豬排X1 塊</small>	沙茶魷魚羹 <small>魷魚、魷魚羹 煮一盤</small>	木耳花椰 <small>青花菜、木耳 煮一盤</small>	青菜	●味噌湯 <small>豆腐、味噌</small>	水果	6.5	2.6	2.1	2.5	815
13	三	番茄肉醬麵 <small>麵、絞肉</small>	芝麻烤雞排 <small>雞排X1 塊</small>	香蔥吉拿棒 <small>香蔥吉拿棒X1 塊</small>	蒜香高麗 <small>高麗菜、紅蘿蔔 炒一盤</small>	青菜	玉米濃湯 <small>玉米、洋芋</small>	波蜜 100%果汁 A50-222-002	6.6	2.4	2.0	2.5	799
14	四	白飯 <small>白米</small>	椰奶咖哩豬 <small>豬肉、洋芋 煮一盤</small>	●丁香小魚豆干 <small>干丁、小魚干、毛豆 炒一盤</small>	鮮炒條豆 <small>綠豆、木耳 煮一盤</small>	有機青菜	黃瓜針菇湯 <small>大黃瓜、金針菇</small>	水果	6.6	2.5	2.1	2.4	810
15	五	糙米飯 <small>白米、糙米</small>	茄汁雞肉 <small>雞肉、時蔬 炒一盤</small>	筍干肉柳 <small>筍干、豬肉 滷一盤</small>	翠炒雙絲 <small>海帶絲、紅蘿蔔 煮一盤</small>	青菜	麵線羹 <small>麵線</small>		6.5	2.5	2.0	2.5	805
18	一	五穀飯 <small>白米、五穀米</small>	醋溜魚丁 <small>魚丁、白菜 燒一盤</small>	★炸台式雞米花 <small>雞肉X2、九層塔 炸</small>	炒花椰菜 <small>花椰菜、紅蘿蔔 煮一盤</small>	青菜	●大滷湯 <small>豆腐、木耳、紅蘿蔔</small>	水果	6.5	2.5	2.1	2.4	803
19	二	白飯 <small>白米</small>	蜜汁雞排 <small>雞排X1 塊</small>	海山醬關東煮 <small>米血糕、蘿蔔、貢丸 煮</small>	蝦香甘藍 <small>高麗菜、蝦皮 煮一盤</small>	青菜	酸菜豬肉湯 <small>酸菜、豬肉</small>	水果	6.5	2.6	2.1	2.5	815
20	三	招牌肉燥油飯 <small>白米、糯米、香菇、絞肉</small>	滷豬排 <small>豬排X1 塊</small>	檸檬雞柳條 <small>雞柳條X2 塊</small>	燒桂竹筍 <small>竹筍、紅蘿蔔 煮一盤</small>	青菜	味噌海芽湯 <small>海芽、蛋、味噌</small>	墨西哥麵包 B03-155-004	6.5	2.6	2.0	2.5	803
21	四	白飯 <small>白米</small>	麻油雞 <small>雞肉、高麗菜、枸杞 煮一盤</small>	伯爵紅茶茶葉蛋 <small>蛋X1 個</small>	奶香玉米 <small>玉米、絞肉、紅蘿蔔 煮一盤</small>	有機青菜	蘿蔔大骨湯 <small>蘿蔔、排骨</small>	水果	6.5	2.6	2.0	2.5	813
22	五	燕麥飯 <small>白米、燕麥</small>	沙嗲豬 <small>豬肉、洋芋、花生醬 煮一盤</small>	甜蔥爆雞丁 <small>洋蔥、雞肉 燒一盤</small>	●大溪豆干 <small>蘿蔔、豆干 滷一盤</small>	青菜	冬至湯圓 <small>湯圓、時蔬、豬肉</small>		6.6	2.5	2.1	2.5	815
25	一	麥片飯 <small>白米、麥片</small>	★炸雞排 <small>雞排X1 片</small>	螞蟻上樹 <small>冬菇、大白菜、絞肉 煮一盤</small>	木耳黃瓜 <small>大黃瓜、木耳 煮一盤</small>	青菜	結頭菜湯 <small>結頭菜、排骨</small>	水果	6.6	2.5	2.0	2.4	808
26	二	白飯 <small>白米</small>	打拋肉片 <small>豬肉、番茄 煮一盤</small>	焗烤青醬薯塊 <small>洋芋、雞肉、紅蘿蔔 燒一盤</small>	炒豆芽菜 <small>豆芽、韭菜、紅蘿蔔 煮一盤</small>	青菜	玉米蔬菜湯 <small>玉米、蔬菜</small>	水果	6.5	2.4	2.1	2.4	796
27	三	炸醬乾拌麵 <small>麵、豆干、絞肉</small>	宮保雞丁 <small>雞肉、彩椒 炒一盤</small>	地瓜球 <small>地瓜球X3 塊</small>	彩椒花椰 <small>花椰菜、彩椒 煮一盤</small>	青菜	高麗排骨湯 <small>高麗菜、糯米、排骨</small>	豆奶 A70-266-004	6.6	2.5	2.1	2.4	811
28	四	白飯 <small>白米</small>	壽喜燒豬排 <small>豬排X1 塊</small>	韓式肉蓉年糕 <small>泡菜、年糕、絞肉、紅蘿蔔 煮一盤</small>	沙茶海根 <small>海帶絲 煮一盤</small>	有機青菜	●味噌豆腐湯 <small>豆腐、味噌</small>	水果	6.5	2.5	2.1	2.5	808
29	五	小米飯 <small>白米、小米</small>	洋芋燒雞 <small>雞肉、洋芋 燒一盤</small>	●爆炒豆干肉片 <small>豆干、雞肉、高麗菜 炒一盤</small>	四季條豆 <small>綠豆、紅蘿蔔 煮一盤</small>	青菜	冬瓜雞湯 <small>冬瓜、雞肉</small>		6.6	2.4	2.0	2.4	800

★油炸1次/週 ●豆類製品2次以上/週

地瓜是高纖的排腸高手，黃肉地瓜富含的β胡蘿蔔素、維生素A及鉀離子等，有助於視力保健及提升免疫力



雙翼食品 112年12月菜單

永和國中



符合三章—Q提供非基改食物，本菜單皆使用國產豬肉，本校未使用輻射污染食品，產地：台灣

地址：新北市樹林區忠孝街3號 電話：02-26895506 營業部：李素卿(營養字第2703號) 張殊凝(第4985號) 方慈儀(第8370號) 羅穎(第9836號)

◎本菜單可能含有蝦、芒果、花生、奶類、蛋、堅果、芝麻、含麸質之穀物、大豆、魚類及其製品等政府公告之十大易致過敏原，不適合對其過敏體質者食用，食用前請各位師生特別注意。

週期	週次	主食	主菜	副菜一	副菜二	蔬菜	湯品	水果	全豆	豆	蔬	油	糖	
1	五	地瓜飯	叻沙雞排 <small>雞肉-洽富, 超泰, 冠霖</small>	●紅燒油腐豬 <small>油豆腐-津悅, 春豐</small>	柴魚白菜	青菜	冬瓜湯 <small>排骨-弘龍, 立大</small>		6.5	2.5	2.0	2.5	805	
4	一	紫米飯	花生滷豬腳 <small>豬肉-泰安/立大/鼎昌</small>	白醬洋芋雞 <small>雞肉-洽富, 超泰, 冠霖</small>	木耳椰菜	青菜	番茄蛋花湯 <small>蛋-中一</small>	水果	6.6	2.6	2.1	2.5	822	
5	二	白飯	★炸雞排 <small>雞排-冠霖</small>	●番茄豆腐滑蛋 <small>豆腐-津悅, 春豐, 蛋-中一</small>	炒高麗菜	青菜	針菇海芽湯	水果	6.5	2.6	2.0	2.4	808	
5	二	白飯	酸菜麵腸	●番茄豆腐/甜不辣 <small>豆腐-津悅, 春豐, 中一/甜不辣-萬昇, 炒</small>	炒高麗菜	青菜	針菇海芽湯	水果	6.5	2.5	2.0	2.4	801	
6	三	櫻花蝦炒飯	嫩汁肉排 <small>豬排-弘龍, 立大</small>	麥克雞塊 <small>麥克雞塊-冠霖</small>	紅絲大瓜	青菜	南洋肉骨茶湯 <small>雞肉-洽富, 超泰, 冠霖</small>	蜂蜜星星 B03-117-001		6.5	2.6	2.0	2.5	803
7	四	白飯	醍醐雞丁 <small>雞肉-洽富, 超泰, 冠霖</small>	玉米洋薯炒蛋 <small>蛋-中一</small>	韭香豆芽	有機青菜	柴魚味噌湯	水果	6.5	2.6	2.1	2.4	813	
8	五	雜糧飯	●蔥爆豬肉 <small>豬肉-泰安/立大/鼎昌</small>	黃金泡菜阿給 <small>泡菜, 阿給X1, 煎</small>	蝦香條豆	青菜	赤肉三絲湯 <small>豬肉-泰安/立大/鼎昌</small>		6.6	2.5	2.0	2.5	812	
11	一	麥片飯	●花椒麻婆魚 <small>魚肉-全國漁會, 油豆腐-津悅, 春豐</small>	醬燒豬肉粉絲 <small>豬肉-泰安/立大/鼎昌</small>	清炒扁蒲	青菜	羅宋湯 <small>排骨-弘龍, 立大</small>	水果	6.6	2.6	2.0	2.5	820	
12	二	白飯	紅蔥肉排 <small>豬排-立大</small>	沙茶魷魚羹 <small>魷魚羹-冠霖</small>	木耳花椰	青菜	●味噌湯 <small>豆腐-津悅, 春豐</small>	水果	6.5	2.6	2.1	2.5	819	
13	三	番茄肉醬麵	芝麻烤雞排 <small>雞肉-洽富, 超泰, 冠霖</small>	香蔥吉拿棒 <small>香蔥吉拿棒-冠霖</small>	蒜香高麗	青菜	玉米濃湯	波蜜 100%果汁 A50-222-002		6.6	2.4	2.0	2.5	795
14	四	白飯	椰奶咖哩豬 <small>豬肉-泰安/立大/鼎昌</small>	●丁香小魚豆干 <small>豆干-津悅</small>	鮮炒條豆	有機青菜	黃瓜針菇湯	水果	6.6	2.5	2.1	2.4	810	
15	五	糙米飯	茄汁雞肉 <small>雞肉-洽富, 超泰, 冠霖</small>	筍干肉柳 <small>豬肉-泰安/立大/鼎昌</small>	翠炒雙絲	青菜	麵線羹		6.5	2.5	2.0	2.5	808	
18	一	五穀飯	醋溜魚丁 <small>魚丁-全國漁會</small>	★炸台式雞米花 <small>雞肉-洽富, 超泰, 冠霖</small>	炒花椰菜	青菜	●大滷湯 <small>豆腐-津悅, 春豐</small>	水果	6.5	2.5	2.1	2.4	803	
19	二	白飯	蜜汁雞排 <small>雞肉-洽富, 超泰, 冠霖</small>	海山醬關東煮 <small>貢丸, 米血糕-冠霖</small>	蝦香甘藍	青菜	酸菜豬肉湯 <small>豬肉-泰安/立大/鼎昌</small>	水果	6.5	2.6	2.1	2.5	815	
20	三	招牌肉燥油飯	滷豬排 <small>豬排X1, 煎</small>	檸檬雞柳條 <small>雞柳條-冠霖</small>	燒桂竹筍	青菜	味噌海芽湯 <small>蛋-中一</small>	墨西哥麵包 B03-155-004		6.5	2.6	2.0	2.5	803
21	四	白飯	麻油雞 <small>雞肉-洽富, 超泰, 冠霖</small>	伯爵紅茶茶葉蛋 <small>蛋-中一</small>	奶香玉米 <small>豬肉-泰安/立大/鼎昌</small>	有機青菜	蘿蔔大骨湯 <small>蘿蔔, 排骨</small>	水果	6.5	2.6	2.0	2.5	813	
22	五	燕麥飯	沙嗲豬 <small>豬肉-泰安/立大/鼎昌</small>	甜蔥爆雞丁 <small>洋蔥, 雞肉, 煎</small>	●大溪豆干 <small>綠豆干-津悅, 春豐</small>	青菜	冬至湯圓 <small>豬肉-泰安/立大/鼎昌</small>		6.6	2.5	2.1	2.5	815	
25	一	麥片飯	★炸雞排 <small>雞肉-洽富, 超泰, 冠霖</small>	螞蟻上樹 <small>豬肉-泰安/立大/鼎昌</small>	木耳黃瓜	青菜	結頭菜湯 <small>排骨-弘龍, 立大</small>	水果	6.6	2.5	2.0	2.4	808	
26	二	白飯	打拋肉片 <small>豬肉-泰安/立大/鼎昌</small>	焗烤青醬薯塊 <small>雞肉-洽富, 超泰, 冠霖</small>	炒豆芽菜	青菜	玉米蔬菜湯	水果	6.5	2.4	2.1	2.4	796	
27	三	炸醬乾拌麵	宮保雞丁 <small>雞肉-洽富, 超泰, 冠霖</small>	QQ地瓜球 <small>地瓜球-冠霖</small>	彩椒花椰	青菜	高麗排骨湯 <small>排骨-弘龍, 立大</small>	豆奶 A70-286-004		6.6	2.5	2.1	2.4	810
28	四	白飯	壽喜燒豬排 <small>豬排-立大</small>	韓式肉蓉年糕 <small>豬肉-泰安/立大/鼎昌</small>	沙茶海根	有機青菜	●味噌豆腐湯 <small>豆腐-津悅, 春豐</small>	水果	6.5	2.5	2.1	2.5	808	
29	五	小米飯	洋芋燒雞 <small>雞肉-洽富, 超泰, 冠霖</small>	●爆炒豆干肉片 <small>豆干, 豬肉-泰安/立大/鼎昌</small>	四季條豆	青菜	冬瓜雞湯 <small>雞肉-洽富, 超泰, 冠霖</small>		6.6	2.4	2.0	2.4	800	

主菜種類(次/月)				主菜食材特性(次/月)		副菜食材分析(次/月)		其他分析(次/月)	
豆/麵筋製品	魚肉與海鮮	豬肉	雞肉	生鮮食材	調理食品	加工食品		油炸品	甜湯
1次	2次	9次	9次	20次	0次	魚肉類 5次	其他 1次	3次	0次

天統鮮美食112年12月菜單

*本公司全面使用【非基因改造】玉米及黃豆製品，且未使用精製污染食品 地址：新北市三重區中興北街136巷18弄18號 電話：(02) 2999-0088

營業額：陸芝庭(營業字第0651號)

日期	星期	主食	主菜	副菜1	副菜2	湯品	附餐	全餐 總價	全餐 肉類	全餐 蔬菜	全餐 水果	全餐 點心	全餐 飲料
1	五	燕麥飯 白米+燕麥	洋蔥炒豬柳 豬肉柳+洋蔥+蔥+黑胡椒+炒一煎	●玉米濃湯煨豆腐 豆腐+紅蘿蔔+玉米+煮一煎	甜椒豆段 四季豆+彩椒+炒一煎	麵線羹 麵線+竹筍+紅蘿蔔		6.3	2.4	2.5	2.4		7.92
4	一	芝麻飯 白米+芝麻	炙燒雞排 雞排X1-燒	焗烤 韓味泡菜年糕 自製韓式泡菜+年糕+豆皮+起司+烤一煎	翠拌黃芽 黃豆芽+海帶芽+紅蘿蔔+拌一煎	韓國大醬湯 白蘿蔔+板豆腐+金針菇	水果	6.6	2.4	2.5	2.3		8.08
5	二	白飯 白米	壽喜燒豚肉 豬肉片+馬鈴薯+洋蔥+煮一煎 ●蜜汁豆腐/ 甘梅脆薯 油豆腐+時蔬+煮一煎 地瓜條X4-炸一煎	茶葉蛋 雞蛋X1-油	蒜香高麗 高麗菜+紅蘿蔔+炒一煎	竹筍湯 竹筍+香菇	水果	6.5	2.5	2.4	2.4		8.11
								6.5	2.4	2.5	2.4		8.06
6	三	肉醬 義大利麵 麵條+玉米+豬絞肉+蕃茄	檸檬烤雞翅 雞翅X1-烤	★可樂餅 可樂餅X2-炸	西式燉菜 花椰菜+南瓜+淋一煎	洋芋濃湯 馬鈴薯+雞蛋+紅蘿蔔	玉豐全 特濃牛奶麵包 B03-149-189	6.4	2.5	2.4	2.3		7.99
7	四	白飯 白米	冬瓜燜肉 豬肉塊+冬瓜+蔥+煮一煎	蒜味甜不辣 甜不辣X3-炒	鮮炒海帶 海帶芽+金針菇+紅蘿蔔+炒一煎	三絲湯 高麗菜+雞骨+木耳	水果	6.5	2.5	2.3	2.4		8.08
8	五	紫米飯 白米+紫米	●宮保雞丁 雞肉+豆干+花生+乾辣椒+炒一煎	肉絲什錦羹 大白菜+竹筍+豬肉絲+香菇+香菜+煮一煎	肉末粉絲 洋蔥+冬粉+豬絞肉+香菇+炒一煎	鮮瓜排骨湯 鮮瓜+豬大骨+杏鮑菇		6.3	2.4	2.5	2.4		7.92
11	一	糙米飯 白米+糙米	蜜汁魚排 虱目魚排X1-燒	打拋肉 豬絞肉+豆干+洋蔥+蕃茄+九層塔+煮一煎	雙色花椰 花椰菜+紅蘿蔔+炒一煎	客家米粉湯 大白菜+米粉+香菇+紅蘿蔔	水果	6.4	2.7	2.4	2.3		8.14
12	二	白飯 白米	黑胡椒雞排 雞排X1-燒一煎	四喜肉茸 玉米+馬鈴薯+豬絞肉+毛豆+炒一煎	鮮菇時瓜 時瓜+鮮菇+煮一煎	●味噌湯 豆腐+洋蔥+鮑魚片	水果	6.5	2.5	2.3	2.2		7.99
13	三	沙茶 蛋炒飯 白米+玉米+豬絞肉+雞蛋	蔥爆雙菇肉柳 豬肉柳+金針菇+香菇+蔥+炒一煎	★炸 麥香雞堡排 麥香雞X1-炸	芝香條豆 四季豆+芝麻+炒一煎	酸菜湯 高麗菜+雞骨+酸菜	津津100%果汁 A50-215-014	6.3	2.6	2.3	2.6		8.11
14	四	~隔宿露營~											
15	五												
18	一	胚芽飯 白米+胚芽米	香烤翅小腿 翅小腿X2-烤	咖哩肉醬 馬鈴薯+豬絞肉+紅蘿蔔+煮一煎	爆皮白菜 大白菜+紅蘿蔔+爆皮+煮一煎	筍絲排骨湯 竹筍+雞骨+木耳	水果	6.2	2.5	2.6	2.7		8.08
19	二	白飯 白米	蒜泥肉片 豬肉片+豆干+小黃瓜+炒一煎	●蕃茄蛋豆腐 豆腐+雞蛋+洋蔥+蕃茄+炒一煎	花椰百匯 花椰菜+紅蘿蔔+玉米+炒一煎	大麥冬瓜湯 冬瓜+雞骨+大麥+枸杞	水果	6.3	2.6	2.6	2.8		8.27
20	三	奶醬雞肉 義式麵 麵條+玉米+雞肉+洋蔥	★炸雞排 雞排X1-炸	珍珠丸 珍珠丸X2-煎	清炒高麗 高麗菜+紅蘿蔔+木耳+炒一煎	玉米濃湯 玉米+雞蛋+紅蘿蔔	桂冠鮮肉包 B02-020-001	6.7	2.4	2.3	2.1		8.01
21	四	白飯 白米	蜜汁魷魚排 魷魚排X1-燒	滷豬腳 豬肉+豬腳+竹筍+蔥+煮一煎	芝麻海根 海帶根+芝麻+油一煎	●酸辣清湯 豆腐+金針菇+紅蘿蔔	水果	6.5	2.6	2.4	2.4		8.18
22	五	糙米飯 白米+糙米	麻油鮮魚 魚丁+冬瓜+煮一煎	●回鍋肉 高麗菜+豬肉片+豆干+紅蘿蔔+蔥+炒一煎	滷米血糕 米血糕一煎一煎	冬至鹹湯圓 湯圓+豆干+豬絞肉+香菇		6.4	2.5	2.2	2.3		7.94
25	一	蕎麥飯 白米+蕎麥	迷迭香燉肉 豬肉塊+馬鈴薯+洋蔥+炒一煎	海鮮卷 海鮮卷X2-煎	雙星花椰 花椰菜+彩椒+炒一煎	蕃茄蛋花湯 蕃茄+雞蛋+玉米	水果	6.6	2.4	2.5	2.3		8.08
26	二	白飯 白米	★炸翅小腿 翅小腿X2-炸	肉末粉絲 洋蔥+冬粉+豬絞肉+紅蘿蔔+香菇+炒一煎	●豆干片四季 四季豆+豆干+炒一煎	薑絲海芽湯 海帶芽+金針菇+薑絲	水果	6.5	2.5	2.3	2.2		7.99
27	三	薑汁燒肉 炊飯 米+豬絞肉+洋蔥	醬燒豬排 豬排X1-燒	翡翠炒蛋 雞蛋+洋蔥+綠色蔬菜+金針菇+炒一煎	紅蔥豆芽 綠豆芽+紅蘿蔔+紅蘿蔔+炒一煎	●柴魚豆腐湯 豆腐+高麗菜+柴魚片	豆奶 A70-266-004	6.4	2.5	2.4	2.3		7.99
28	四	白飯 白米	●甜雞醬雞丁 雞肉塊+油豆腐+煮一煎	什錦赤肉羹 大白菜+肉羹X2+紅蘿蔔+香菇+煮一煎	脆炒時瓜 時瓜+紅蘿蔔+炒一煎	洋芋排骨湯 馬鈴薯+豬大骨+大麥+枸杞	水果	6.2	2.5	2.3	2.6		7.96
29	五	胚芽飯 白米+胚芽米	孜然烤肉 豬肉柳+豆干+洋蔥+蔥+炒一煎	●堅果雞粒 豆干+雞肉+紅蘿蔔+杏仁片+炒一煎	熱炒高麗 高麗菜+紅蘿蔔+小黃瓜+炒一煎	結頭湯 豬頭菜+雞骨+香菇		6.3	2.4	2.5	2.4		7.92
* * * 本菜單含有蝦、蟹、花生、芝麻、堅果、奶、蛋、鮑魚、海鮮、豆、魚及其製品，不適合其過敏體質者食用 * * *													

* * * 本菜單含有蝦、蟹、花生、芝麻、堅果、奶、蛋、麵粉穀物、豆、魚及其製品，不適合其過敏體質者食用 * * *

♥多吃膳食纖維的好處有：1.增加飽足感 2.預防便秘及腸癌 3.降低血清膽固醇 4.減少食物中糖類吸收

★表炸物

●表豆製品

7天鮮美食112年12月食材

*本公司全面使用【非基因改造】玉米及黃豆製品，且未使用福劑污染食品 地址：新北市三重區中興北街136巷18弄18號 電話：(02) 2999-0088

發售所：陳芝庭(發售字號665186)

日期	星期	主食	主菜	副菜1	副菜2	湯品	附註	全雞	雞肉	豬肉	魚類	油類	其他			
1	五	燕麥飯	洋蔥炒豬柳 <small>豬肉-復進, 雞勝, 嘉一香, 和榮意, 泓霖</small>	●玉米濃湯煨豆腐 <small>豆製品-津悅, 百香</small>	甜椒豆段	青菜	麵線羹		6.3	2.4	2.5	2.4	792			
4	-	芝麻飯	炙燒雞排 <small>雞肉-上揚, 佳世福, 鼎耀, 嘉峰, 家驥</small>	焗烤 韓味泡菜年糕 <small>豆製品-津悅, 百香</small>	翠拌黃芽	青菜	●韓國 大醬湯	水果	6.6	2.4	2.5	2.3	808			
5	二	白飯	壽喜燒豚肉 <small>豬肉-復進, 雞勝, 嘉一香, 和榮意, 泓霖</small>	茶葉蛋 <small>雞蛋-永品</small>	蒜香高麗	青菜	竹筍湯	水果	6.5	2.5	2.4	2.4	811			
無肉日		●蜜汁豆腐/ 甘梅脆薯 <small>豆製品-津悅, 百香</small>									6.5	2.4	2.5	2.4	806	
6	三	肉醬 義大利麵 <small>豬肉-復進, 家驥, 泓霖</small>	檸檬烤雞翅 <small>雞肉-上揚, 佳世福, 鼎耀, 嘉峰, 家驥</small>	★可樂餅 <small>可樂餅: 三統, 祥亮</small>	西式燉菜	青菜	洋芋濃湯 <small>雞蛋-台南, 中一, 永成</small>	玉豐全 特濃牛奶麵包 B03-149-189				6.4	2.5	2.4	2.3	799
7	四	白飯	冬瓜燜肉 <small>豬肉-復進, 雞勝, 嘉一香, 和榮意, 泓霖</small>	蒜味甜不辣 <small>甜不辣: 巨富, 長勝, 高昇</small>	鮮炒海帶	有機蔬菜	三絲湯	水果	6.5	2.5	2.3	2.4	808			
8	五	紫米飯	●宮保雞丁 <small>雞肉-佳世福, 鼎耀, 家驥</small>	肉絲什錦羹 <small>豬肉-復進, 雞勝, 嘉一香, 和榮意, 泓霖</small>	肉末粉絲	青菜	鮮瓜排骨湯 <small>豬肉-復進, 嘉一香, 泓霖</small>		6.3	2.4	2.5	2.4	792			
11	-	糙米飯	蜜汁魚排 <small>魚肉-全國漁會, 三統, 上耀, 安得利</small>	打拋肉 <small>豬肉-復進, 雞勝, 嘉一香, 和榮意, 泓霖</small>	雙色花椰	青菜	客家米粉湯	水果	6.4	2.7	2.4	2.3	814			
12	二	白飯	黑胡椒雞排 <small>雞肉-上揚, 佳世福, 鼎耀, 嘉峰, 家驥</small>	四喜肉茸 <small>豬肉-復進, 雞勝, 嘉一香, 和榮意, 泓霖</small>	鮮菇時瓜	青菜	●味噌湯 <small>豆製品-津悅, 百香</small>	水果	6.5	2.5	2.3	2.2	799			
13	三	沙茶 蛋炒飯 <small>雞蛋-台南, 中一, 永成</small>	蔥爆雙菇肉柳 <small>豬肉-復進, 雞勝, 嘉一香, 和榮意, 泓霖</small>	★炸 麥香雞 堡 排 <small>麥香雞: 三統</small>	芝香條豆	青菜	酸菜湯 <small>雞肉-佳世福, 鼎耀, 家驥</small>	津津100%果汁 A50-215-014				6.3	2.6	2.3	2.6	811
14	四	~隔宿露營~														
15	五	~隔宿露營~														
18	-	胚芽飯	香烤翅小腿 <small>雞肉-上揚, 佳世福, 鼎耀, 嘉峰, 家驥</small>	咖哩肉醬 <small>豬肉-復進, 雞勝, 嘉一香, 和榮意, 泓霖</small>	爆皮白菜	青菜	筍絲排骨湯 <small>豬肉-復進, 雞勝, 嘉一香, 泓霖</small>	水果	6.2	2.5	2.6	2.7	808			
19	二	白飯	蒜泥肉片 <small>豬肉-復進, 雞勝, 嘉一香, 和榮意, 泓霖</small>	●蕃茄蛋豆腐 <small>豆製品-津悅, 百香</small>	花椰百匯	青菜	大麥冬瓜湯	水果	6.3	2.6	2.6	2.8	827			
20	三	奶醬雞肉 義式麵 <small>雞肉-佳世福, 鼎耀, 家驥</small>	★炸雞排 <small>雞肉-上揚, 佳世福, 鼎耀, 嘉峰, 家驥</small>	珍珠丸 <small>珍珠丸-慶隆佳味</small>	清炒高麗	青菜	玉米濃湯 <small>雞蛋-台南, 中一, 永成</small>	桂冠鮮肉包 B02-020-001				6.7	2.4	2.3	2.1	801
21	四	白飯	蜜汁魷魚排 <small>魷魚排: 三統, 家驥, 上耀</small>	滷豬腳 <small>豬肉-復進, 雞勝, 嘉一香, 和榮意, 泓霖</small>	芝麻海根	有機蔬菜	●酸辣清湯 <small>豆製品-津悅, 百香</small>	水果	6.5	2.6	2.4	2.4	818			
22	五	糙米飯	麻油鮮魚 <small>魚肉-全國漁會, 三統, 上耀, 安得利</small>	●回鍋肉 <small>豬肉-復進, 雞勝, 嘉一香, 和榮意, 泓霖</small>	滷米血糕 <small>米血-和記</small>	青菜	冬至鹹湯圓		6.4	2.5	2.2	2.3	794			
25	-	蕎麥飯	迷迭香燉肉 <small>豬肉-復進, 雞勝, 嘉一香, 和榮意, 泓霖</small>	海鮮卷 <small>海鮮捲: 三統</small>	雙星花椰	青菜	蕃茄蛋花湯 <small>雞蛋-台南, 中一, 永成</small>	水果	6.6	2.4	2.5	2.3	808			
26	二	白飯 白米	★炸翅小腿 <small>雞肉-上揚, 佳世福, 鼎耀, 嘉峰, 家驥</small>	肉末粉絲 <small>豬肉-復進, 雞勝, 嘉一香, 和榮意, 泓霖</small>	●豆干片四季 <small>豆製品-津悅, 百香</small>	青菜	薑絲海芽湯	水果	6.5	2.5	2.3	2.2	799			
27	三	薑汁燒肉 炊飯 <small>豬肉-嘉一香, 和榮意, 泓霖</small>	醬燒豬排 <small>豬肉-復進, 雞勝, 嘉一香, 和榮意, 泓霖</small>	翡翠炒蛋 <small>雞蛋-台南, 中一, 永成</small>	紅蔥豆芽	青菜	●柴魚豆腐湯 <small>豆製品-津悅, 百香</small>	豆奶 A70-266-004				6.4	2.5	2.4	2.3	799
28	四	白飯	●甜雞醬雞丁 <small>雞肉-佳世福, 鼎耀, 家驥</small>	什錦赤肉羹 <small>肉羹-津谷</small>	脆炒時瓜	有機蔬菜	洋芋排骨湯 <small>豬肉-復進, 雞勝, 嘉一香, 泓霖</small>	水果	6.2	2.5	2.3	2.6	796			
29	五	胚芽飯	孜然烤肉 <small>豬肉-復進, 雞勝, 嘉一香, 和榮意, 泓霖</small>	●堅果雞粒 <small>雞肉-佳世福, 鼎耀, 家驥</small>	熱炒高麗	青菜	結頭湯		6.3	2.4	2.5	2.4	792			
主菜種類(次/月)																
主菜食材特性分析(次/月)																
副菜食材分析(次/月)																
其他分析(次/月)																
豆製品, 麵筋製品		魚肉及海鮮	豬肉	雞肉	生鮮食材	調理食品	加工食品		油炸品		甜湯					
1次		3次	8次	8次	19次	1次	魚肉類 4次	其他 3次	4次		0次					



上將食品

112年12月



永和國中

◎地址：新北市新莊區幸福路86號 ◎服務專線：(02)2996-9305 ◎E-mail: kh9305@gmail.com 【本校使用無射污染食品】
 *菜單含有蟹、蝦、牛奶、蛋、芒果、花生、堅果類、芝麻、含麩質穀物、大豆、魚類等，不適合其過敏體質者食用 *本全面使用非基因改造玉米及豆製品* ◎營養師：鄭佳欣(營養字第 010770 號)

日期	星期	主食	主菜	副菜	湯	水果	點心
1	五	雜糧飯 白米、雜糧米	炸豬排 豬排 X1-片 一片	●番茄豆腐蛋 雞蛋、豆腐、番茄-炒 一盤	蔬燒白菜 大白菜、蔬菜-煮 一盤	青菜	筍片雞湯 竹筍、雞肉、蔬菜 6.6 2.6 2.3 2.6 832
4	一	地瓜飯 白米、地瓜	烤翅小腿 翅小腿 X2-烤 兩隻	什錦滷味 鴨蛋、油片、豬肉、蔬菜-滷	蒜香海根 海帶根、蔬菜、蒜-炒 一盤	青菜	番茄蔬菜湯 番茄、蔬菜、湯排 6.7 2.4 2.3 2.4 812
5	二	白飯 白米	白玉燒豬 豬肉、蘿蔔-燒 一盤	韓式安東燉雞 雞肉、洋芋、冬粉、洋蔥、青蔥-煮 一盤	炒高麗菜 高麗菜、蔬菜-炒 一盤	青菜	●味噌湯 海芽、豆腐、柴魚片 6.7 2.5 2.1 2.5 822
5	二	白飯 白米	●醬燒大溪干 大溪干、蘿蔔-燒 一盤	洋蔥炒蛋 雞蛋、洋蔥、蔬菜-炒 一盤	地瓜球 地瓜球 X2-烤 兩個	青菜	炒高麗菜 高麗菜、蔬菜-炒 一盤
無	肉日					青菜	●海芽味噌湯 海芽、豆腐 6.7 2.5 2.1 2.5 822
6	三	焗烤義式奶醬筆管麵 筆管麵、絞肉、蔬菜	冰糖雞翅 雞翅 X1-油 一隻	★炸薯球 薯球 X4-炸 四個	脆炒豆芽 豆芽菜、蘿蔔、木耳-炒 一盤	青菜	玉米濃湯 玉米、蘿蔔、雞蛋、洋蔥 6.8 2.5 2 2.6 831
7	四	白飯 白米	茄汁燒魚 魚肉、番茄、洋蔥-煮 一盤	南瓜燒雞 南瓜、雞肉、毛豆-燒 一盤	針菇燒瓜 鮮瓜、金針菇、蔬菜-燒 一盤	有機蔬菜	鮮蔬肉絲湯 大白菜、肉絲、蔬菜 6.6 2.5 2.3 2.3 811
8	五	玉米飯 白米、玉米	烤雞肉捲 雞肉捲 X1-烤 一個	卡非醬薯塊 洋芋、絞肉、蔬菜-煮 一盤	豆酥條豆 條豆、蔬菜、豆酥-炒 一盤	青菜	●紫菜豆腐湯 豆腐、紫菜、蔥 6.8 2.4 2.2 2.5 824
11	一	芝麻飯 白米、芝麻	燒烤醬豬肉 豬肉、洋芋、小黃瓜-燒 一盤	●堅果蜜汁豆干 豆干、蔬菜、堅果-煮 一盤	鮑菇結菜 鮮菇菜、鮑菇、蔬菜-煮 一盤	青菜	●大馬肉骨茶湯 高麗菜、豆皮、湯排 6.6 2.6 2.2 2.5 825
12	二	白飯 白米	柴魚雞丁 雞肉、洋蔥、蘿蔔、柴魚片-燒 一盤	奶香玉米肉茸 玉米、絞肉、蘿蔔、蔬菜-炒 一盤	芹香海帶絲 海帶絲、蔬菜-炒 一盤	青菜	金針冬瓜湯 冬瓜、湯排、金針菇 6.7 2.5 2.1 2.4 817
13	三	南洋風味拌飯 白米、洋蔥、絞肉、薑黃粉	滷里肌大排 里肌豬排 X1-油 一片	★炸奶滋可樂餅 奶滋可樂餅 X1-炸 一個	蝦香高麗 高麗菜、蔬菜、蝦皮-炒 一盤	青菜	糯米雞湯 洋芋、糯米、雞肉、枸杞 6.8 2.4 2 2.6 823
14	四	白飯 白米	泡菜雞 雞肉、自製泡菜、金針菇-燒 一盤	●肉茸油豆腐 油豆腐、木耳、絞肉-油 一盤	紅片花椰 花椰菜、蘿蔔-炒 一盤	有機蔬菜	●酸辣湯 豆腐、竹筍、蔬菜 6.7 2.5 2.1 2.5 822
15	五	胚芽飯 白米、胚芽	蠔汁豬排 豬排 X1-燒 一片	酸甜醬燒蛋 X1 雞蛋 X1-燒 一個	●鯉魚燒瓜 鮮瓜、豆皮、柴魚片-煮 一盤	青菜	番茄蛋花湯 番茄、雞蛋、蘿蔔 6.6 2.4 2.2 2.4 805
18	一	紅藜小米飯 白米、小米、紅藜	義式鮮茄雞 雞肉、番茄、洋蔥、義式香料-煮 一盤	洋芋炒蛋 洋芋、雞蛋、蘿蔔-煮 一盤	芝麻海結 海帶結、蘿蔔、芝麻-油 一盤	青菜	●雞茸豆腐羹 豆腐、綠色青菜、雞蛋、雞茸 6.8 2.5 2.2 2.5 831
19	二	白飯 白米	咖哩豬 豬肉、洋芋、蘿蔔-煮 一盤	●木耳豆腐煲 豆腐、木耳、青蔥-燒 一盤	紅絲條豆 條豆、蘿蔔-炒 一盤	青菜	蘿蔔雞湯 蘿蔔、雞肉、蔬菜 6.7 2.5 2.1 2.4 817
20	三	上海菜飯 白米、青江菜、鹹豬肉、香菇	薑黃烤雞排 雞排 X1-片 一片	黑輪棒 黑輪棒 X1-燒 一個	彩蔬花椰 花椰菜、彩椒-炒 一盤	青菜	羅宋湯 番茄、高麗菜、湯排、芹菜 6.6 2.5 2.1 2.6 819
21	四	白飯 白米	蒜香燒豬 豬肉、蘿蔔、蒜-燒 一盤	照燒雞肉丸 雞肉丸、鮑菇、玉米-燒 一盤	時蔬高麗 高麗菜、蘿蔔-炒 一盤	有機蔬菜	●小魚味噌湯 豆腐、洋蔥、小魚干 6.6 2.4 2.3 2.3 803
22	五	藜麥飯 白米、藜麥	★避風塘雞翅 雞翅 X1、蒜酥、芋頭-炸 一盤	●塔香黑干 黑豆干、蘿蔔、九層塔-燒 一盤	彩繪什錦 蘿蔔、玉米、鮮菇-炒 一盤	青菜	冬至湯圓 湯圓、絞肉、蔬菜 6.7 2.6 2.2 2.5 832
25	一	玉米飯 白米、玉米	蜜汁豬排 豬排 X1-油	椒鹽甜不辣 甜不辣條、芹菜-炒 一盤	海山醬結菜 結頭菜、木耳-煮 一盤	青菜	海芽蛋花湯 海芽、雞蛋、青蔥 6.7 2.4 2.1 2.5 814
26	二	白飯 白米	橙香雞球 雞肉、洋芋、橙汁-煮 一盤	瓜仔肉燥鵪鶉蛋 鵪鶉蛋、絞肉、冬瓜、鮑菇、臘瓜-煮 一盤	韓式黃芽 黃豆芽、蔬菜-炒 一盤	青菜	雙結肉絲湯 結頭菜、海帶結、肉絲 6.6 2.5 2.2 2.4 813
27	三						
28	四						
29	五						

~畢業旅行~

★:油炸品 ●:豆類製品



上將食品 112年12月



永和國中食材明細

◎地址：新北市新莊區幸福路86號 ◎服務專線：(02)2996-9305 ◎E-mail: kh9305@gmail.com

【本校未使用輻射污染食品】

*菜單含有蟹、蝦、牛奶、蛋、芒果、花生、堅果類、芝麻、含熱質穀物、大豆、魚類等，不適含其過敏體質者食用 *本全面使用非基改玉米及豆製品* ◎營養師：鄭佳欣(營養字第 010770 號)

日期	星期	主食	主菜	副菜	湯	水果	點心	備註
1	五	雜糧飯	炸豬排 <small>豬肉-萬隆/泓霖/和榮意/富統</small>	●番茄豆腐蛋 <small>雞蛋-永成</small>	蔬燒白菜	青 菜	筍片雞湯 <small>雞肉-超泰/冠霖/大成</small>	6.6 2.6 2.3 2.6 832
4	一	地瓜飯	烤翅小腿 <small>雞肉-超泰/冠霖/大成</small>	什錦滷味 <small>豬肉-萬隆/泓霖/和榮意/富統</small>	蒜香海根	青 菜	番茄蔬菜湯 <small>豬肉-萬隆/泓霖/和榮意/富統</small>	6.7 2.4 2.2 2.4 812
5	二	白飯	白玉燒豬 <small>豬肉-萬隆/泓霖/和榮意/富統</small>	韓式安東燉雞 <small>雞肉-超泰/冠霖/大成</small>	炒高麗菜	青 菜	●味噌湯 <small>豆製品-津悅、百香</small>	6.7 2.5 2.1 2.5 822
5	二	白飯	●醬燒大溪干 <small>豆製品-津悅、百香</small>	洋蔥炒蛋 <small>雞蛋-永成</small>	地瓜球 <small>地瓜球 X2-三統</small>	青 菜	●海芽味噌湯 <small>豆製品-津悅、百香</small>	6.7 2.5 2.1 2.5 822
6	三	焗烤義式 奶醬筆管麵 <small>豬肉-萬隆/泓霖/和榮意/富統</small>	冰糖雞翅 <small>雞肉-超泰/上德/東順</small>	★炸薯球 <small>薯球 X4-三統</small>	脆炒豆芽	青 菜	玉米濃湯 <small>雞蛋-永成</small>	肉鬆麵包 B03155216 6.8 2.5 2 2.6 831
7	四	白飯	茄汁燒魚 <small>魚肉-上耀/全國漁會</small>	南瓜燒雞 <small>雞肉-超泰/冠霖/大成</small>	針菇燒瓜	有 機 蔬 菜	鮮蔬肉絲湯 <small>豬肉-萬隆/泓霖/和榮意/富統</small>	6.6 2.5 2.3 2.3 811
8	五	玉米飯	烤雞肉捲 <small>雞肉-萬隆/三統</small>	卡非醬薯塊 <small>雞肉-萬隆/泓霖/和榮意/富統</small>	豆酥條豆	青 菜	●紫菜豆腐湯 <small>豆製品-津悅、百香</small>	6.8 2.4 2.2 2.5 824
11	一	芝麻飯	燒烤醬豬肉 <small>豬肉-萬隆/泓霖/和榮意/富統</small>	●堅果蜜汁豆干 <small>豆製品-津悅、百香</small>	鮑菇結菜	青 菜	●大馬 肉骨茶湯 <small>豆製品-津悅、百香</small>	6.6 2.6 2.2 2.5 825
12	二	白飯	柴魚雞丁 <small>雞肉-超泰/冠霖/大成</small>	奶香玉米肉茸 <small>雞肉-萬隆/泓霖/和榮意/富統</small>	芹香海帶絲	青 菜	金針冬瓜湯 <small>豬肉-萬隆/泓霖/和榮意/富統</small>	6.7 2.5 2.1 2.4 817
13	三	南洋風味拌飯 <small>豬肉-萬隆/泓霖/和榮意/富統</small>	滷里肌大排 <small>豬肉-萬隆/泓霖/和榮意/富統</small>	★炸奶滋可樂餅 <small>奶滋可樂餅 X1-三統</small>	蝦香高麗	青 菜	糯米雞湯 <small>雞肉-超泰/冠霖/大成</small>	100%果汁 A50215011 6.8 2.4 2 2.6 823
14	四	白飯	泡菜雞 <small>雞肉-超泰/冠霖/大成</small>	●肉茸油豆腐 <small>豆製品-津悅、百香</small>	紅片花椰	有 機 蔬 菜	●酸辣湯 <small>豆製品-津悅、百香</small>	6.7 2.5 2.1 2.5 822
15	五	胚芽飯	蠔汁豬排 <small>豬肉-萬隆/泓霖/和榮意/富統</small>	酸甜醬燒蛋 X1 <small>雞蛋-永成</small>	●鯉魚燒瓜 <small>豆製品-津悅、百香</small>	青 菜	番茄蛋花湯 <small>雞蛋-永成</small>	6.6 2.4 2.2 2.4 805
18	一	紅藜小米飯	義式鮮茄雞 <small>雞肉-超泰/冠霖/大成</small>	洋芋炒蛋 <small>雞蛋-永成</small>	芝麻海結	青 菜	●雞茸豆腐羹 <small>雞蛋-永成</small>	6.8 2.5 2.2 2.5 831
19	二	白飯	咖哩豬 <small>豬肉-萬隆/泓霖/和榮意/富統</small>	●木耳豆腐煲 <small>豆製品-津悅、百香</small>	紅絲條豆	青 菜	蘿蔔雞湯 <small>雞肉-超泰/冠霖/大成</small>	6.7 2.5 2.1 2.4 817
20	三	上海菜飯 <small>豬肉-萬隆/泓霖/和榮意/富統</small>	薑黃烤雞排 <small>雞肉-超泰/冠霖/大成</small>	黑輪棒 <small>黑輪棒 X1-三統</small>	彩蔬花椰	青 菜	羅宋湯 <small>豬肉-萬隆/泓霖/和榮意/富統</small>	草莓 夾心麵包 B03149184 6.6 2.5 2.1 2.6 819
21	四	白飯	蒜香燒豬 <small>豬肉-萬隆/泓霖/和榮意/富統</small>	照燒雞肉丸 <small>雞肉丸-三統</small>	時蔬高麗	有 機 蔬 菜	●小魚味噌湯 <small>豆製品-津悅、百香</small>	6.6 2.4 2.3 2.3 803
22	五	藜麥飯	★避風塘雞翅 <small>雞肉-超泰/冠霖/大成</small>	●塔香黑干 <small>豆製品-津悅、百香</small>	彩繪什錦	青 菜	冬至湯圓 <small>豬肉-萬隆/泓霖/和榮意/富統</small>	6.7 2.6 2.2 2.5 832
25	一	玉米飯	蜜汁豬排 <small>豬肉-萬隆/泓霖/和榮意/富統</small>	椒鹽甜不辣 <small>甜不辣條-三統</small>	海山醬結菜	青 菜	海芽蛋花湯 <small>雞蛋-永成</small>	豆奶 A70269002 6.7 2.4 2.1 2.5 814
26	二	白飯	橙香雞球 <small>雞肉-超泰/冠霖/大成</small>	瓜仔肉燥鵪鶉蛋 <small>豬肉-萬隆/泓霖/和榮意/富統</small>	韓式黃芽	青 菜	雙結肉絲湯 <small>豬肉-萬隆/泓霖/和榮意/富統</small>	6.6 2.5 2.2 2.4 813
27	三	~畢業旅行~						
28	四							
29	五							

上將 112.12 月食材

★:油炸品 ●:豆類製品

主菜種類(次/月)				主菜食材分析 (次/月)		副菜食材分析(次/月)		其他分析 (次/月)	
						加工食品			
豆類及 豆、麵筋製品	魚肉 及海鮮	豬肉	雞、鴨	生鮮食材	調理食品	魚肉類	其他	油炸品	甜湯
1	1	8	9	18	1	3	3	5	0

78 統鮮美食 112年12月素食食材 永和國中

地址：新北市三鶯區中興路113號18樓1808室 電話：(02)8999-0088 傳真：(02)8999-0811

本公司全面使用【非基因改造】玉米及黃豆製品 / 本公司全面採用國產豬及其製品 產地：臺灣 / 本校未使用輻射污染食品

聯繫處：吳佳玲 傳真：7729302

日期	星期	菜名	主料	配料	調味料	烹調	備註	營養	熱量	蛋白質	脂肪	碳水化合物	纖維	鈣	鐵	鈉	磷	鉀	其他
1	五	燕麥飯	三杯豆包	白醬素丸子	芹菜炒豆芽	雜菜粉絲	乾燒茄子	蔬菜	冬菜竹筍湯		6.1	2.5	2.1	2.6	784				
4	一	白飯	清蒸臭豆腐	醬爆麵腸	泡菜春雨	海苔地瓜	芝香牛蒡	蔬菜	紅粟玉米湯	水果	6.2	2.5	2.0	2.6	789				
5	二	胚芽飯	五香豆干	莎莎紅醬百頁	翠炒高麗	紅粟南瓜	滷筍干	蔬菜	香菇冬瓜湯	水果	6.0	2.5	2.0	2.6	784				
6	三	大麥飯	黑胡椒素排	玉米羅漢齋	玉筍花椰	紅燒馬鈴薯	彩椒萵苣	蔬菜	米粉湯	五寶全 特選牛奶麵包 B03-149-189				6.4	2.4	2.0	2.4	785	
7	四	榨菜素火腿炒飯	香芹燻油腐	糖醋素肚丁	佃煮什蔬	芋頭小點	白果炒芥蘭	有機蔬菜	白菜豆皮湯	水果	6.1	2.6	2.0	2.5	785				
8	五	紫米飯	綜合滷味	鷹嘴豆蔬菜咖哩	乾煸四季豆	山藥燻瓜	燒賣	蔬菜	日式豆腐湯		6.3	2.4	1.9	2.0	786				
11	一	糙米飯	豉汁蘭花干	蕃茄豆腐	豆薯三色	薑絲海根	香菇水蓮	蔬菜	榨菜粉絲湯	水果	6.5	2.4	1.9	2.6	809				
12	二	青醬鐵板麵	韓式油腐	素雞塊	炒花椰菜	銀絲捲	南瓜白菜	蔬菜	玉米濃湯	水果	6.0	2.5	1.9	2.8	781				
13	三	紅藜飯	砂鍋凍豆腐	紅麴麵腸	黑胡椒炒高麗	芝麻球	萵菇炒綠蔬	蔬菜	芹香蘿蔔湯	津津100%果汁 A50-215-014				6.1	2.7	2.1	2.4	790	
14	四	五穀飯	紅蘿蔔豆皮絲	滷麵輪	香椿麵疙瘩	麻香炒黃芽	塔香茄子	有機蔬菜	蕃茄燉湯	水果	6.3	2.5	2.1	2.5	794				
15	五	玉米飯	瓜仔豆干	腐皮捲	清炒蕪菁	蓮子芋頭	炒番薯葉	蔬菜	海芽珍菇湯		6.0	2.5	2.2	2.6	780				
18	一	胚芽飯	素肉骨茶燉排骨	芹香干絲	雙色高麗	馬蹄條	四彩鮮蔬	蔬菜	大滷湯	水果	6.0	2.8	2.0	2.0	797				
19	二	燕麥飯	咖哩香干	川耳烤魷	枸杞冬瓜	芋香粉絲	薑絲芥蘭	蔬菜	味噌湯	水果	6.2	2.7	2.0	2.8	813				
20	三	素鬆飯	野菜百頁	素什錦	韓式年糕	花生海帶	大醬蘿蔔	蔬菜	山藥大麥湯	北紀餐包 B03-155-003				6.4	2.5	2.0	2.4	794	
21	四	大麥飯	酸辣山藥豆腐	雪裡紅腐皮小炒	香甜玉米	干片四季	香菇燒筍	有機蔬菜	鮮瓜鮑菇湯	水果	6.2	2.4	1.9	2.5	774				
22	五	糙米飯	香滷油豆腐	五味醬豆雞	小瓜炒豆芽	團圓蜜地瓜	八角毛豆莢	蔬菜	白菜湯		6.0	2.6	2.0	2.6	782				
25	一	手打拌麵	五香素茶鴨	茄汁素肉醬	川耳花椰	小饅頭	雙冬扒豆苗	蔬菜	三絲湯	水果	6.1	2.5	2.0	2.6	782				
26	二	紫米飯	香菇麵輪	南瓜豆腐煲	豆皮白菜	甘梅薯塊	豆瓣茄子	蔬菜	高山金針湯	水果	6.1	2.5	2.0	2.8	791				
27	三	糙米飯	麻油角螺	皇帝豆烤魷	脆炒豆芽	土豆炒玉米	菇炒地瓜葉	蔬菜	麵線清湯	豆奶 A70-266-004				6.5	2.5	2.1	2.4	803	
28	四	芝麻飯	塔香沙茶素肚	海山醬凍腐	炒四季豆	糯米粽	百香紫蘇漬結頭	有機蔬菜	海帶湯	水果	6.1	2.5	2.0	2.5	777				
29	五	胚芽飯	紅麴燒素排	薑黃椰奶油豆腐	脆豆炒鮮蔬	山藥捲	滷海帶	蔬菜	蕃茄黃芽湯		6.1	2.5	1.9	2.6	779				

本菜單含有芒果(附餐水果)、花生、奶製品、蛋及蛋製品，不適含其過敏體質者食用