

臺北市立忠孝國中

112學年度第1次午餐供應委員會會議

衛生組報告人：簡進文

開會時間：Aug.25.2023

本次會議討論事項

- ▶ 一、主席致詞。
- ▶ 二、業務報告：新合約、菜單與衛生宣導。
- ▶ 三、提案討論：
- ▶ 四、臨時動議：

一、112學年度團膳

- ▶ 一、奇數月：榮彬公司提供午餐(八月底合併至九月份)。
- ▶ 二、偶數月：宮保王公司提供午餐。
4菜1湯、月水果2次、月鮮奶2次，乳糖不耐學生200ml痘
或米漿替代。
學校午餐使用三章-Q水果與雜糧、生鮮水產品與驗證豆
或米漿芝供應次數。
油炸加工類一周不超過兩次，儘量不使用肉類半成品，每
日要有兩種以上蔬菜。

二、業務報告

▶ 八+九月合併供餐

- ▶ 1、供應商：榮彬公司
- ▶ 2、菜單：每月審查
- ▶ 3、供餐前應派員了解供餐流程

▶ 反應回饋

- ▶ 份量：備餐、當天反應與隔天調整。

▶ 營養宣導：

- ▶ 定量打餐、均衡營養與減少廚餘量
- ▶ 校慶活動擺攤宣導

三、午餐衛生與防疫宣導

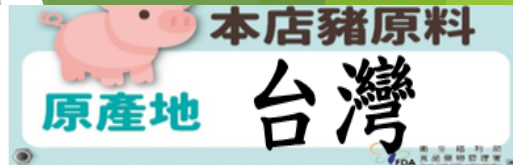
- ▶ 1、用餐打菜前後均應洗手。
- ▶ 2、用餐過程不互動聊天。
- ▶ 3、禁止共食及分食。

四、8+9月菜單 1/4頁



營養師: 林易臻 (營養字號第006917號)

榮彬112年8.9月菜單 忠孝國中



日期	星期	主食	主菜	副菜			湯品	副品	全穀 雜糧 (份)	動物 肉 (份)	蔬菜 (份)	油脂 (份)	水果/乳 品(份)	熱量 (卡)
8/30	三	有機白飯	脆瓜燒雞	糖醋咕咾肉x2	高麗蒜香炒豬肉	有機 青菜	筍片肉絲湯		6	3	1.9	2.9	0	823
		有機米	雞肉(主)、脆瓜、時蔬/燜	豬肉(主)/燒	甘藍(主)、豬肉、時蔬/炒		竹筍、豬肉							
8/31	四	雜糧飯	筍干扣肉	蘿蔔佃煮	鹽酥雞x2	有機 青菜	綠豆薏仁湯		6	2.9	2	2.6	0	805
		白米、五穀米	豬肉(主)、竹筍、時蔬/燉	白蘿蔔(主)、時蔬/滷	雞肉(主)/烤		綠豆、薏仁							
1	五	胚芽飯	塔香三杯雞	京醬肉絲	蕃茄豆腐	有機 青菜	昆布排骨湯	水果	6	2.8	2	2.9	1	871
		白米、胚芽米	雞肉(主)、九層塔、時蔬/炒	豬肉(主)、時蔬/炒	板豆腐(主)、蕃茄、豬肉/燒		昆布、時蔬、湯排							
4	一	芝麻飯	酥烤魚柳x1	蘿蔔滷肉	雞絲銀芽	綠色 青菜	仙草茶		6	2.9	2	2.8	0	814
		白米、黑芝麻	鮮魚(認證水產品)/烤	豬肉(主)、白蘿蔔、時蔬/滷	綠豆芽(主)、雞肉、時蔬/炒		仙草汁、全穀雜糧							
5	二	白飯	韓式炒肉片	家常油腐	白菜滷	綠色 青菜	海芽蛋花湯	鮮乳	6	2.9	1.8	3	1	878
		白米	豬肉(主)、時蔬/炒	油豆腐(主)、時蔬、胡蘿蔔/炒	大白菜(主)、時蔬、豬肉/燒		海帶芽、雞蛋、薑							
6	三	有機白飯	咖哩雞	香酥蝦捲x1	螞蟻上樹	有機 + 菜	古早味米粉湯	水果	6	3	2	3	1	890

四、8+9月菜單 2/4頁

7	四	五穀飯	豆豉燒肉	蕃茄炒蛋	玉米肉末	有機 青菜	味噌豆腐湯		6	2.9	2.2	2.8	0	819
		白米、五穀米	豬肉(主)、豆豉/燉	雞蛋(主)、蕃茄/炒	玉米(主)、時蔬、豬肉/炒	板豆腐、洋蔥、海帶芽								
8	五	義大利麵	西西里肉醬	香料烤雞排	地瓜薯條x3	有機 青菜	玉米濃湯	水果	6	2.8	2	2.5	1	853
		義大利麵	豬肉(主)、洋蔥、時蔬/炒	雞肉(主)/烤	地瓜薯條(主)/烤	玉米、雞蛋、馬鈴薯、胡蘿蔔								
11	一	地瓜飯	糖醋雞丁	叉燒肉x3	鮮筍三絲	綠色 青菜	柴魚鮮蔬湯		6	2.9	2	2.7	0	809
		白米、地瓜	雞肉(主)、時蔬/燒	豬肉(主)/燒	竹筍(主)、胡蘿蔔、木耳、豬肉/炒	柴魚片、白蘿蔔、豬肉、時蔬								
12	二	白飯	香蒜肉片	酥烤雞塊x1	蔥燒豆腐	綠色 青菜	山粉圓甜湯		6	2.7	2.2	3	0	813
		白米	豬肉(主)、蒜、時蔬/炒	雞塊/烤	板豆腐(主)、青蔥/燒	山粉圓								
13	三	有機白飯	滷三節翅x1	無骨排骨酥x2	咖哩洋芋	有機 青菜	酸辣湯	水果	6	2.8	2	2.9	1	871
		有機米	雞肉(主)/滷	豬肉(主)/烤	洋芋(主)、胡蘿蔔、豬肉、洋蔥/燒	板豆腐、筍、木耳、胡蘿蔔、雞蛋、豬肉								
14	四	白油麵	招牌炸醬	烤雞腿x1	木須蒲瓜	有機 青菜	大瓜湯		6	2.9	1.8	2.9	0	813
		白油麵	豬肉(主)、時蔬/燒	雞肉(主)/烤	蒲瓜(主)、木耳、豬肉	大黃瓜、豬肉								
15	五	五穀飯	親子雞肉丼	蒜茸豆干x3	香菇炒年糕	有機 青菜	紫菜蛋花湯	水果	6	2.9	1.9	3	1	880
		白米、五穀米	雞肉(主)、時蔬、雞蛋/燒	豆干(主)、蒜/滷	大白菜(主)、香菇、年糕/炒	紫菜、雞蛋								

四、8+9月菜單 3/4頁

18	一	芝麻飯 白米、芝麻	壽喜燒肉 豬肉(主)、時蔬/燒	無骨雞排x1 雞肉(主)/烤	鴻喜菇炒高麗 甘藍(主)、時蔬、鴻喜菇/炒	綠色 青菜	羅宋湯 蕃茄、時蔬、豬肉		6	2.9	2	2.7	0	809
19	二	白飯 白米	沙茶雞球 雞肉(主)、時蔬/炒	酥烤花枝丸x1 花枝丸(主)/烤	義式洋芋 洋芋(主)、時蔬、豬肉/燒	綠色 青菜	竹筍湯 米粉、時蔬、芹菜	鮮乳	6	2.7	2.2	3	1	873
20	三	有機白飯 有機米	香菇肉燥 豬肉(主)、香菇/燒	★日式炸豬排x1 豬肉(主)/炸	麻婆豆腐 板豆腐(主)、時蔬、豬肉/燒	有機 青菜	紅豆紫米湯 紅豆、紫米		6.3	2.7	2	2.7	0	815
21	四	肉絲炒飯 豬肉、時蔬	左宗棠雞 雞肉(主)、時蔬/炒	客家小炒 豆干(主)、豬肉/滷	虱目魚黑輪x1 黑輪(主)/燒	有機 青菜	大滷湯 板豆腐、筍、木耳、胡蘿蔔、雞蛋、豬肉	水果	6	3	2	3	1	890
22	五	薏仁飯 白米、薏仁	蔥爆肉絲 豬肉(主)、蔥/炒	香滷二節翅x1 雞翅(主)/滷/	脆炒鮮瓜 大黃瓜(主)、時蔬、豬肉/炒	有機 青菜	海芽薑絲湯 海帶芽、薑		6	3	2	3	0	830
23	六	糙米飯 白米、糙米	蠔油鮮菇燒雞 雞肉(主)、鮮菇、時蔬/燒	香蔥炒蛋 雞蛋(主)、時蔬/炒	毛豆玉米 玉米(主)、毛豆、時蔬/炒	綠色 青菜	蕃茄豆腐湯 蕃茄、豆腐	水果	6	3	2	3	1	890
25	一	芝麻飯 白米、黑芝麻	和風醬燒豬 豬肉(主)、時蔬/燒	蜜汁雞球x2 雞肉、時蔬/炒	雞絲高麗 甘藍(主)、時蔬、雞肉/炒	綠色 青菜	肉骨茶湯 白蘿蔔、豬肉、肉骨茶包	TAP 豆漿	6	2.7	1.8	2.7	1	849
26	二	白飯 白米	照燒雞丁 雞肉(主)、時蔬/炒	炒甜不辣條x3 甜不辣(主)、時蔬/炒	脆炒鮮筍 竹筍(主)、豬肉、時蔬/炒	綠色 青菜	黑糖粉條 粉條、黑糖		6	2.9	2	2.9	0	818

四、8+9月菜單 4/4頁

27	三	有機白飯	塔香燒雞	肉燥滷蛋x1	關東煮	有機青菜	山藥排骨湯	水果	6.3	2.7	2	2.7	1	875
		有機米	雞肉(主)、九層塔、時蔬/燒	雞蛋(主)、豬肉/滷	白蘿蔔(主)、時蔬、玉米/滷		山藥、洋芋、排骨							
28	四	雞肉絲飯	洋蔥豬排x1	紅燒獅子頭x1	彩蔬銀芽	有機青菜	小魚味噌湯		6	2.9	2	2.6	0	805
		白米、雞肉、洋蔥	豬肉(主)、洋蔥/炒	獅子頭(主)、時蔬/燒	綠豆芽(主)、時蔬/炒		板豆腐、味噌、時蔬、小魚干							
30	五	中秋連假未供餐												

所有豆類製品及玉米均為非基因改造食品。

本菜單含有蝦、花生、奶製品、蛋及蛋製品，不適合其過敏體質者食用。

主菜種類(次/月)			主菜食材特性分析(次/月)		其它分析(次/月)	
水產品	雞肉	豬肉	生鮮食材	調理食品	★油炸品	甜湯
1次	11次	11次	23次	0次	1次	5次

五、提案討論

六、臨時動議

Thanks for you listening ◦

The background features abstract, overlapping geometric shapes in various shades of green, ranging from light lime to dark forest green. These shapes are primarily located on the right side of the frame, creating a modern, layered effect. The rest of the background is plain white.