

簽 於 學務處

日期：109 年 10 月 22 日

主旨：謹陳 109 學年度第 1 學期第 3 次午餐品質提升會議紀錄 1 份，請核示。

擬辦：奉核後，擬將學生滿意度調查彙整表送 3 家廠商供參並將會議資料登錄於學校午餐網頁。

午餐秘書：

幹事藍美芳

衛生組長：

衛生組 黃何甜夢

學務主任：

學務處主任 林煌墩

校 長：

萬山國民中學 范青華 校

桃園市立龜山國中 109 學年度

第 1 學期第 3 次午餐品質提升會議

一、時間：109 年 10 月 22 日星期四 中午 12:30

二、地點：1 樓會議室

三、主席：林煌墩 主任

四、出席人員：詳如簽到表(附件一)

五、會議記錄：藍美芳

六、會議內容

(一)業務報告及討論：

1. 109 年 8-9 月份師生滿意度調查彙整說明(詳附件二)。

2. 師生反應紀錄與說明以及扣點違約部分(詳附件三)。

(1) 9 月 2 日由 712 班反應國琳今日供應之炒飯內有昆蟲，經出席委員投票，同意不記點 6 票(過半數)，故決議不記點。

(2) 9 月 4 日由班反應國琳今日供應之蛋內有細毛，經出席委員投票，同意不記點 8 票(過半數)，故決議不記點。

(3) 9 月 23 日由 915 班反應雙翼今日供應之青菜內有菜蟲，經出席委員投票，同意不記點 6 票(過半數)，故決議不記點。

(二)審核國琳、沅益、雙翼 109 年 11 月份菜單

午餐秘書已先依雙方合約內容審核 11 月份三家廠商(國琳、沅益、雙翼)菜單，形式上均符合規定。提供各委員菜單進行討論內容如下：

1. 沅益：菜單形式審查符合合約規定。經出席委員投票，全部 9 票同意通過沅益菜單。

2. 雙翼：菜單形式審查符合合約規定。經出席委員投票，全部 9 票同意通過雙翼菜單。

3. 國琳：菜單形式審查符合合約規定。經出席委員投票，8 票同意通過國琳菜單(已過半數)。

(三)校長勉勵：近日美牛問題沸沸揚揚，本校也應該加強對三家廠商查核食材避免混雜進口美牛，另對教育部食材登錄是否有核實等問題加強稽核機制以維護我們學校的營養午餐品質。

七、臨時動議：無

八、決議事項：(1)全體委員通過營養午餐供應商 8-9 月份之供餐驗收。

(2)通過國琳、沅益、雙翼三家廠商 11 月菜單(附件四)。

九、散會：下午 1:00

桃園市立龜山國民中學 109 學年度第 1 學期

第 3 次午餐品質提升會議

一、會議時間：109 年 10 月 22 日(星期四)中午 12 時 30 分

二、會議地點：1 樓會議室

三、會議主席：林煌墩主任

四、會議記錄：藍美芳幹事

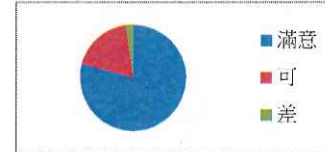
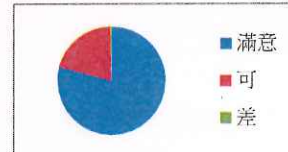
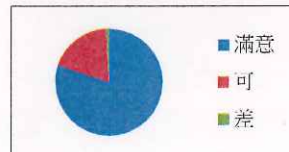
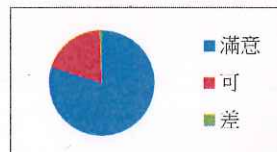
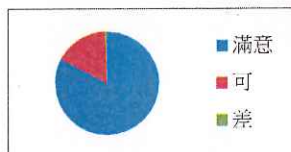
五、出席人員：

職稱	姓名	簽名
1- 校長	范菁華	范菁華
2- 學務主任	林煌墩	林煌墩
3- 會計主任	詹孟婷	詹孟婷
4- 總務主任	黃登木	黃登木
5- 衛生組長	何甜夢	何甜夢
6- 8 年級級導師	鍾惠媛	鍾惠媛
7- 午餐秘書	藍美芳	藍美芳
8- 家長代表	余麗玲	余麗玲
9- 家長代表	鄭進城	鄭進城
家長代表		
10- 學生代表	黃嘉怡	黃嘉怡

桃園市龜山國中109學年度第1學期8-9月份 學生滿意度調查表彙整

廠商：國琳

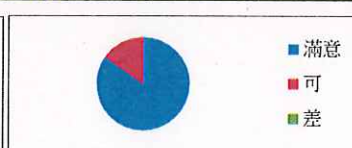
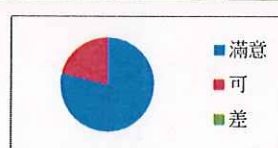
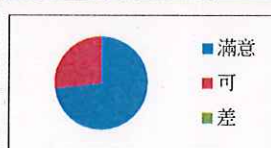
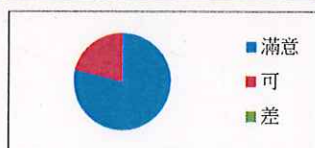
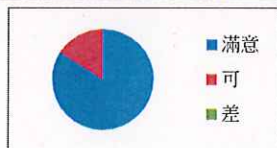
項目	主食(飯或麵)			主菜、副菜			甜湯、鹹湯			色、香、味			衛生安全			反映事項
班級	滿意	可	差	滿意	可	差	滿意	可	差	滿意	可	差	滿意	可	差	
701	18	6	0	10	14	0	10	14	0	8	16	0	9	15	0	
702	24	0	0	24	0	0	24	0	0	24	0	0	24	0	0	
703	23	1	0	24	0	0	24	0	0	24	0	0	24	0	0	
704	24	0	0	24	0	0	24	0	0	24	0	0	23	0	1	9/4有頭髮(有通報)
705	2	20	2	0	22	2	2	19	3	0	23	1	0	19	5	
706	23	1	0	23	1	0	23	1	0	23	1	0	24	0	0	
707	0	24	0	0	24	0	0	24	0	0	24	0	0	24	0	
708	24	0	0	24	0	0	24	0	0	24	0	0	24	0	0	
709	24	0	0	24	0	0	23	1	0	24	0	0	24	0	0	
710	24	0	0	24	0	0	24	0	0	24	0	0	24	0	0	
711	24	0	0	24	0	0	24	0	0	24	0	0	24	0	0	
712	24	0	0	24	0	0	24	0	0	24	0	0	23	0	1	9/2有蟲(有通報)
713	24	0	0	24	0	0	24	0	0	24	0	0	24	0	0	
總計	258	52	2	249	61	2	250	59	3	247	64	1	247	58	7	
百分比	82.69	16.67	0.64	79.81	19.55	0.64	80.13	18.91	0.96	79.17	20.51	0.32	79.17	18.59	2.24	



桃園市龜山國中109學度年第1學期8-9月份 學生滿意度調查表彙整

廠商：沅益

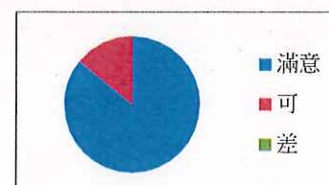
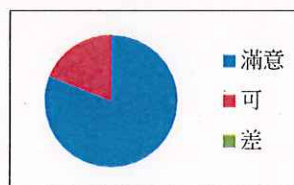
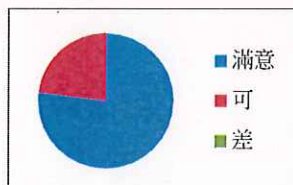
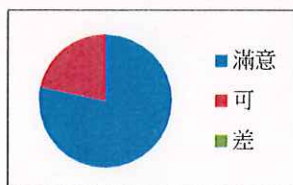
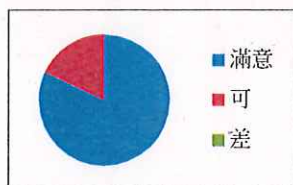
項目	主食(飯或麵)			主菜、副菜			甜湯、鹹湯			色、香、味			衛生安全			反映事項
班級	滿意	可	差	滿意	可	差	滿意	可	差	滿意	可	差	滿意	可	差	
801	24	0	0	24	0	0	24	0	0	24	0	0	24	0	0	
802	24	0	0	16	8	0	19	5	0	17	7	0	24	0	0	
803	24	0	0	24	0	0	0	24	0	24	0	0	24	0	0	
804	24	0	0	24	0	0	24	0	0	24	0	0	24	0	0	
805	22	2	0	21	3	0	21	3	0	21	3	0	24	0	0	
806	24	0	0	24	0	0	24	0	0	24	0	0	24	0	0	
807	24	0	0	24	0	0	24	0	0	24	0	0	24	0	0	
808	0	24	0	0	24	0	0	24	0	0	24	0	0	24	0	
809	24	0	0	17	7	0	20	4	0	16	8	0	24	0	0	
810	0	24	0	0	24	0	0	24	0	0	24	0	0	24	0	
811	24	0	0	24	0	0	24	0	0	24	0	0	24	0	0	
812	24	0	0	24	0	0	24	0	0	24	0	0	24	0	0	
813	24	0	0	24	0	0	24	0	0	24	0	0	24	0	0	
總計	262	50	0	246	66	0	228	84	0	246	66	0	264	48	0	
百分比	83.97	16.03	0.00	78.85	21.15	0.00	73.08	26.92	0.00	78.85	21.15	0.00	84.62	15.38	0.00	



桃園市龜山國中109學年度第1學期8-9月份 學生滿意度調查表彙整

廠商：雙翼

項目	主食(飯或麵)			主菜、副菜			甜湯、鹹湯			色、香、味			衛生安全			反映事項
班級	滿意	可	差	滿意	可	差	滿意	可	差	滿意	可	差	滿意	可	差	
901	15	9	0	13	11	0	7	17	0	19	5	0	23	1	0	
902	13	11	0	12	12	0	13	11	0	11	13	0	24	0	0	
903	17	7	0	16	8	0	15	9	0	16	8	0	16	8	0	
904	24	0	0	24	0	0	24	0	0	24	0	0	24	0	0	
905	24	0	0	24	0	0	24	0	0	24	0	0	24	0	0	
906	24	0	0	24	0	0	24	0	0	24	0	0	24	0	0	
907	13	11	0	7	17	0	11	13	0	9	15	0	14	10	0	
908	24	0	0	24	0	0	24	0	0	24	0	0	24	0	0	
909	13	11	0	11	13	0	14	10	0	15	9	0	15	9	0	
910	24	0	0	24	0	0	24	0	0	24	0	0	24	0	0	
911	24	0	0	24	0	0	24	0	0	24	0	0	24	0	0	飯要多一點→已請廠商增加
912	24	0	0	24	0	0	24	0	0	24	0	0	24	0	0	
913	24	0	0	24	0	0	24	0	0	24	0	0	24	0	0	
914	24	0	0	24	0	0	24	0	0	24	0	0	24	0	0	
915	8	16	0	7	17	0	1	23	0	6	18	0	1	23	0	
總計	295	65	0	282	78	0	277	83	0	292	68	0	309	51	0	
百分比	81.94	18.06	0.00	78.33	21.67	0.00	76.94	23.06	0.00	81.11	18.89	0.00	85.83	14.17	0.00	



桃園市立龜山國民中學

附件三

營養午餐反映速報表

反應單位	☒ 班級： 712 ☐ 處室、老師：	反應日期	109 年 9 月 2 日
供餐廠商	☐ 沅益 ☒ 國琳 ☐ 雙翼		
反映事項	☐ 份量不足(☐ 白飯、麵 ☐ 主菜 ☐ 副菜 ☐ 青菜 ☐ 湯品) ☒ 有異物(☐ 頭髮 ☒ 昆蟲 ☐ 其他 _____) ☐ 其他：		
照片 或 說明	712 同學反應今日炒飯內有昆蟲 		
校內處理	☒ 立即通知廠商。		
廠商回覆	詳後附件		
午餐會議 決議	(待午餐會議決議後再另行告知反應單位決議內容)		

反應老師/班級導師意見&簽名：吳欣芳

承辦人：

幹事藍美芳

衛生組長：

衛生組 黃何甜夢

學務主任：

學務處 林煌墩

校長：

山國民中學 范菁華

客訴處理紀錄表

文件編號：G-4-6-01

頻率：當客訴發生時

填表人：李景惠

客訴發生時間	109.9.2
客訴反者	龜山國中 712
客訴內容	炒飯中有異物
處理結果	1. 針對此次事件實施衛生教育避免再發 2. 清洗時分少量多批清洗已找出異物 3. 在分裝時少量舀起以利發現異物
原因分析	1. 推測原因為在清洗或烹調過程中未察覺所造成 2. 可能為夾雜於蔬菜或玉米粒中的菜蟲
矯正及再發防止措施	1. 實施衛生教育避免再發 2. 在烹調及清洗時少量分批檢查避免再發 3. 在分裝時少量舀起以利發現異物

廠長：簡黎華



桃園市立龜山國民中學

營養午餐反映速報表

反應單位	☒ 班級： 704 ☐ 處室、老師：	反應日期	109 年 9 月 4 日
供餐廠商	☐ 沅益 ☒ 國琳 ☐ 雙翼		
反映事項	☐ 份量不足(☐ 白飯、麵 ☐ 主菜 ☐ 副菜 ☐ 青菜 ☐ 湯品) ☒ 有異物(☐ 頭髮 ☐ 昆蟲 ☒ 其他 <u>細毛</u>) ☐ 其他：		
照片 或 說明	704 同學反應今日蛋內有細毛 		
校內處理	☒ 立即通知廠商。		
廠商回覆	詳後附件		
午餐會議 決議	(待午餐會議決議後再另行告知反應單位決議內容)		

反應老師/班級導師意見&簽名：

導師童夢蘭

承辦人：

幹事藍美芳

衛生組長：

衛生組長何甜夢

學務主任：

學務主任林煌墩

校長：

龜山國民中學 校長 范菁華

客訴處理紀錄表

文件編號：G-4-6-01

頻率：當客訴發生時

填表人：李景惠

客訴發生時間	109.9.4
客訴反者	龜山國中 704
客訴內容	蛋中有細毛
處理結果	1. 針對此次事件實施衛生教育避免再發 2. 食材清洗時分少量多批清洗已找出異物 3. 在分裝時少量舀起以利發現異物
原因分析	1. 推測原因為在清洗或烹調過程中未察覺所造成
矯正及再發防止措施	1. 實施衛生教育避免再發 2. 在烹調及清洗時少量分批檢查避免再發 3. 在分裝時少量舀起以利發現異物

廠長：簡黎華



桃園市立龜山國民中學

營養午餐反映速報表

反應單位	☒ 班級： 915 ☐ 處室、老師：	反應日期	109 年 9 月 23 日
供餐廠商	☐ 沅益 ☐ 國琳 ☒ 雙翼		
反映事項	☐ 份量不足(☐ 白飯、麵 ☐ 主菜 ☐ 副菜 ☐ 青菜 ☐ 湯品) ☒ 有異物(☐ 頭髮 ☒ 昆蟲 ☐ 其他 _____) ☐ 其他：		
照片 或 說明	915 同學反應今日菜內有菜蟲 		
校內處理	☒ 立即通知廠商。		
廠商回覆	詳後附件		
午餐會議 決議	(待午餐會議決議後再另行告知反應單位決議內容)		

反應老師/班級導師意見&簽名：



承辦人：

幹事藍美芳

衛生組長：

衛生組 何甜夢

學務主任：

學務處主任 林煌墩

校長：

龜山國民中學 范菁華

雙翼食品有限公司

午餐異常處理單

反應日期：109.09.23	菜名：生產履歷青菜
班級：915	學校：龜山國中
客訴申訴事項：發現菜蟲	
●原因分析：經確認為菜蟲，因生產履歷青菜依規定採收前不得使用農藥且不得檢出農藥殘留以致較會有菜蟲，造成師生用餐困擾，深感抱歉。	
●改善措施：已向果菜供應商及截切商反映要求改善，並請清洗人員注意加強目視篩挑。	
雙翼食品公司 敬上	
●學校記點：點	
●雙翼食品各部彙簽：	
業務部：	
客服部：	
衛生管理員：	
公司審核章： 	
回覆日期：109.09.23	

日期	星期	主食	主菜	副菜	蔬菜	湯品	附餐	全蛋	豆魚	蔬菜	油脂	熱量
11/02(一)運動會補假												
11/03	二	白飯	糖醋雞丁 燒：洋蔥Q.雞丁S	敏豆甜條 炒：敏豆.甜不辣條	蛋酥芽菜 炒：豆芽菜Q.蛋Q	有機蔬菜 玉米濃湯 玉米.馬鈴薯.紅蘿蔔		6	2	2	2	854
11/04	三	櫻花蝦米糕	蔥燒豬排 燒：青蔥.豬排S	芹香百頁 炒：芹菜.百頁	沙茶甜玉米 炒：玉米Q.絞肉S	季節蔬菜 阿薩姆珍奶 紅豆.紅茶.奶粉.珍珠	水果	6	2	2	2	856
11/05	四	白飯	紅燒豬蹄 燒：蘿蔔Q.豬肉S	毛豆洋蔥炒蛋 炒：洋蔥Q.蛋Q.毛豆	雙色干絲 炒：豆干絲.芹菜	有機蔬菜 田園蔬菜湯 番茄.秀珍菇.肉片		6	2	2	2	851
11/06	五	紫米飯	暖呼呼麻油雞 炒：雞丁S.薑片	柳葉魚+餡餅 炸：柳葉魚.餡餅	什錦大瓜 燒：大瓜Q.肉片S.烏蛋	有機蔬菜 當歸淮山湯 山藥.肉片.當歸		6	2	2	2	852
11/09	一	芝麻飯	蜜汁排骨 燒：洋蔥Q.豬肉S	玉米水晶餃 煮：玉米S.水晶餃	肉燥花椰 炒：花椰菜S.絞肉S	履歷蔬菜 海芽蛋花湯 炒：海帶芽.蛋		6	2	2	2	854
11/10	二	白飯	鹹酥雞 炸：雞丁S.九層塔	番茄炒蛋 炒：番茄Q.蛋Q	干片肉絲 炒：豆干片.豬肉絲S	有機蔬菜 味噌蔬菜湯 味噌.時蔬		6	2	2	2	852
11/11	三	蘑菇青醬義大利麵	茄汁豬排 燒：豬排S	椒鹽薯條 炸：薯條.胡椒鹽	高麗鴻喜菇 炒：高麗菜Q.鴻喜菇Q	季節蔬菜 芋頭西谷米 芋頭.西谷米	水果	6	2	2	2	854
11/12	四	薏仁飯	香烤雞翅 烤：雞翅S	腰果蜜汁豆干 燒：腰果.豆干	一品白菜滷 煮：白菜Q.芋頭Q.肉片S.冬粉翅	有機蔬菜 巧達濃湯 馬鈴薯.紅蘿蔔.玉米		6	2	2	2	856
11/13	五	白飯	鐵板肉片 炒：洋蔥Q.豬肉片S	辣炒雞丁 炒：西芹Q.雞丁S	椒鹽龍鳳腿 燒：龍鳳腿	有機蔬菜 芹香蘿蔔湯 芹菜.紅白蘿蔔		6	2	2	2	857
11/16	一	白飯	咖哩雞丁 煮：馬鈴薯Q.紅蘿蔔Q.雞丁S	魚香豆腐 燒：豆腐.絞肉S	竹筍炒肉片 炒：竹筍Q.豬肉片S	履歷蔬菜 鮮菇蔬菜湯 菇類.時蔬		6	2	2	2	856
11/17	二	蕎麥飯	脆皮豬排 炸：豬排S	水晶粉絲煲 炒：豆芽Q.粉絲	蒲瓜滑豆皮 燒：蒲瓜Q.豆皮	有機蔬菜 四神肉片湯 薏仁.蓮子.肉片		6	2	2	2	851
11/18	三	嘉義噴水雞肉飯	香烤大雞腿 烤：雞腿S	香蔥吉拿棒 烤：香蔥吉拿棒	紅醬關東煮 煮：蘿蔔Q.玉米S.油豆腐	季節蔬菜 綠豆QQ湯 綠豆.QQ圓	水果	6	2	2	2	857
11/19	四	十穀米飯	香噴噴薑母鴨 煮：高麗菜Q.薑.鴨肉S	無骨雞排 烤：雞排S	彩椒花椰 炒：彩椒Q.花椰菜S.肉絲S	有機蔬菜 番茄蛋花湯 番茄.蛋		6	2	2	2	854
11/20	五	白飯	韓式燒肉 燒：泡菜.豬肉片S	小蝦餅+鍋貼 炸：小蝦餅.鍋貼	小瓜紅絲蛋 炒：小瓜Q.紅蘿蔔Q.蛋Q	有機蔬菜 紅麵線湯 麵線.木耳.肉絲		6	2	2	2	856
11/23	一	地瓜飯	酥炸魚丁 炸：魚丁S	玉米肉醬干丁 燒：玉米S.絞肉S.豆干丁	高麗肉片 炒：高麗菜Q.豬肉片S	履歷蔬菜 鮮筍肉片湯 竹筍.豬肉片		6	2	2	2	857
11/24	二	白飯	巴比Q燒肉排 燒：洋蔥Q.豬排S	咖哩雞蓉 燒：馬鈴薯Q.紅蘿蔔Q.雞肉S	大根燒海結 燒：蘿蔔Q.海帶結	有機蔬菜 冬瓜薏仁湯 冬瓜.小薏仁		6	2	2	2	851
11/25	三	台式炒麵	嫩汁雞排 燒：雞排S	香酥銀絲卷 炸：銀絲卷	蛋酥白菜 燒：白菜Q.蛋Q	季節蔬菜 鳳梨山粉圓 鳳梨.山粉圓	水果	6	2	2	2	852
11/26	四	白飯	古早味豬排 燒：豬排S	香蔥菜脯蛋 炒：蔥.菜脯.蛋Q	敏豆肉末 炒：敏豆.絞肉S	有機蔬菜 柴魚豆腐湯 柴魚.味噌.豆腐		6	2	2	2	854
11/27	五	紅藜飯	香烤翅小腿X2 烤：翅小腿S	三杯油豆腐 燒：油豆腐.紅蘿蔔Q	芽菜炒肉絲 炒：豆芽菜.豬肉絲	有機蔬菜 酸辣湯 筍.紅蘿蔔.木耳		6	2	2	2	851
11/30	一	白飯	花生燉豬腳 燉：花生.豬肉S	蒲瓜肉片 燒：蒲瓜Q.豬肉片S	豆干三絲 炒：海帶.紅蘿蔔Q.芹菜Q.豆干	履歷蔬菜 白玉貢丸湯 蘿蔔.貢丸		6	2	2	2	854

★代表當天要申請三章一Q / 豆製品及玉米皆用非基改食材，敬請安心食用 / 營養師：賢湘云 每週三提供水果



雙翼食品

109年11月菜單

符合三章1Q及全面提供
非基改食材

龜山國中

◎本菜單可能含有蝦、芒果、花生、奶類、蛋、堅果、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類及其製品等政府公告之日大易致過敏原料，不適合對其過敏體質者食用，食用前請各位師生特別注意。
地址：新北市樹林區忠愛街3號，電話：02-26895506，營養師：李素卿(營養字第2703號)、張妹緹(第4985號)、陳盈靜(第5803號)

日期	星期	主食	主菜	副菜一	副菜二	蔬菜	湯品	副餐	根莖	蛋肉	蔬菜	油脂	熱量	
2	一	校慶補休一天！												
3	二	白飯 白米	無錫豬排 豬排X1 煮	雙薯奶香炒蛋 洋芋、南瓜、蛋 炒	四季干片 條豆、豆干、時蔬 炒	有機青菜	味噌湯 海帶芽、豆芽、金針菇、味噌			6.6	2.6	2	2.7	829
4	三	紅蔥滷肉飯 白米、豬肉、紅蔥	椒鹽雞排 雞排X1 炸	蜜汁黑輪 洋蔥、黑輪 炒	紅片冬瓜 冬瓜、紅蘿蔔 煮	產銷履歷	綠豆地瓜露 綠豆、地瓜	水果		6.7	2.7	2	2.6	839
5	四	麥片飯 白米、麥片	蔥燒魚 魚、蔥 煮	玉米燒雞 玉米、雞肉、青豆 炒	韭香豆芽 豆芽、木耳、紅蘿蔔 炒	有機青菜	磨菇濃湯 洋芋、香菇			6.6	2.6	2	2.5	820
6	五	白飯 白米	紅燒肉 豬肉、小排、蘿蔔 煮	白菜獅子頭 大白菜、獅子頭、木耳 煮	蝦米扁蒲 扁蒲、紅蘿蔔、蝦米 煮	有機青菜	榨菜雞湯 榨菜、雞肉			6.6	2.6	2	2.5	820
9	一	白飯 白米	堅果雞丁 雞肉、彩椒、堅果 煮	沙茶甜蔥炒肉 洋蔥、豬肉、金針菇 炒	百頁花椰 青花、百頁、紅蘿蔔 煮	產銷履歷	海芽蛋花湯 海帶芽、蛋			6.7	2.8	2	2.7	851
10	二	燕麥飯 白米、燕麥	咖哩豬 豬肉、洋芋、紅蘿蔔 煮	芹炒甜不辣 甜不辣、芹菜 炒	排骨酥大白 大白菜、排骨酥、木耳 煮	有機青菜	蘿蔔雞湯 蘿蔔、雞肉			6.5	2.6	2	2.6	817
11	三	沙茶肉絲麵 麵、時蔬、豬肉	檸香雞翅 雞翅x1 燉	魚餃滷味 蘿蔔、豆干、魚餃 煮	香菇高麗 高麗菜、香菇、紅蘿蔔 炒	產銷履歷	紅棗紫米粥 紫米、洋蔥仁、紅棗	水果		6.6	2.5	2	2.5	812
12	四	白飯 白米	豆乳豬 豬肉、油豆腐 煮	梅醬蜜燒雞 洋芋、雞肉、紅蘿蔔 煮	醬燒海絲 海帶絲、蒜頭 煮	有機青菜	米苔目湯 米苔目、韭菜、豬肉、香菇			6.5	2.6	2	2.6	817
13	五	雜糧飯 白米、雜糧米	烤雞排 *雞排x1 烤	蔥香菜脯蛋 菜脯、蛋、蔥 炒	玉米三色 玉米、刈筴、紅蘿蔔、青豆 炒	有機青菜	酸辣清湯 豆腐、筍絲、紅蘿蔔、木耳			6.5	2.6	2	2.5	813
16	一	白飯 白米	高昇排骨 豬肉x3 燉	泰式酸甜小管圈 番茄、洋蔥、芹菜、小管圈 炒	蒜香花椰 花椰、木耳 煮	產銷履歷	玉米濃湯 玉米、洋芋			6.6	2.5	2	2.7	821
17	二	白飯 白米	炸雞腿 雞腿x1 炸	蒸蛋 蛋、時蔬 蒸	芽菜寬粉 豆芽、寬粉、時蔬 煮	有機青菜	冬瓜雞湯 冬瓜、雞肉			6.4	2.7	2	2.6	818
18	三	雞汁雞肉飯 白米、雞肉	叉燒肉 豬肉切片x4 烤	青醬野菜揚 洋芋、野菜、揚、九層塔 煮	鮑菇黃瓜 黃瓜、紅蘿蔔、鮑菇 煮	產銷履歷	綠豆西米露 綠豆、西谷米	水果		6.6	2.6	2	2.6	824
19	四	糙米飯 白米、糙米	沙嗲醬燒雞 雞肉、洋蔥、紅蘿蔔、花生沙嗲醬 煮	紅茶滷蛋 蛋、紅茶包 煮	高麗炒肉 高麗、豬肉、蔥 炒	有機青菜	柴魚味噌湯 豆腐、柴魚、味噌			6.5	2.4	2	2.6	802
20	五	白飯 白米	滷豬排 豬排x1 燉	貢丸油腐煲 蘿蔔、油豆腐、貢丸 煮	爆皮白菜 白菜、木耳、爆皮 煮	有機青菜	羅宋湯 番茄、洋芋			6.7	2.5	2	2.4	815
23	一	白飯 白米	咖哩雞 雞肉、洋芋、紅蘿蔔 煮	蝦捲 蝦捲x1 烤	油皮三絲 刈筴、條豆、紅蘿蔔、皮絲 炒	產銷履歷	蔬菜湯 蘿蔔、玉米、鮮菇			6.4	2.7	2.2	2.8	832
24	二	薏仁飯 白米、洋薏仁	壽喜燒肉丼 豬肉、洋蔥、金針菇 煮	蜜滷大黑干 豆干 煮	玉筍扁蒲 扁蒲、玉米筍、紅蘿蔔 煮	有機青菜	海芽蛋花湯 海帶芽、蛋			6.6	2.6	2	2.6	824
25	三	番茄肉醬麵 麵、番茄、絞肉	卡啦雞腿排 雞排x1 炸	花枝丸 花枝丸x2 炒	時瓜佃煮 黃瓜、紅蘿蔔 煮	產銷履歷	紅豆芋圓 紅豆、芋圓	水果		6.8	2.7	2	2.6	846
26	四	白飯 白米	糖醋魚 魚x3 燉	冬瓜瓜仔肉燥 冬瓜、醬瓜、豬肉 煮	泡菜雞 白菜、泡菜、雞肉 煮	有機青菜	南瓜雞湯 南瓜、雞肉			6.6	2.6	2.1	2.7	831
27	五	五穀飯 白米、五穀米	照燒雞排 雞排x1 燉	海結鵪鶉蛋 蘿蔔、海帶結、鵪鶉蛋 煮	鮮菇花菜 花椰菜、鮮菇 炒	有機青菜	冬瓜排骨湯 冬瓜、排骨			6.6	2.8	2	2.6	839
30	一	白飯 白米	薑汁燒肉 豬肉、洋蔥 炒	紅醬關東煮 蘿蔔、玉米、竹輪 煮	木耳高麗 高麗、木耳、紅蘿蔔 炒	產銷履歷	小魚味噌湯 豆腐、小魚干、味噌			6.7	2.7	2	2.5	834

國琳團膳

109年11月菜單

龜山國中

提供3章1Q及非基改食材

日期	星期	主食	主菜	副菜	青菜	湯品	附餐	全蛋類 (份)	豆魚肉蛋類 (份)	蔬菜類 (份)	油脂類 (份)	燕窩	章
11/2	一			CAS, 運動會補假									
11/3	二	糙米飯	五香扣肉 肉丁C, 煮	蒸蛋 雞蛋Q, 蒸	冬瓜肉末 冬瓜Q, 絞肉, 炒	有機蔬菜 小魚豆腐湯 小魚乾, 豆腐, 煮		6.3	2.4	2	2.4	779	C
11/4	三	堅果炒飯	炭燒雞排 雞排C, 燒	椒鹽雙薯 地瓜條, 薯條, 炸	麻辣燙 高麗菜Q, 金針菇, 豆皮, 煮	季節蔬菜 紅豆紫米湯 紅豆, 紫米, 煮	水果	6.3	2.4	2	2.5	784	C
11/5	四	小米飯	燒烤雞翅 雞翅C, 烤	泰式打拋豬 豆干, 絞肉, 九層塔, 炒	洋蔥炒蛋 雞蛋Q, 洋蔥, 炒	有機蔬菜 和風鮮菇湯 玉米段, 菇, 海帶結, 煮		6.4	2.5	2	2.4	794	C
11/6	五	白飯	蒙古烤肉片 肉片C, 豆芽, 炒	鴿蛋燒油豆腐 鴿蛋, 油豆腐, 炒	鮮菇蒲瓜 蒲瓜Q, 香菇, 炒	有機蔬菜 羅宋湯 高麗菜, 番茄, 雞蛋, 煮		6.4	2.5	2	2.4	794	C
11/9	一	白飯	美式烤雞腿 雞腿, 烤	玉米肉末 玉米粒Q, 絞肉, 炒	白玉燒肉 白蘿蔔Q, 豬肉, 燒	產銷履歷 冬瓜薑絲湯 冬瓜, 薑絲, 煮		6.3	2.5	2	2.3	782	C
11/10	二	黑芝麻飯	茄汁魚 魚丁Q, 番茄, 煮	肉燥豆腐 絞肉, 豆腐, 炒	彩蔬黃芽 黃豆芽Q, 彩椒, 炒	有機蔬菜 肉骨茶湯 肉骨茶包, 馬鈴薯, 山藥, 煮		6.5	2.5	2	2.3	796	C
11/11	三	義大利麵	橙汁豬排 豬排Q, 柳橙汁, 煮	番茄絞肉 番茄, 絞肉, 煮	鮮菇花椰 香菇, 花椰菜C, 炒	季節蔬菜 芋頭西米露 芋頭, 西谷米, 煮	水果	6.3	2.5	2	2.4	787	C
11/12	四	麥片飯	黃醬咖哩佐雞排 雞排C, 馬鈴薯, 胡蘿蔔, 煮	蒜泥肉片 筍片Q, 肉片, 炒	香蔥紅絲蛋 雞蛋Q, 胡蘿蔔絲, 蔥, 炒	有機蔬菜 珍菇大骨湯 菇類, 大骨, 煮		6.3	2.4	2	2.5	784	C
11/13	五	白飯	泡菜燒肉片 肉片C, 泡菜, 炒	水晶粉絲 胡蘿蔔, 冬粉, 炒	大瓜滑豆皮 大黃瓜Q, 豆皮, 炒	有機蔬菜 巧達濃湯 玉米粒, 馬鈴薯, 肉片, 煮		6.2	2.4	2	2.4	772	C
11/16	一	地瓜飯	椒鹽魚球 魚丁, 炸	甜醬關東煮 白蘿蔔Q, 油豆腐, 玉米段, 炒	肉末長豆 長豆Q, 絞肉, 炒	產銷履歷 鮮菇蔬菜湯 菇類, 蔬菜, 煮		6.3	2.4	2	2.4	779	C
11/17	二	白飯	黑胡椒肉排 肉排Q, 煮	五更豆腐 豆腐, 豬血, 木耳, 肉片, 煮	蛋酥扁蒲 扁蒲Q, 雞蛋, 炒	有機蔬菜 玉米蛋花湯 玉米粒, 雞蛋, 煮		6.5	2.4	2	2.4	793	C
11/18	三	油飯	叉燒肉 叉燒肉Q, 烤	雪花麻糬燒 麻糬燒, 炸	金菇三絲 竹筍Q, 胡蘿蔔, 金針菇, 炒	季節蔬菜 綠豆湯 綠豆, 煮	水果	6.4	2.4	2	2.5	791	C
11/19	四	白飯	栗子燒雞 雞丁C, 栗子, 燒	西芹拌肉絲 西芹Q, 肉絲, 炒	香菇蒸蛋 雞蛋Q, 香菇, 蒸	有機蔬菜 海結薑絲湯 海帶結, 薑絲, 煮		6.3	2.4	2	2.3	775	C
11/20	五	紫米飯	蜜汁雞腿 雞腿, 燻	洋蔥炒蛋 雞蛋Q, 洋蔥, 炒	魚香茄子 茄子Q, 絞肉, 炒	有機蔬菜 味噌蔬菜湯 味噌, 蔬菜, 煮		6.4	2.4	2	2.3	782	C
11/23	一	白飯	烤肉醬燒肉片 肉片C, 洋蔥, 炒	珍珠丸地瓜 珍珠丸, 地瓜, 蒸	金針銀芽 豆芽菜Q, 金針菇, 炒	產銷履歷 什錦豆腐湯 豆腐, 金針菇, 煮		6.3	2.4	2	2.4	779	C
11/24	二	香鬆飯	檸檬雞翅 雞翅C, 檸檬, 烤	和風炒肉片 洋蔥Q, 肉片, 炒	芝麻敏豆 芝麻, 敏豆, 炒	有機蔬菜 薏仁肉片湯 薏仁, 冬瓜, 肉片, 煮		6.5	2.4	2	2.4	793	C
11/25	三	焗烤義大利麵	起司豬排 起司豬排, 炸	滷蛋 雞蛋Q, 滷	開陽冬瓜 冬瓜Q, 蝦米, 炒	季節蔬菜 枸杞白木耳 枸杞, 白木耳, 煮	水果	6.4	2.4	2	2.5	791	C
11/26	四	糙米飯	宮保雞丁 雞丁C, 炒	蔥爆乾片肉絲 蔥, 豆干片, 肉絲, 炒	砂鍋白菜滷 白菜Q, 芋頭, 胡蘿蔔, 香菇, 木耳, 炒	有機蔬菜 南瓜肉片湯 南瓜, 肉片, 煮		6.3	2.4	2	2.3	775	C
11/27	五	白飯	蔥燒豬排 豬排Q, 燒	金沙雞柳 豆薯Q, 雞柳條, 鹹蛋, 胡蘿蔔, 炒	海帶三絲 海帶絲, 芹菜, 胡蘿蔔, 炒	有機蔬菜 鮮筍雞湯 竹筍, 雞丁, 煮		6.4	2.4	2	2.3	782	C
11/30	一	白飯	醬燒雞腿 雞腿, 燒	玉米絞肉 玉米粒Q, 絞肉, 炒	香菇高麗 高麗菜Q, 香菇, 炒	產銷履歷 雙色蘿蔔湯 白蘿蔔Q, 胡蘿蔔, 煮		6.3	2.4	2	2.4	779	C

*本菜單中含有過敏原物質(例:海鮮類, 雞蛋, 乳製品, 堅果類等), 請注意食用

營養師 李景興