

三民國小、東門國小、東園國小 學校午餐

114 年 10 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	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	
10/1	三	糙米飯		家常豆腐	鮮炒雙花	應青	芋香西米露		三民豆漿	4.1	2.5	1.4	1.5	0	0	577	
10/2	四	海苔飯		#椒鹽魚丁	彩繪小炒	應青	海帶黃芽湯		東門豆漿	3.6	3.9	0.9	2.8	0	0	693	
10/3	五	★陽春麵 + 香滷豬排x1 + 應青 + 香煮玉米x1							東園豆漿	3.7	3.2	1.1	1.8	0	0	608	
10/6	一	中秋放假															
10/7	二	#海鮮粥 +雞柳條x2 + 應青 + 菜包x1							三民水果		3.5	1.7	1.2	2.85	1	0	591
10/8	三	糙米飯		糖醋豆包	蛋酥白菜	應青	綠豆薏仁湯	東園水果		4.2	1.5	1.3	1.5	1	0	567	
10/9	四	麥片飯		★芋香燒雞	美味香腸x1	應青	#1*1書香湯	東門水果		3.8	2.5	0.8	2.2	1	0	633	
10/10	五	雙十放假															
10/13	一	黎麥飯		*鮮瓜堅果炒雞丁	螞蟻上樹	應青	榨菜肉絲湯		東園牛奶	3.9	1.8	1.5	1.8	0	1	677	
10/14	二	#★小卷米粉湯(小卷x2) + 應青 + ★肉圓x1 + *綜合堅果包x1							東門牛奶	3.4	2.8	1	2.2	0	1	722	
10/15	三	五穀飯		毛豆炒蛋	三杯油腐	應青	紅豆QQ湯		三民牛奶	4	2.6	0.8	2.5	0	1	758	
10/16	四	燕麥飯		★筍香肉燥	蔬菜甜條	應青	鮮瓜海結湯			3.2	2.1	1.6	2.1	0	0	516	
10/17	五	咖哩燴飯 + #香炸魚片x1 + 應青 + #1味噌蔬菜湯									3.2	2.5	1	1.9	0	0	522
10/20	一	*芝麻飯		#1雞肉親子丼	地瓜椪x2	應青	南瓜金針湯		東園牛奶	3.6	2.2	1	3.1	0	1	732	
10/21	二	客家炒粿條 + #脆皮蝦捲x2 + 應青 + 玉米蛋花湯							三民水果	東門牛奶	3	2.4	1	2.1	1	1	720
10/22	三	小米飯		義式菇菇炒蛋	椒麻豆腐	應青	四寶甜湯	東園水果	三民牛奶	4.2	2.5	0.9	2.5	1	1	827	
10/23	四	糙米飯		滷雞排x1	#開陽鮮瓜	應青	白菜滷湯	東門水果		3.2	2.2	1.6	2.2	1	0	588	
10/24	五	光復放假															
10/27	一	小米飯		三杯雞丁	★地瓜燉菜	應青	肉骨茶湯		東園牛奶	3.6	2.2	1.4	1.9	0	1	688	
10/28	二	炒麵麵包(大亨堡x1) + 麥克雞塊x3 + #味噌鮮魚湯								東門牛奶	3.8	2.7	0.5	2.6	0	1	748
10/29	三	燕麥飯		★醬燒麵腸	★起司玉米炒蛋	應青	綠豆地瓜湯		三民牛奶	4.3	2.3	1.4	2.3	0	1	762	
10/30	四	麥片飯		#1打拋豬肉1	角螺燴鮮瓜1	應青	馬鈴薯絞肉湯			3.5	1.7	1.7	1.8	0	0	496	
10/31	五	★獅子頭燴飯(獅子頭x2)+ 應青 +竹筍嫩雞湯									3.2	1.7	1.5	2.1	0	0	484
★新菜色 ※ 本菜單使用之豬肉、牛肉皆為國產在地食材										三校午餐菜單會議 決議通過 初版 藝慶企業有限公司營養師 陳							
※ 本菜單部分菜色含有甲殼類、花生、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類及其製品，不適合對其過敏體質者食用，對海鮮類過敏,請注意菜單中標示「#」「#1」的菜色;對花生堅果類過敏,請注意菜單中標示「*」「*1」的菜色，1為調味料中含過敏原，其餘過敏原請參照菜色明細。																	
由於菜色搭配變化，應青可能添加枸杞、木耳、不辣辣椒，還請特別注意當日菜色。																	
部份菜色可能會含有骨頭、碎骨或細刺，請注意並小心食用。																	
應青:空心菜、青花菜、白花菜、豆芽菜、萵苣、大白菜、小白菜、蚵白菜、大A菜、小A菜、高麗菜、冬瓜、大黃瓜、小黃瓜、油菜、青木瓜、白蘿蔔、胡瓜、四季豆、芥藍菜																	

三民國小、東門國小、東園國小 學校午餐

114 年 10 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	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
10/1	三	糙米飯	家常豆腐	鮮炒雙花	應青	芋香西米露		三民豆漿	4.1	2.5	1.4	1.5	0	0	577
10/2	四	海苔飯	★椒鹽豆腸	彩繪小炒	應青	海帶黃芽湯		東門豆漿	3.6	3.8	0.9	2.8	0	0	686
10/3	五	★陽春麵 + ★茄香豆腐x1 + 應青 + 香煮玉米x1						東園豆漿	3.7	2.8	1.1	1.8	0	0	578
10/6	一	中秋放假													
10/7	二	毛豆什錦粥 + ★香酥雙拼 + 應青 + 素菜包x1					三民水果		3.5	2.85	1.2	2.85	1	0	677
10/8	三	糙米飯	糖醋豆包	蛋酥白菜	應青	綠豆薏仁湯	東園水果		4.2	1.5	1.3	1.5	1	0	567
10/9	四	麥片飯	★芋香車輪	美味香腸	應青	*1書香湯	東門水果		3.8	2.2	0.8	2.2	1	0	610
10/10	五	雙十放假													
10/13	一	黎麥飯	*鮮瓜堅果炒雞丁	螞蟻上樹	應青	榨菜番茄湯		東園牛奶	3.9	1.8	1.5	1.8	0	1	677
10/14	二	★素香米粉湯 + ★手工：溫蔬菜拼盤(水煮蛋x1) + 應青 + 素肉圓x1 + *綜合堅果包x1					綜合堅果包	東門牛奶	3.4	2.2	1	2.2	0	1	677
10/15	三	五穀飯	毛豆炒蛋	三杯油腐	應青	紅豆QQ湯		三民牛奶	4	2.5	0.8	2.5	0	1	750
10/16	四	燕麥飯	★筍香凍腐	蔬菜素甜條	應青	鮮瓜海結湯			3.2	2.1	1.6	2.1	0	0	516
10/17	五	咖哩蔬菜燴飯 + 日式天婦羅 + 應青 + 味噌蔬菜湯							3.2	1.9	1	1.9	0	0	477
10/20	一	*芝麻飯	雞肉親子丼	地瓜桎	應青	南瓜金針湯		東園牛奶	3.6	2.6	1	3.1	0	1	762
10/21	二	*1客家炒粿條 + *夜市風油豆腐x1 + 應青 + 玉米蛋花湯					三民水果	東門牛奶	3	2.1	1	2.1	1	1	697
10/22	三	小米飯	義式菇菇炒蛋	椒麻豆腐	應青	四寶甜湯	東園水果	三民牛奶	4.2	2.5	0.9	2.5	1	1	827
10/23	四	糙米飯	飄香大黑干	鮮菇鮮瓜	應青	白菜滷湯	東門水果		3.2	2.2	1.6	2.2	1	0	588
10/24	五	光復放假													
10/27	一	小米飯	★三杯鮑菇	地瓜燉菜	應青	肉骨茶湯		東園牛奶	3.6	1.9	1.4	1.9	0	1	665
10/28	二	炒麵麵包(大亨堡x1) + 素麥克雞塊x3 + 味噌豆腐湯						東門牛奶	3.8	2.6	0.5	2.6	0	1	741
10/29	三	燕麥飯	★醬燒麵腸	★起司玉米炒蛋	應青	綠豆地瓜湯		三民牛奶	4.3	2.3	1.4	2.3	0	1	762
10/30	四	麥片飯	打拋碎干丁	角螺燴鮮瓜	應青	★秋葵馬鈴薯濃湯			3.5	1.8	1.7	1.8	0	0	504
10/31	五	★獅子頭燴飯(素獅子頭x2) + 應青 + 竹筍肉絲湯							3.2	2.1	1.5	2.1	0	0	514

★新菜色

三校午餐菜單會議 決議通過
初版 藝慶企業有限公司營養師 陳

※ 本菜單部分菜色含有花生、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆及其製品，不適合對其過敏體質者食用，對花生堅果類過敏, 請注意菜單中標示「*」「*1」的菜色，1為調味料中含過敏原，其餘過敏原請參照菜色明細。

由於菜色搭配變化，應青可能添加枸杞、木耳、不辣辣椒，還請特別注意當日菜色。

應青:空心菜, 青花菜, 白花菜, 豆芽菜, 萵苣, 大白菜, 小白菜, 蚵白菜, 大A菜, 小A菜, 高麗菜, 冬瓜, 大黃瓜, 小黃瓜, 油菜, 青木瓜, 白蘿蔔, 胡瓜, 四季豆, 芥藍菜

三民國小.東門國小.東園國小 學校午餐
114 年 10 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	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
10/1	三	糙米飯	家常豆腐 盒裝豆腐 鮑菇頭 三色丁	鮮炒雙花1 花椰菜 青花菜 生香菇 油片絲	應青	芋香西米露 芋頭丁 西谷米		三民豆漿	4.1	2.5	1.4	1.5			577
10/2	四	海苔飯	#椒鹽魚丁2 魚丁 馬鈴薯 胡椒鹽粉	彩繪小炒 彩椒 豆干片 胡蘿蔔	應青	海帶黃芽湯1 海帶芽 黃豆芽 皮絲		東門豆漿	3.6	3.9	0.9	2.8			693
10/3	五	★陽春麵(白油麵.絞肉.生香菇.豆芽菜.青蔥.碎紅蔥)+ 香滷豬排(帶骨豬排*1)+ 應青(應青.蒜頭)+ 香煮玉米(1/2玉米段*1)						東園豆漿	3.7	3.2	1.1	1.8			608
10/6	一	中秋放假													
10/7	二	#海鮮粥1(白米.小米.蝦仁.絞肉.魷魚.高麗菜.芹菜)+雞柳條(雞柳條*2)+ 應青(應青.蒜頭)+ 菜包(菜包*1)					三民水果		3.5	1.7	1.2	2.85	1		591
10/8	三	糙米飯	糖醋豆包 豆包 洋蔥 彩椒 番茄醬 白醋	蛋酥白菜 大白菜 木耳絲 胡蘿蔔 洗選蛋 生香菇	應青	綠豆薏仁湯 綠豆 薏仁	東園水果		4.2	1.5	1.3	1.5	1		567
10/9	四	麥片飯	★芋香燒雞 帶骨雞胸丁 骨腿丁 芋頭丁 胡蘿蔔	美味香腸 香腸 *1	應青	#1*1書香湯 高麗菜 番茄 玉米粒 木耳 洋蔥	東門水果		3.8	2.5	0.8	2.2	1		633
10/10	五	雙十放假													
10/13	一	黎麥飯	*鮮瓜堅果炒雞丁 帶骨雞胸丁 骨腿丁 腰果 鮮瓜	螞蟻上樹 冬粉 絞肉 高麗菜 木耳 胡蘿蔔	應青	榨菜肉絲湯 榨菜絲 肉絲 大白菜		東園牛奶	3.9	1.8	1.5	1.8		1	677
10/14	二	#★小卷米粉湯(粗米粉.豆芽菜.胡蘿蔔.香菇.紅蔥頭.小卷*2)+ 應青(應青.蒜頭)+ ★肉圓(肉圓*1)+ *綜合堅果包(綜合堅果包*1)						東門牛奶	3.4	2.8	1	2.2		1	722
10/15	三	五穀飯	毛豆炒蛋 洗選蛋 毛豆仁 胡蘿蔔	三杯油豆腐1 小四角油豆腐 鮑菇頭 老薑	應青	紅豆QQ湯 紅豆 QQ		三民牛奶	4	2.6	0.8	2.5		1	758
10/16	四	燕麥飯	★筍香肉燥 絞肉 筍乾 胡蘿蔔 碎紅蔥	蔬菜甜條 青花菜 洋蔥 甜不辣條	應青	鮮瓜海結湯1 鮮瓜 海帶結			3.2	2.1	1.6	2.1			516
10/17	五	咖哩燴飯(白米.糙米.絞肉.洋蔥.馬鈴薯.胡蘿蔔.咖哩粉)+ #香炸魚片(魚片*1)+ 應青(應青.蒜頭)+ #1味噌蔬菜湯(高麗菜.盒裝豆腐.柴魚片.味噌)							3.2	2.5	1	1.9			522
10/20	一	*芝麻飯	#1雞肉親子丼1 清肉片 洗選蛋 洋蔥 紅蘿蔔 柴魚片	地瓜槌 地瓜槌 *2	應青	南瓜金針湯 南瓜 金針菇 絞肉		東園牛奶	3.6	2.2	1	3.1		1	732
10/21	二	客家炒飯條3(板條.肉絲.綠豆芽.紅蔥頭.木耳.胡蘿蔔)+ #脆皮蝦捲(脆皮蝦捲*2)+ 應青(應青.蒜頭)+ 玉米蛋花湯(玉米粒.洗選蛋.蔥)					三民水果	東門牛奶	3	2.4	1	2.1	1	1	720
10/22	三	小米飯	義式菇菇炒蛋1 洗選蛋 鮑魚菇 高麗菜 義式香料	椒麻豆腐 盒裝豆腐 番茄 小黃瓜 花椒粒	應青	四寶甜湯 綠豆 紅豆 花豆 麥片	東園水果	三民牛奶	4.2	2.5	0.9	2.5	1	1	827
10/23	四	糙米飯	滷雞排 雞排 *1	#開陽鮮瓜 鮮瓜 肉絲 蝦皮 胡蘿蔔	應青	白菜滷湯 大白菜 竹筍 角螺 木耳絲	東門水果		3.2	2.2	1.6	2.2	1		588
10/24	五	光復放假													
10/27	一	小米飯	三杯雞丁1 帶骨雞胸丁 骨腿丁 1/4豆干丁 洋蔥	★地瓜燉菜 地瓜 青花菜 胡蘿蔔 絞肉	應青	肉骨茶湯1 白蘿蔔 凍豆腐 肉骨茶包		東園牛奶	3.6	2.2	1.4	1.9		1	688
10/28	二	炒麵麵包1(大亨堡.白油麵.肉絲.高麗菜.胡蘿蔔.生香菇.海苔粉)+ 麥克雞塊*3(麥克雞塊*3)+ #味噌鮮魚湯(乾海帶芽.盒裝豆腐.魚丁.味噌)						東門牛奶	3.8	2.7	0.5	2.6		1	748
10/29	三	燕麥飯	★醬燒麵腸 麵腸(切) 高麗菜 彩椒	★起司玉米炒蛋 洗選蛋 玉米粒 起司	應青	綠豆地瓜湯 綠豆 地瓜		三民牛奶	4.3	2.3	1.4	2.3		1	762
10/30	四	麥片飯	#1打拋豬肉1 絞肉 番茄 洋蔥 魚露	角螺燴鮮瓜1 鮮瓜 胡蘿蔔 角螺 香菇	應青	馬鈴薯絞肉湯 馬鈴薯 胡蘿蔔 絞肉			3.5	1.7	1.7	1.8			496
10/31	五	★獅子頭燴飯(白米.糙米.大白菜.香菇.胡蘿蔔.玉米筍.獅子頭*2)+ 應青(應青.蒜頭)+竹筍燉雞湯(竹筍.骨腿丁)							3.2	1.7	1.5	2.1			484
★新菜色 ※ 本菜單使用之豬肉、牛肉皆為國產在地食材															
※ 本菜單部分菜色含有甲殼類、花生、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類及其製品，不適合對其過敏體質者食用															
對海鮮類過敏,請注意菜單中標示「#」「#1」的菜色;對花生堅果類過敏,請注意菜單中標示「*」「*1」的菜色,1為調味料中含過敏原,其餘過敏原請參照菜色明細。															
部份菜色可能會含有骨頭、碎骨或細刺,請注意並小心食用。 由於菜色搭配變化,應青可能添加枸杞、木耳、不辣辣椒,還請特別注意當日菜色。															
應青:空心菜.青花菜.白花菜.豆芽菜.萵苣.大白菜.小白菜.蚵白菜.大A菜.小A菜.高麗菜.冬瓜.大黃瓜.小黃瓜.油菜.青木瓜.白蘿蔔.胡瓜.四季豆.芥藍菜															

藝慶企業有限公司 營養師 陳雅好

114 年 10 月份午餐食譜 (素)

應青：空心菜、青花菜、白花菜、豆芽菜、萵苣、大白菜、小白菜、蚵白菜、大A菜、小A菜、高麗菜、冬瓜、大黃瓜、小黃瓜、油菜、青木瓜、白蘿蔔、胡瓜、四季豆、芥藍菜

動物性: 0 植物性: 1.5

日期： 10/1 (三)

48生+38師+2員工+4檢體

素食 92 人

[illegible]

動物性: 1.7 植物性: 1.2

日期： 10/2 (四)

48生+38師+2員工+4檢體

素食 92 人

[illegible]

新竹市東區三民國民小學學校午餐食材個人重量及總重量表

動物性： 2.2 植物性：

學校名稱：新竹市東區三民國民小學

日期： 10/3 (五)

5517生+289師+22員工+4檢體

48生+38師+2員工+4檢體

葷食 5832 人 +個數60備

素食 92 人 +個數15備

	食物內容	採購量		實際到貨量		備註		食物內容	採購量		實際到貨量		備註
主食	白油麵	克/人	公斤	總人數量	公斤			白油麵	克/人	公斤	總人數量	公斤	
	白油麵	135	784	798	公斤			白油麵	135	12	取自葷	公斤	
主菜	陽春麵	克/人	公斤	總人數量	公斤			陽春麵	克/人	公斤	總人數量	公斤	
	絞肉	10	57	57	公斤	0.3		素絞肉	10	1	1	斤	0.3
	生香菇	5	29	30	公斤			生香菇	5	0	取自葷	公斤	
	豆芽菜	34	195	197	公斤			豆芽菜	25	2	取自葷	公斤	
	青蔥	1	3	3	公斤			毛豆仁	10	1	1	公斤	0.3
	碎紅蔥			4	斤								
						炒							
副菜	香滷豬排	克/人	公斤	總人數量	公斤			茄香豆腐	克/人		總人數量	公斤	
	帶骨豬排			5890	塊	1.9		豆腐	100	9	2	大板	1.2
	*1							*1					
	滷包			2	包			茄子	25	2	2	公斤	
								青椒	6	1	半	斤	
						滷							
青菜	應青	克/人		總人數量	公斤			應青	克/人	公斤	總人數量	公斤	
	青菜	57	333	350	公斤			青菜	57	5	取自葷	公斤	
	蒜角	1	3	5	斤	炒		薑絲	0	0	0.5	斤	
湯	香煮玉米	克/人	公斤	總人數量	公斤			香煮玉米	克/人	公斤	總人數量	公斤	
	1/2玉米段			5990	塊			1/2玉米段			取自葷	公斤	
	*1							*1					
						煮							
先送		克/人	公斤	總人數量	公斤				克/人	公斤	總人數量	公斤	
													1.8

	總計	平均
動物性	3.9	1.3
植物性	25.0	8.3

動物性: 1.7 植物性:

日期： 10/7 (二)

48生+38師+2員工+4檢體

素食 92 人

[illegible]

動物性: 0.1 植物性: 1.4

日期： 10/8 (三)

48生+38師+2員工+4檢體

素食 92 人

[illegible]

新竹市東區三民國民小學學校午餐食材個人重量及總重量表

動物性： 2.5 植物性：

學校名稱：新竹市東區三民國民小學

日期： 10/9 (四)

5517生+294師+22員工+4檢體

48生+38師+2員工+4檢體

葷食 5837 人

素食 92 人

	食物內容	採購量		實際到貨量		備註		食物內容	採購量		實際到貨量		備註
主食	麥片飯	克/人	公斤	總人數量	公斤			麥片飯	克/人	公斤	總人數量	公斤	
	白米	49	285	395	公斤	老永昌		白米	49	4	取自葷	公斤	
	麥片	10	58	60	公斤	提前		麥片	10	1	取自葷	公斤	
主菜	芋香燒雞	克/人	公斤	總人數量	公斤			芋香車輪	克/人	公斤	總人數量	公斤	
	帶骨雞胸丁	30	173	174	公斤	0.9		小車輪	10	1	1	公斤	1.0
	骨腿丁	30	173	171	公斤	0.6		芋頭丁	28	3	取自葷	公斤	
	芋頭丁	30	173	177	公斤			胡蘿蔔	10	1	取自葷	公斤	
	胡蘿蔔	10	55	56	公斤			杏鮑菇	15	1	1	公斤	
副菜	美味香腸	克/人	公斤	總人數量	公斤			美味香腸	克/人	公斤	總人數量	公斤	
	香腸			5897	個	1		素香腸			204	根	1.2
	*1							*2					
青菜	應青	克/人		總人數量	公斤			應青	克/人	公斤	總人數量	公斤	
	青菜	57	333	350	公斤			青菜	57	5	取自葷	公斤	
	蒜角	0	0	5	斤			薑絲	0	0	0.5	斤	
湯	書香湯	克/人	公斤	總人數量	公斤			書香湯	克/人	公斤	總人數量	公斤	
	高麗菜	15	85	86	公斤			高麗菜	15	1	取自葷	公斤	
	番茄	8	47	48	公斤			番茄	8	1	取自葷	公斤	
	玉米粒	5	29	30	公斤			玉米粒	5	0	取自葷	公斤	
	木耳	3	18	18	公斤			木耳	3	0	取自葷	公斤	
	洋蔥	3	18	18	公斤								
先送		克/人	公斤	總人數量	公斤				克/人	公斤	總人數量	公斤	
	紅藜麥	1	3	4	斤								
	冬粉	8	47	48	公斤								
													2.2

	總計	平均
動物性	4.3	1.4
植物性	1.4	0.5

動物性: 1.8 植物性:

日期：10/13 (一)

48生+39師+2員工+4檢體

素食 94 人

[illegible]

動物性: 2.8 植物性: 0

日期：10/14 (二)

48生+38師+2員工+4檢體

素食 92 人

[illegible]

動物性： 1.2 植物性： 1.3

日期：10/15（三）

48生+38師+2員工+4檢體

素食 92 人

[illegible]

動物性: 2.1 植物性: 0

日期：10/16（四）

48生+38師+2員工+4檢體

素食 92 人

[illegible]

新竹市東區三民國民小學學校午餐食材個人重量及總重量表

動物性： 2 植物性： 0.5

學校名稱：新竹市東區三民國民小學

日期： 10/17 (五)

5517生+289師+22員工+4檢體

48生+38師+2員工+4檢體

葷食 5832 人 +個數60備

素食 92 人 +個數15備

	食物內容	採購量		實際到貨量		備註		食物內容	採購量		實際到貨量		備註
主食	糙米飯	克/人	公斤	總人數量	公斤			糙米飯	克/人	公斤	總人數量	公斤	
	白米	50	292	297	公斤			白米	50	5	取自葷	公斤	
	糙米	10	58	60	公斤			糙米	10	1	取自葷	公斤	
主菜	咖哩燴飯	克/人	公斤	總人數量	公斤			咖哩蔬菜燴飯	克/人	公斤	總人數量	公斤	
	絞肉	10	57	57	公斤	0.3		素絞肉	10	1	1	公斤	提前0
	洋蔥	30	175	175	公斤			馬鈴薯	35	3	取自葷	公斤	
	馬鈴薯	30	175	178	公斤			胡蘿蔔	15	1	取自葷	公斤	
	胡蘿蔔	10	58	60	公斤			咖哩粉	1	0	取自葷	公斤	
	咖哩粉			6	盒								
副菜	香炸魚片	克/人	公斤	總人數量	公斤			日式天婦羅	克/人	公斤	總人數量	公斤	
	魚片			5890	片	1.7		地瓜	50	5	5	公斤	提前
	*1							胡蘿蔔	20	2	取自葷	公斤	
								香菜			1	小把	
								中干丁	30	3	3	公斤	0.8
								脆酥粉			2	大包	
青菜	應青	克/人	公斤	總人數量	公斤			應青	克/人	公斤	總人數量	公斤	
	青菜	57	332	350	公斤			青菜	57	5	取自葷	公斤	
	蒜角	0	0	5	斤			薑絲	0	0	0.5	斤	
湯	味噌蔬菜湯	克/人	公斤	總人數量	公斤			味噌蔬菜湯	克/人	公斤	總人數量	公斤	
	高麗菜	15	87	88	公斤			高麗菜	15	1	取自葷	公斤	
	盒裝豆腐	20	114	116	公斤	0.5		盒裝豆腐	20	2	取自葷	公斤	0.5
	柴魚片			2	包			味噌		0	取自葷	公斤	
	味噌			4	大箱								
先送		克/人	公斤	總人數量	公斤				克/人	公斤	總人數量	公斤	
													1.3

	總計	平均
動物性	8.7	2.2
植物性	0.5	0.1

動物性: 2.6 植物性: 0

日期：10/20 (一)

48生+39師+2員工+4檢體

素食 94 人

[illegible]

動物性: 1.5 植物性:

日期：10/21 (二)

48生+38師+2員工+4檢體

素食 92 人

2.1

動物性: 1.1 植物性: 1.4

日期：10/22 (三)

48生+38師+2員工+4檢體

素食 92 人

[illegible]

新竹市東區三民國民小學學校午餐食材個人重量及總重量表

動物性： 2 植物性： 0.2

學校名稱：新竹市東區三民國民小學

日期： 10/23 (四)

5517生+294師+22員工+4檢體

48生+38師+2員工+4檢體

葷食 5837 人

素食 92 人

	食物內容	採購量		實際到貨量		備註		食物內容	採購量		實際到貨量		備註
主食	糙米飯	克/人	公斤	總人數量	公斤			糙米飯	克/人	公斤	總人數量	公斤	
	白米	49	285	300	公斤	老永昌		白米	49	4	取自葷	公斤	
	麥片	10	55	60	公斤	老永昌		糙米	15	1	取自葷	公斤	
主菜	滷雞排	克/人	公斤	總人數量	公斤			飄香大黑干	克/人	公斤	總人數量	公斤	
	雞排		0	5895	塊	1.8		九切大黑干	人半顆		50	塊	2.0
	*1							八角			1	包	
								五香粉			1	盒	
								素肚	40	4	4	公斤	
副菜	開陽鮮瓜	克/人	公斤	總人數量	公斤			鮮菇鮮瓜	克/人	公斤	總人數量	公斤	
	鮮瓜	65	376	382	公斤			鮮瓜	65	6	取自葷	公斤	
	肉絲	2	12	12	公斤	0.1		鮮菇	2	0	取自葷	公斤	
	蝦皮	0	2	3	斤	0.05		胡蘿蔔	3	0	取自葷	公斤	
	胡蘿蔔	3	18	18	公斤								
青菜	應青	克/人	公斤	總人數量	公斤			應青	克/人	公斤	總人數量	公斤	
	青菜	57	333	350	公斤			青菜	57	5	取自葷	公斤	
	蒜角	0	0	5	斤			薑絲	0	0	0.5	斤	
湯	白菜滷湯	克/人	公斤	總人數量	公斤			白菜滷湯	克/人	公斤	總人數量	公斤	
	大白菜	26	152	154	公斤			大白菜	26	2	取自葷	公斤	
	竹筍	3	18	18	公斤			竹筍	3	0	取自葷	公斤	
	角螺	3	18	18	公斤	0.2		角螺	3	0	取自葷	公斤	0.2
	木耳絲	3	18	3	包			木耳絲	3	0	取自葷	公斤	
先送		克/人	公斤	總人數量	公斤				克/人	公斤	總人數量	公斤	
													2.2

	總計	平均
動物性	6.1	1.5
植物性	0.2	0.1

動物性: 1.6 植物性: 0.6

日期：10/27 (一)

48生+39師+2員工+4檢體

素食 94 人

[illegible]

動物性: 2.2 植物性: 0.4

日期：10/28 (二)

48生+38師+2員工+4檢體

素食 92 人

[illegible]

動物性: 1.3 植物性: 1

日期：10/29 (三)

48生+38師+2員工+4檢體

素食 92 人

[illegible]

動物性: 1.5 植物性: 0.2

日期：10/30（四）

48生+38師+2員工+4檢體

素食 92 人

[illegible]

新竹市東區三民國民小學學校午餐食材個人重量及總重量表

動物性： 1.7 植物性：

學校名稱：新竹市東區三民國民小學

日期： 10/31 (五)

5517生+289師+22員工+4檢體

48生+38師+2員工+4檢體

葷食 5832 人 +個數60備

素食 92 人 +個數15備

	食物內容	採購量		實際到貨量		備註		食物內容	採購量		實際到貨量		備註
主食	糙米飯	克/人	公斤	總人數量	公斤			糙米飯	克/人	公斤	總人數量	公斤	
	白米	49	285	300	公斤	老永昌		白米	49	4	取自葷	公斤	
	糙米	10	55	60	公斤	老永昌		糙米	10	1	取自葷	公斤	
主菜	獅子頭燴飯	克/人	公斤	總人數量	公斤			獅子頭燴飯	克/人	公斤	總人數量	公斤	
	大白菜	50	292	297	公斤			大白菜	40	4	取自葷	公斤	
	香菇	5	26	26	公斤			香菇	5	0	取自葷	公斤	
	胡蘿蔔	5	29	29	公斤			胡蘿蔔	5	0	取自葷	公斤	
	玉米筍	3	17	17	公斤			玉米筍	3	0	取自葷	公斤	
								豆包	15	1	1	公斤	0.5
副菜	獅子頭	克/人	公斤	總人數量	公斤			素獅子頭	克/人		總人數量	公斤	
	獅子頭			11780	顆	1.6		素獅子頭			218	顆	1.2
	*2							*2					
青菜	應青	克/人	公斤	總人數量	公斤			應青	克/人	公斤	總人數量	公斤	
	青菜	57	332	350	公斤			青菜	57	5	取自葷	公斤	
	蒜角	0	0	5	斤			薑絲	0	0	0.5	斤	
湯	竹筍嫩雞湯	克/人	公斤	總人數量	公斤			竹筍肉絲湯1	克/人	公斤	總人數量	公斤	
	竹筍	30	172	174	公斤			竹筍	25	2	取自葷	公斤	
	骨腿丁	5	29	30	公斤	0.1		素肉絲	10	1	1	公斤	0.4
先送		克/人	公斤	總人數量	公斤				克/人	公斤	總人數量	公斤	
													2.1

	總計	平均
動物性	7.0	1.8
植物性	1.2	0.3