

檔 號：
保存年限：

便簽 於 學生事務處

中華民國 112 年 2 月 16 日

檢陳 111 學年度第 2 學期學校午餐供應委員會議紀錄乙份，請鑒核。

幹事郭文芳 0216/1021

代理教師兼衛生組長 周宇傑

學生事務處 章政宏

敬陳 校長

如擬
洪國峰
0217/400

敬會

事務組

組長劉至敏
0216/1423

總務處

總務處教師 詹佑民
兼總務主任
0216/1500

臺北市立龍山國中 111 學年度第 2 學期

學校午餐供應委員會 會議紀錄

壹、時間：112 年 2 月 14 日(週二) 中午 12:35

貳、地點：3 樓 E 化教室

參、主席：韋政宏主任

記錄：郭文芳

肆、出、列席人員：如簽到表

伍、主席報告：本次會議針對以下事項進行說明

一、審查 112 年 3 月菜單(統鮮)。

陸、業務報告及廠商回應：

一、周宇傑組長：

1. 112 年 1 月份午餐滿意度調查結果為很滿意 17%、滿意 44%、可接受 36%、不滿意 3%、很不滿意 0%

2. 建議新增菜色-牛排、奶茶、冰仙草凍、炸雞腿、魚、墨西哥雞腿，建議刪除菜色-酸筍炒肉(不習慣此味道)、芋頭飯，其他-炸雞多一點以及湯可以熱一點，有時喝的時候就冷掉了！

3. 112 年 1 月份午餐無異常情形發生。

柒、菜單審核與討論：(菜單詳見附件)

◎葷食菜單：無修改。

◎素食菜單：會後廠商 3/23「鮑菇黃瓜」調整為「紅仁黃瓜」。

捌、校長指導：

無。

散會：同日 12:50

7統鮮美食112年3月菜單



龍山國中

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

營養師：陳芝庭(營養字第0651號)

日期	星期	主食	主菜	副菜1	副菜2	青菜	湯品	附註	全穀	豆魚	蛋	油	糖
1	三	有機白飯 有機米	麻油米糕雞 雞肉塊+米血糕+麻油-煮	客家小炒 豆干+豬肉絲+乾魷魚+芹菜-炒	茼蒿高麗 高麗菜+茼蒿-炒	有機蔬菜	珍珠奶茶 粉圓+茶色+奶粉	水果	6.2	2.5	2.4	2.6	799
2	四	日式炒烏龍 麵+豬肉絲+高麗菜+香菇	里肌豬排X1 豬排(55-60g)-油	洋芋炒蛋 洋芋+雞蛋-炒	雙色花椰 綠花椰+白花椰+紅蘿蔔-炒	有機蔬菜	關東煮湯 白蘿蔔+玉米段+油豆腐		6.2	2.5	2.3	2.6	796
3	五	糙米飯 白米+糙米	★唐揚炸雞X4 雞肉塊X4(60g/份)-炸	咖哩肉醬 馬鈴薯+豬絞肉+紅蘿蔔-煮	金菇三絲 金針菇+海帶絲+芹菜-炒	有機蔬菜	味噌豆腐湯 豆腐+洋蔥+柴魚片		6.3	2.4	2.5	2.4	792
6	一	大麥飯 白米+大麥	滷豬腳 豬肉塊+豬蹄+竹筍-油	玉米炒蛋 玉米粒+雞蛋+紅蘿蔔-炒	白菜滷 大白菜+紅蘿蔔+香菇-煮	青菜	麵線羹 紅麵線+金針菇+紅蘿蔔		6.6	2.4	2.5	2.3	808
7	二	白飯 白米	蒲燒魚排X1 虱目魚排(40-45g)-燒	卡邦尼燉雞 雞肉塊+馬鈴薯+南瓜+洋葱-燉	脆炒四季 四季豆+紅蘿蔔+蒜-炒	青菜	蕃茄蛋花湯 蕃茄+高麗菜+雞蛋		6.5	2.4	2.5	2.4	806
8	三	有機白飯 有機米	蒜泥肉片 豬肉片+綠豆芽+蒜-淋	鴿蛋滷味 豆干+鴿蛋+紅蘿蔔+海帶結-油	木耳高麗 高麗菜+木耳+時蔬-炒	有機蔬菜	紅豆紫米湯 紅豆+紫米		6.4	2.5	2.4	2.3	799
9	四	地瓜飯 白米+地瓜	★炸雞排X1 雞排X1(80-90g)-炸	貢丸泡菜鍋 板豆腐+貢丸+自製泡菜+紅蘿蔔+蔥-煮	韓式雜菜 綠色蔬菜+冬粉+洋葱-炒	有機蔬菜	韓式大醬湯 白蘿蔔+紅蘿蔔+洋葱		6.5	2.5	2.3	2.4	808
10	五	香蔥雞滷飯 白米+豬絞肉+雞肉	黑胡椒豬柳 豬肉排+洋葱+蒜+彩椒-炒	焗烤起司洋芋薯塊 馬鈴薯+紅蘿蔔+毛豆+起司-烤	三角油豆腐 油豆腐X2-煮	有機蔬菜	黃瓜雞湯 大黃瓜+杏鮑菇+雞骨	乳品	6.3	2.4	2.5	2.4	792
13	一	蕎麥飯 白米+蕎麥	三杯雞 雞肉塊+杏鮑菇+九層塔-炒	古早味赤肉羹 大白菜+肉羹X2+紅蘿蔔+香菇+香菜-煮	香甜玉米 玉米段X1-煮	青菜	蘿蔔排骨湯 白蘿蔔+紅蘿蔔+豬大骨		6.4	2.7	2.4	2.3	814
14	二	玉米飯 白米+玉米粒	蒜味肉條 豬肉切條X4-燒	蕃茄炒蛋 雞蛋+蕃茄+洋葱-煮	紅蔥豆芽 豆芽菜+紅蘿蔔+蔥段-炒	青菜	酸辣清湯 豆腐+竹筍+紅蘿蔔		6.5	2.5	2.3	2.2	799
15	三	有機白飯 有機米	日式筑前煮 雞肉+白蘿蔔+豆皮+筍+香菇-煮	台式香腸X1 香腸(30g)X1-烤	清炒花椰 綠花椰+白花椰+紅蘿蔔-炒	有機蔬菜	巧達濃湯 馬鈴薯+紅蘿蔔+雞蛋	水果	6.3	2.6	2.3	2.6	811
16	四	白飯 白米	咖哩豬 豬肉塊+馬鈴薯+紅蘿蔔-煮	★炸雞翅X1 三節雞翅X1(50-55g)-炸	芝麻海結 海帶結+芝麻-油	有機蔬菜	綠豆大麥湯 綠豆+大麥		6.2	2.7	2.4	2.3	800
17	五	蘑菇肉醬鐵板麵 麵+豬絞肉+蘑菇+紅蘿蔔	堅果糖醋魚 魚肉塊+洋葱+杏仁片-燒	滷蛋X1 雞蛋+時蔬-油	香菇白菜 大白菜+南瓜+香菇-煮	有機蔬菜	味噌蛋花湯 海帶芽+雞蛋+味噌		6.3	2.5	2.5	2.3	795
20	一	胚芽飯 白米+胚芽米	打拋肉 豬絞肉+蕃茄+洋葱+九層塔-煮	醬燒雞肉串X1 雞肉串X1(40g)-燒	木耳粉絲 豆芽菜+冬粉+木耳-炒	青菜	玉米濃湯 玉米+雞蛋+紅蘿蔔		6.2	2.5	2.6	2.7	808
21	二	白飯 白米	香蒜雞塊 雞肉塊+地瓜+蒜-炒	醃醬肉燥 豆干+竹筍+豬絞肉+香菇+毛豆-煮	清炒高麗 高麗菜+紅蘿蔔-炒	青菜	冬瓜排骨湯 冬瓜+薑絲+豬大骨		6.3	2.6	2.6	2.8	827
22	三	有機白飯 有機米	醋溜排骨 豬肉塊-燒	南瓜豆腐 豆腐+南瓜+紅蘿蔔-煮	彩繪四季 四季豆+彩椒-炒	有機蔬菜	竹筍雞湯 竹筍+香菇+雞骨		6.7	2.4	2.3	2.1	801
23	四	香鬆飯(附香鬆包) 白米+海苔香鬆	滷雞排X1 雞排(80-90g)-油	關東煮 米血糕+魚丸X2+黑輪段+玉米段-煮	脆拌黃芽 黃豆芽+紅蘿蔔+芹菜-拌	有機蔬菜	芋頭地瓜西米露 芋頭+地瓜+西谷米		6.5	2.6	2.4	2.4	818
24	五	雜糧飯 白米+雜糧米	梅干扣肉 豬肉片+筍干+梅干菜-煮	紅蘿蔔蒸蛋 紅蘿蔔+雞蛋-蒸	川耳黃瓜 大黃瓜+川耳-煮	有機蔬菜	薑絲海芽湯 海帶芽+金針菇+薑絲	乳品	6.4	2.5	2.2	2.3	794
25	六	白飯 白米	義式香草雞 雞肉塊+西芹+彩椒-煮	酸甜蝦排X1 蝦排(40-45g)-燒	什錦年糕 大白菜+年糕+紅蘿蔔-煮	青菜	枸杞鮮瓜湯 時瓜+杏鮑菇+枸杞+紅棗		6.6	2.4	2.5	2.3	808
27	一	糙米飯 白米+糙米	醬燒魚排X1 魚排(35g)-燒	翡翠炒蛋 雞蛋+紅蘿蔔+綠色蔬菜-炒	焗烤洋芋 馬鈴薯+起司-烤	青菜	日式豚骨湯 白蘿蔔+玉米粒+豬大骨	補助豆漿	6.6	2.4	2.5	2.3	808
28	二	白飯 白米	肉骨茶燉肉 豬肉塊+杏鮑菇+紅蘿蔔+蒜仁炒	脆皮海鮮丸X2 海鮮丸(18g/顆)X2-烤	木耳花椰 綠花椰+白花椰+木耳-炒	青菜	味噌湯 豆腐+海帶芽+味噌		6.2	2.5	2.4	2.6	799
29	三	有機白飯 有機米	黃金泡菜雞 雞肉+自製黃金泡菜+紅蘿蔔+蔥-煮	五香獅子頭X1 獅子頭X1(25-30g)+豆芽菜+紅蘿蔔-煮	塔香海根 海帶根+九層塔-油	有機蔬菜	奇亞籽麥茶 麥茶+奇亞籽	水果	6.6	2.4	2.5	2.3	809
30	四	肉絲蛋炒飯 有機米+豬肉絲+雞蛋	★炸豬排X1 豬排(50-60g)-炸	榨菜煸香干 豆干+肉絲+紅蘿蔔+榨菜-炒	清炒高麗 高麗菜+紅蘿蔔-煮	有機蔬菜	大滷湯 麵疙瘩+竹筍+紅蘿蔔+香菇		6.2	2.5	2.4	2.6	799
31	五	燕麥飯 白米+燕麥	左宗棠雞 雞肉塊+小黃瓜-燒	竹筍炒肉絲 竹筍+豬肉絲+紅蘿蔔-炒	毛豆三色 毛豆+玉米粒+豆筍+紅薯-炒	有機蔬菜	米粉湯 粗米粉+高麗菜+香菇+芹菜		6.5	2.5	2.3	2.4	808

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

★保護我們眼睛的食物大多為深黃色及深綠色蔬菜，如胡蘿蔔、南瓜、玉米、菠菜等，另外動物性的肝臟、雞蛋、魚肝油等。

統鮮112年3月素菜單龍山國中

※本公司全面使用【非基因改造】玉米及黃豆製品

服務電話：(02)2999-0088

日期	星期	主食	主菜	副菜1	副菜2	青菜	湯品	備註	全穀根莖	豆魚肉蛋	蔬菜	油脂	熱量
1	三	有機白飯 有機米	彩椒豆包 豆包+彩椒-油	芹香素肚 素肚+西芹-炒	玉筍花椰 花椰菜+玉米筍+木耳-炒	有機蔬菜	竹筍湯 竹筍+素羊肉	水果	6.1	2.6	2.3	2.5	792
2	四	胚芽飯 白米+胚芽米	南瓜豆腐 豆腐+南瓜+毛豆-煮	紅蘿蔔炒蛋 紅蘿蔔+雞蛋-炒	雜菜粉絲 菠菜+冬粉+木耳+紅蘿蔔-炒	有機蔬菜	薑絲海芽湯 海帶芽+豆芽菜+薑絲		6.4	2.5	2.5	2.5	811
3	五	糙米飯 白米+糙米	玉米油豆腐煮 油豆腐+蘿蔔+玉米+素米糕-煮	茄汁豆干 豆干+青豆-燒	紅燒馬鈴薯 馬鈴薯+紅蘿蔔+小香菇-煮	有機蔬菜	麵線羹 麵線+金針菇+紅蘿蔔		6.3	2.4	2.6	2.6	803
6	一	大麥飯 白米+大麥	蘑菇醬豆腐 豆腐+蘑菇醬+蘑菇+香菇-煮	沙茶麵輪 麵輪+沙茶醬-煮	玉米總匯 玉米+豆薯+香菇+素火腿-炒	產銷履歷青菜	枸杞冬瓜湯 冬瓜+枸杞+薑絲		6.4	2.3	2.5	2.7	805
7	二	香菇油飯 白米+糯米+香菇	蜜汁四分干 四分干+芝麻-燒	芋頭素雞 素雞丁+芋頭+香菜-燒	味噌蘿蔔 白蘿蔔+大丁+紅蘿蔔-油	產銷履歷青菜	素肉骨茶湯 大白菜+素肉骨茶包+紅蘿蔔		6.3	2.6	2.4	2.5	809
8	三	有機白飯 有機米	三杯素肥腸 豆腐+九層塔-燒	咖哩豆腐 凍豆腐+馬鈴薯+紅蘿蔔-煮	脆炒銀芽 豆芽+芹菜+紅蘿蔔-炒	有機蔬菜	玉米素丸湯 玉米粒+素丸子		6.3	2.5	2.5	2.6	808
9	四	地瓜飯 白米+地瓜	客家小炒 豆干+紅蘿蔔+芹菜+素肉絲-炒	蒸蛋 雞蛋-蒸	雙色花椰 雙色花椰+木耳-炒	有機蔬菜	黃瓜湯 大黃瓜+紅蘿蔔		6.3	2.6	2.5	2.4	807
10	五	紅藜胚芽飯 白米+紅藜麥+胚芽米	黑豆蘭花干 蘭花干+黑豆-油	香椿豆雞 豆雞+彩椒-炒	泡菜針菇 韓式泡菜+金針菇+紅蘿蔔-煮	有機蔬菜	酸辣湯 豆腐+竹筍+紅蘿蔔+木耳	豆漿	6.3	2.3	2.3	2.6	788
13	一	蕎麥飯 白米+蕎麥	番茄干丁 豆干丁+番茄+黃豆-煮	豆瓣麵腸 麵腸+香菇+芹菜-炒	清炒高麗 高麗菜+紅蘿蔔+蒜-煮	產銷履歷青菜	日式味噌湯 白蘿蔔+紅蘿蔔+味噌		6.3	2.4	2.3	2.6	796
14	二	玉米飯 白米+玉米	滷蛋 雞蛋-油	雪裡紅豆包 豆包+雪裡紅+枸杞-煮	白醬洋芋 馬鈴薯+南瓜+紅蘿蔔+花椰-煮	產銷履歷青菜	高山金針湯 金針花+木耳		6.4	2.5	2.5	2.4	806
15	三	有機白飯 有機米	豆干小炒 豆干+芹菜+紅蘿蔔-炒	糖醋素雞塊 素雞塊+玉米粒-炒	白菜滷 大白菜+紅蘿蔔+香菇-煮	有機蔬菜	南瓜豆腐湯 南瓜+豆腐+洋芋+薑	水果	6.2	2.6	2.3	2.5	799
16	四	紫米飯 白米+紫米	素蠔油素肚 素肚+紅蘿蔔+素蠔油-炒	味噌佃煮 油豆腐+白蘿蔔+素蝦仁-煮	奶香玉米 玉米片X2-煮	有機蔬菜	客家板條湯 板條+大白菜+紅蘿蔔		6.3	2.3	2.3	2.6	788
17	五	鮮菇炒麵 麵+豆芽菜+香菇+紅蘿蔔	清蒸臭豆腐 臭豆腐+毛豆-蒸	傳統素燥 豆干+素絞肉+香菇+紅蘿蔔-煮	炒結頭菜 結頭菜+香菜-炒	有機蔬菜	榨菜竹筍湯 竹筍+榨菜		6.4	2.3	2.6	2.5	798
20	一	胚芽飯 白米+胚芽米	瓦片豆干 四分干+杏仁片-燒	皇帝豆烤麩 烤麩+皇帝豆-炒	清炒四季 四季豆+蒜-炒	產銷履歷青菜	洋芋濃湯 馬鈴薯+紅蘿蔔+西芹		6.3	2.4	2.3	2.3	782
21	二	糙米飯 白米+糙米	醬燒豆包 豆包+豆瓣醬+彩椒-炒	咖哩油腐 油豆腐+馬鈴薯+紅蘿蔔-煮	雙菇白菜 大白菜+紅蘿蔔+香菇+金針菇-煮	產銷履歷青菜	味噌湯 豆腐+海帶芽+味噌		6.4	2.4	2.3	2.4	794
22	三	有機白飯 有機米	泡菜凍腐 凍豆腐+泡菜+紅蘿蔔+豆捲-油	花生麵筋 麵筋+花生-煮	清炒金針 豆薯條+素火腿+金針花-炒	有機蔬菜	蘿蔔湯 芹菜+白蘿蔔+紅蘿蔔		6.3	2.3	2.3	2.5	784
23	四	刈包 刈包+1-蒸	筍香素東坡 素東坡肉+筍干-煮	三色干絲 干絲+紅蘿蔔+芹菜+海帶絲-煮	紅仁黃瓜 黃瓜+紅蘿蔔-煮	有機蔬菜	高麗菜鹹粥 白米+高麗菜+玉米+香菇		6.2	2.5	2.6	2.3	790
24	五	雜糧飯 白米+雜糧米	大溪豆干 豆干+芝麻-煮	南瓜炒蛋 雞蛋+南瓜-炒	冬菜粉絲 冬粉+豆芽+芹菜+木耳+冬菜-炒	有機蔬菜	大滷湯 麵疙瘩+大白菜+紅蘿蔔	豆漿	6.4	2.4	2.3	2.6	803
25	六	地瓜飯 白米+地瓜	醬燒豆腸 豆腐+彩椒-炒	玉米豆腐 板豆腐+玉米+玉米醬-煮	香菇洋芋 馬鈴薯條+香菇-煮	產銷履歷青菜	什錦三絲湯 竹筍+油片絲+香菇		6.3	2.4	2.6	2.4	794
27	一	金瓜炒米粉 米粉+南瓜+紅蘿蔔	黑胡椒素排 素排X1-蒸	芹香豆干 豆干+素腰花+芹菜-炒	雙色花椰 雙色花椰+紅蘿蔔-炒	產銷履歷青菜	海芽豆腐湯 豆腐+薑+海帶芽	補助豆漿	6.5	2.4	2.4	2.6	812
28	二	紫米飯 白米+紫米	素羊肉什錦 凍豆腐+素羊肉+角螺+酸菜-煮	蜜汁烤麩 烤麩+毛豆-燒	螞蟻上樹 高麗菜+冬粉+紅蘿蔔+香菇-炒	產銷履歷青菜	羅宋湯 馬鈴薯+番茄+西芹		6.5	2.5	2.4	2.4	808
29	三	有機白飯 有機米	三杯麵腸 麵腸+九層塔+香鮑菇-炒	菜脯油腐 油豆腐+香菇+菜脯-油	咖哩什錦 南瓜+紅蘿蔔+毛豆-煮	有機蔬菜	黃瓜鮮菇湯 黃瓜+金針菇	水果	6.4	2.6	2.5	2.5	818
30	四	芝麻飯 白米+芝麻	五香豆干 豆干+2-油	番茄炒蛋 雞蛋+番茄-炒	青醬鮑菇 馬鈴薯+香鮑菇+青醬-煮	有機蔬菜	蘿蔔玉米湯 白蘿蔔+玉米		6.4	2.5	2.4	2.5	808
31	五	燕麥飯 白米+燕麥	椒鹽海苔酥 海苔酥+地瓜-炒	酸辣湯豆腐 豆腐+金針菇+紅蘿蔔+木耳-煮	塔香冬瓜 冬瓜+九層塔-煮	有機蔬菜	養生山藥湯 山藥+馬鈴薯+大麥		6.4	2.5	2.4	2.5	808

* * * 本菜單含有花生、芝麻、堅果、麩質穀物、豆及其製品，不適者請過敏體質者食用 * * *

♥黃豆是良好的植物性蛋白質的來源，其製品有豆干、豆腐、豆包...等 另外黃豆植株也是增加土壤肥沃度的優良綠肥作物。