

後港國小附設幼兒園 113 上餐點表 (1 月份餐點表)

- 一、本校餐點有供應甲殼類、花生、牛奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質穀物、大豆、魚類等及其製品，本菜單已預先上傳至教育部校園食材登錄平臺 <https://fatraceschool.k12ea.gov.tw/frontend/>，請師生家長多加利用。
- 二、本校營養午餐一律採用、國產豬肉及其製品。
- 三、如遇特殊情形(颱風、退貨、物價)將調整菜單。
- 四、當日菜色、熱量、食材(具過敏原)，仍以當日中央廚房於教育部校園食材登錄平臺公告為準。

日期	上午點心	午餐						下午點心	全穀雜糧類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
		主食	主菜	副菜	蔬菜	湯	附餐					
1/1(三)	元旦											
1/2(四)	玉米濃湯	白米飯	馬鈴薯 燒肉	蕃茄炒蛋	炒大陸妹	山藥排骨湯	香蕉	脆皮芝麻烤 饅頭、鮮奶	V	V	V	V
1/3(五)	慶生會 生日蛋糕	糙米白飯	鹽酥雞	白花菜 炒魷魚	薑炒 有機蚵白菜	白蘿蔔 排骨湯	彩虹藜麥 乳酪餅	銅鑼燒 橘子	✓	✓	✓	✓
1/6(一)	港式蘿蔔糕 薏仁漿	白米飯	筍乾豬肉	雙花 獅子頭	蒜炒 有機小松菜	香菇 枸杞雞湯	豆漿	草莓土司 柳丁	V	V	V	V
1/7(二)	鍋燒意麵	糙米白飯	咖哩雞	木須炒蛋	油蔥地瓜葉	冬瓜魚丸湯	芭樂	小肉包 蘋果	V	V	V	V
1/8(三)	紫米珍珠丸 麥茶	鐵板麵	香酥 虱目魚柳	黃金 泡菜雙絲		沙茶麵羹	保久乳 波蘿	紅豆車輪餅 橘子	V	V	V	V
1/9(四)	南瓜鮮肉粥	白米飯	泰式 塔香雞丁	芥蘭菜 炒肉絲	鴻喜菇 炒大黃瓜	紫菜蛋花湯	茂谷	銀絲捲 鮮奶	✓	✓	✓	✓
1/10(五)	蔥抓餅 豆漿	胚芽米飯	叻沙肉片	櫛瓜 炒黑輪	炒有機 黑葉白菜	大頭菜雞湯	醬味 糙米餅	關東煮 芭樂	V	V	V	V
1/13(一)	土司夾蛋 豆漿	紅藜米飯	瓜仔肉	小黃瓜 炒培根	炒有機 味美菜	剝皮辣椒 雞湯	高纖 穀物棒	茶葉蛋 橘子	V	V	V	V

1/14(二)	玉米鮮肉粥	海苔 香鬆飯	香酥暑魚	三色豆 炒蛋	蒜炒高麗菜	味噌金針菇 豆腐湯	蜜棗	珍珠豆花 蘋果	V	V	V	V
1/15(三)	奶皇包 麥茶	白米飯	雞肉絲飯	肉燥	白菜滷	芹香 貢丸蛋花湯	保久乳	紅豆湯圓 柳丁	V	V	V	V
1/16(四)	漢堡 豆漿	五穀米飯	東山鴨肉	泡菜銀芽 炒豆包	薑炒 有機蚵白菜	海帶芽 蛋花湯	草莓	沙琪瑪 鮮奶	V	V	V	V
1/17(五)	芝麻包 枸杞紅棗茶	白米飯	醬燒雞丁	大黃瓜 燴鵪鶉蛋	芝麻菠菜	豆薯肉絲湯	餐盒	旗魚黑輪 橘子	V	V	V	V
1/20(一)	墨西哥麵包	白米飯	肉絲炒飯	麥克雞塊		關東煮湯	葡萄綜合果汁	休業式	V	V	V	V

承辦人：

謝敏文
徵保員

主任：

郭欣芸
教師兼任
幼兒園主任

午餐執秘：

郭秋貝
護理師

校長：

方婉真
臺南市七股區
後港國民小學校長

臺南市七股區後港國小附設幼兒園 1月1週午餐菜單

	日					一					二					1月1日					1月2日					1月3日							
	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位			
主食																					白米飯	粳米平均值		82.00	kg	糙米白飯	粳米平均值		80.00	kg	糙米真空包	2.00	kg
主菜																					馬鈴薯燒肉	豬腿切丁 馬鈴薯無發芽 老薑薑片 紅蘿蔔去皮 紅辣椒	99.00 25.00 1.00 8.00 0.30	kg kg kg kg kg	鹽酥雞	去骨雞腿肉 耐炸油 九層塔 地瓜粉	120.00 10.00 3.00 10.00	kg kg kg kg					
副菜																					蕃茄炒蛋	雞蛋 cas 紅番茄 青蔥 沙拉油 番茄醬	50.00 60.00 3.00 5.00 6.66	kg kg kg kg kg	白花菜炒魷魚	白花菜撕 阿根廷魷魚 大蒜蒜末 生鮮木耳切絲 沙拉油	70.00 40.00 0.50 15.00 5.00	kg kg kg kg kg					
蔬菜																					炒大陸妹	大陸妹 老薑薑片 紅蘿蔔去皮 沙拉油	82.00 0.50 3.00 5.00	kg kg kg kg	薑炒有機蚵白菜	蚵白菜有機 老薑切片 胡蘿蔔去皮 沙拉油	82.00 0.50 3.00 5.00	kg kg kg kg					
湯																					山藥排骨湯	排骨丁 山藥去皮 枸杞子 秀珍菇 老薑切片	24.00 38.00 0.40 15.00 0.50	kg kg kg kg kg	白蘿蔔排骨湯	白蘿蔔 中排 老薑片	58.00 24.00 0.50	kg kg kg					
附餐																					香蕉	香蕉	150g	242.00	kg	彩虹糖	彩虹藜麥乳酪	65g/包	107.30	kg			
	備份				份	備份				份	備份				份	備份				份	備份				備份					份			

臺南市七股區後港國小附設幼兒園 1月2週午餐菜單

	1月5日 日 1650 人					1月6日 一 1650 人					1月7日 二 1650 人					1月8日 三 1650 人					1月9日 四 1650 人					1月10日 五 1650 人							
	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位			
主食						白米飯	粳米平均值		82.00	kg	糙米白飯	粳米平均值		77.00	kg	鐵板麵	鐵板麵		216.00	kg	白米飯	粳米平均值		82.00	kg	胚芽米飯	粳米平均值		78.00	kg			
												真空包	5.00	kg													胚芽米	真空包	4.00	kg			
主菜						筍乾	切丁		99.00	kg	咖哩雞	奇擺	切塊	126.00	kg	香酥虱目魚柳	虱目魚	三章一Q	111.00	kg	泰式塔香雞丁	骨腿丁		126.00	kg	叻沙肉片	梅花肉片		93.00	kg			
						筍乾	cas	31.85	kg			胡蘿蔔	去皮	10.00	kg			地瓜粉		10.00		kg		蒜末			1.00	kg		嫩油豆腐		30.00	kg
						紅辣椒		0.30	kg			洋蔥	去皮	10.00	kg			耐炸油		10.00		kg		泰式酸甜醬	庫存		15.00	kg		白精靈菇		15.00	kg
						老薑	薑片	1.00	kg			咖哩粉	3盒	1.80	kg									九層塔			4.00	kg		老薑	片	1.00	kg
						豬蹄	八角	0.02	kg			馬鈴薯	無發芽	25.00	kg									洋蔥	去皮		15.00	kg		叻沙醬	庫存	2.00	kg
											蒜頭	蒜末	1.00	kg							紅色小番茄		20.00	kg		椰漿粉	佳樂：50g/	0.30	kg				
																										冷凍青花菜		24.00	kg				
副菜						白花菜	cas	54.00	kg	雙花獅子頭	杏鮑菇	切絲	40.00	kg	黃金泡菜雙絲	黃金泡菜		21.00	kg	芥蘭菜炒肉絲	白芥藍菜		70.00	kg	椰瓜炒黑輪	椰瓜		70.00	kg				
						青花菜	cas	33.00	kg			生鮮木耳	切絲	15.00		kg		海帶絲			30.00	kg		豬肉		肉絲	21.00	kg		黑輪	cas	27.00	kg
						獅子頭	cas	21.00	kg			紅蘿蔔	去皮	10.00		kg		豆乾絲			36.00	kg		大蒜		蒜末	0.50	kg		玉米筍		12.00	kg
						生鮮木耳	朵	10.00	kg			雞蛋	cas	50.00		kg		大蒜			0.50	kg		紅辣椒			0.30	kg		大蒜	蒜末	0.50	kg
						沙拉油		5.00	kg			沙拉油		5.00		kg		芹菜	去葉		15.00	kg		沙茶醬			3.00	kg		沙拉油		5.00	kg
蔬菜						小松菜	有機	82.00	kg	蒜炒有機小松菜	地瓜葉	撕	60.00	kg	鴻喜菇炒大黃瓜	大黃瓜	去皮籽	85.00	kg	炒有機黑菜白菜	黑葉白菜	有機	80.00	kg									
						大蒜	蒜末	0.50	kg			素肉燥		12.00		kg		大蒜	蒜末		1.00	kg		老薑	薑片	0.50	kg						
						豆腐皮		6.00	kg			蒜頭	蒜末	0.50		kg		鴻喜菇			12.00	kg		袖珍菇		5.00	kg						
						沙拉油		5.00	kg			沙拉油		5.00		kg		沙拉油			5.00	kg		沙拉油		5.00	kg						
湯						鮮香菇		25.00	kg	香菇枸杞雞湯	冬瓜	去皮籽	55.00	kg	沙茶麵羹	熟桂竹筍	桶筍絲：cas	24.00	kg	紫菜蛋花湯	紫菜	無砂	0.90	kg	大頭菜雞湯	大頭菜	去皮	55.00	kg				
						老薑	片	0.50	kg			虱目魚丸		18.00		kg		山東白菜			40.00	kg		雞蛋		cas	20.00	kg		骨腿	切塊	27.00	kg
						枸杞		0.40	kg			老薑	薑片	0.50		kg		油蔥酥			1.20	kg		青蔥			2.00	kg		老薑	薑片	0.50	kg
						骨腿	丁	27.00	kg			芹菜		3.00		kg		雞蛋	cas		20.00	kg											
附餐						豆漿	豆漿	200g	404.00	kg	芭樂	芭樂	250-280g	462.00	kg	乳品	保久乳	100%無添加	300.00	kg	茂谷	茂谷	200g	330.00	kg	米餅	醬味糯米餅	14g	23.10	kg			
						備份	備份			份	備份	備份			份	備份	備份			份	備份	備份			份	備份	備份			份			
附餐二															波蘿	波蘿(不刷漆)	90g,大成	146.00	kg														
						備份	備份			份	備份	備份			備份	備份			份	備份	備份				備份	備份			份				

後港國小附設幼兒園 114年1月份餐點表

★餐點表會依實際狀況略有更動

★所有肉品來源一律使用國產

週別	星期	一	二	三	四	五
第十九週	日期			1/1	1/2	1/3
	上午			元旦放假	玉米濃湯	慶生會 生日蛋糕
	食材				玉米粒，洋蔥， 胡蘿蔔，火腿丁	鮮奶油，雞蛋， 牛奶，麵粉，水 蜜桃，奇異果
	下午				脆皮芝麻烤 饅頭+鮮奶	銅鑼燒 橘子
	食材				黑芝麻，麵粉	紅豆，麵粉
日期	1/6	1/7	1/8		1/9	1/10
第二十週	上午	港式蘿蔔糕 薏仁漿	鍋燒意麵	紫米珍珠丸 麥茶	南瓜鮮肉粥	蔥抓餅 豆漿
	食材	白蘿蔔，在來 米，肉燥，蝦米， 油蔥酥，薏仁	高麗菜，意麵， 肉絲，魚丸，雞 蛋，胡蘿蔔	黑秈糯米，豬絞 肉，玉米粒，麥 茶	南瓜，高麗菜， 肉絲，胡蘿蔔， 木耳，白米	青蔥，麵粉，黃 豆
	下午	草莓土司 柳丁	小肉包 蘋果	紅豆車輪餅 橘子	銀絲捲 鮮奶	關東煮 芭樂
	食材	草莓果醬，土司	豬絞肉，麵粉	紅豆，麵粉	雞蛋，牛奶，麵 粉，鮮奶	胡蘿蔔，玉米， 米血，黑輪
	日期	1/13	1/14	1/15	1/16	1/17
第二十一週	上午	土司夾蛋 豆漿	玉米鮮肉粥	奶皇包 麥茶	漢堡 豆漿	芝麻包 枸杞紅棗茶
	食材	雞蛋，土司，黃 豆	玉米粒，高麗 菜，胡蘿蔔，肉 絲，白米	雞蛋，牛奶，麵 粉，麥茶	漢堡肉，漢堡 包，黃豆	黑芝麻，麵粉， 枸杞，紅棗
	下午	茶葉蛋 橘子	珍珠豆花 蘋果	紅豆湯圓 柳丁	沙琪瑪 鮮奶	旗魚黑輪 橘子
	食材	雞蛋，茶包，滷 包	粉圓，黃豆	紅豆，湯圓	葡萄乾，麵粉， 鮮奶	魚漿，地瓜粉
	日期	1/20	1/21	1/22	1/23	1/24
第二十二週	上午	墨西哥麵包				
	食材	法式奶酥醬，雞 蛋，葡萄乾，麵 粉				
	下午	休業式				
	食材					