

臺北市立弘道國民中學午餐供應委員會 112 學年度第一學期第 1 次 (9 月份)會議簽到表

一、 會議時間：112 年 9 月 20 日(星期三)10:20~11:00

二、 會議地點：2 樓會議室

三、 主持人：唐廷俊校長

四、 記錄：蘇沛潔

五、 出席人員：

職稱	簽名	職稱	簽名
校長	唐廷俊	七級導師	黃奕新
學務主任		八級導師	吳錫堯
總務主任	吳正一	九級導師	林淑萍
事務組長	支事等	家長會代表	陳正輝
衛生組長	杜毓堯	家長會代表	
合作社理事主席	黃正	家長會代表	

六、 列席人員：

第一餐盒股份有限公司	食家安飲食文化股份有限公司
陳正輝	張淑欣 黃宇勝

臺北市立弘道國民中學 112 學年度第一學期第 1 次 (9 月份) 午餐供應委員會會議紀錄

一、會議時間：112 年 9 月 20 日(三) 10:20~11:00

二、會議地點：經緯樓 2F 會議室

三、主席：唐廷俊 校長

紀錄：蘇沛滌

四、出席人員：(如簽到表)

五、列席人員：(如簽到表)

六、主席報告：(略)

七、討論事項：

議題一：審核 10 月份菜單(修正後正式菜單如附件)

(1)校長提醒液蛋風波。

(2)總務主任說明「液蛋公文」內文，可改成全蛋或是優質蛋白質。

*食家安回覆菜單更改：

10/2 和風蒸蛋改成「梅汁海結」。

10/4 玉米炒蛋改成「鮮蔬豆腐」。

10/12 紅絲小魚炒蛋改成「紅絲小魚豆腐」。

10/18 番茄炒蛋改成「肉蓉豆腐」。

10/25 洋蔥炒蛋改成「洋蔥炒豆干」。

*第一菜單回覆菜單更改：

10/2 紅絲炒蛋改成「洋蔥肉片」。

10/17 番茄炒蛋改成「番茄肉醬豆腐」。

10/27 鮮菇玉米炒蛋改成「鮮菇玉米豆腐」。

議題二：供餐情形討論

1、異物狀況

*9/1 第一(905)：湯桶裡有一般生物異物。

決議：扣 1 點(贊成 9 票，反對 0 票)

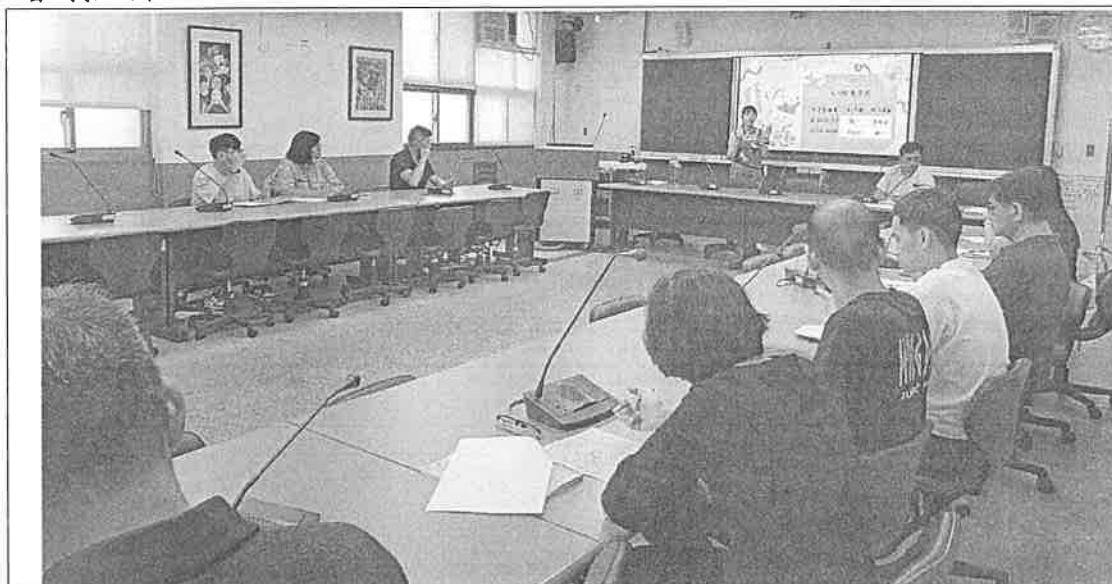
*9/15 第一(709)：蒜泥白肉有一般性異物。

決議：扣 1 點(贊成 7 票，反對 0 票，無意見 2 票)

截至 9 月午餐會議，累計：食家安(0 點)，第一(2 點)

八、臨時動議：無。九、散會：112 年 9 月 20 日(三) 11:00

會議照片



日期	星期	主食	主菜一	主菜二	副菜一	蔬菜	湯品	附品	營養成分	價格
02	一	糙米飯	★鹽酥雞X3 雞肉-炸	椰奶綠咖哩 祥園豬肉+馬鈴薯+時蔬-煮	滷汁海結 海結+時蔬-煮	青菜	柴魚味噌湯 味噌+豆腐+柴魚片-煮		6.6 3.0 2.0 3.0	855
03	二	胚芽飯	◆蒜蓉鮮魚 魚+時蔬-煮	蜜汁燒豬 祥園豬肉+時蔬-燒	蔥燒豆皮 祥園豬肉+豆皮+時蔬-煮	青菜	紅豆紫米粥 紅豆+黑糯米-煮		6.4 2.8 2.0 3.0	833
04	三	有機飯	嫩燒雞排X1 雞排-燒	鮮蔬豆腐 豆腐+時蔬-炒	鮮炒花椰 花椰菜+時蔬-炒	有機蔬菜	四神湯 祥園豬肉+大薏仁+時蔬-煮		6.5 2.7 2.0 2.8	834
05	四	番茄肉醬 義大利麵	特製豬排X1 豬排-燒	地瓜薯條X3 地瓜薯條-烤	彩繪四季 四季豆+時蔬-炒	有機蔬菜	玉米濃湯 玉米+時蔬-煮		6.5 2.8 2.0 2.8	850
06	五	五穀飯	紐澳良炒豬 祥園豬肉+時蔬-炒	◎關東煮 白蘿蔔+黑輪+魚丸+時蔬-煮	雞汁芽菜 芽菜+雞肉+時蔬-煮	有機蔬菜	香菇雞湯 香菇+雞肉-煮		6.4 2.8 2.0 3.0	835
~~雙十連假快樂~~										
11	三	有機飯	蜜香豬排X1 豬排-燒	家鄉滷肉 祥園豬肉+時蔬-滷	清炒高麗 高麗菜+時蔬-炒	有機蔬菜	◎黑糖珍珠 粉圓+黑糖-煮		6.6 3.0 2.0 3.0	870
12	四	燕麥飯	筍香雞 雞肉+時蔬-煮	紅絲小魚豆腐 豆腐+時蔬-炒	時令鮮瓜 瓜+時蔬-煮	有機蔬菜	肉骨茶湯 排骨+時蔬-煮		6.4 2.8 2.0 3.0	855
13	五	DIY 滷肉飯	★酥炸 翅小腿X2 翅小腿-炸	香菇肉燥 祥園豬肉+時蔬-滷	翠炒白菜 大白菜+時蔬-炒	有機蔬菜	薏仁雞湯 薏仁+雞肉+時蔬-煮		6.5 2.7 2.0 2.8	834
16	一	雜糧飯	BBQ豬排X1 豬排-燒	咪卷油豆腐 咪卷+油豆腐+時蔬-煮	雙色肉茸 玉米粒+時蔬+雞肉-煮	青菜	海芽味噌湯 味噌+豆腐+海芽-煮		6.4 3.0 2.0 2.8	854
17	二	蒜香 義大利麵	★香酥雞排X1 雞排-炸	馬鈴薯條X5 馬鈴薯條-烤	鮮菇蘿蔔 白蘿蔔+時蔬-煮	青菜	南瓜濃湯 南瓜+地瓜+時蔬-煮		6.2 3.0 1.9 2.8	833
18	三	有機飯	蘑菇奶香豬 祥園豬肉+蘑菇+時蔬-煮	番茄肉茸豆腐 豆腐+祥園豬肉+時蔬-煮	黑椒芽菜 豆芽菜+時蔬-煮	有機蔬菜	什錦雞湯 雞肉+時蔬-煮		6.6 3.0 2.0 2.9	833
19	四	胚芽飯	蠔油蒜味雞 雞肉+時蔬-燒	蔥味魚塊X2 魚+時蔬-燒	繽紛花椰 花椰菜+時蔬-炒	有機蔬菜	酸辣湯 祥園豬肉+豆腐+時蔬-煮		6.6 3.0 2.0 2.9	836
20	五	小米飯	粉紅醬豬 祥園豬肉+時蔬-煮	★酥炸雞柳條X2 雞柳-炸	蒜香洋芋 馬鈴薯+時蔬-煮	有機蔬菜	◎黑糖包心圓 包心圓+黑糖-煮		6.2 3.0 2.0 2.9	835
23	一	五穀飯	★脆皮雞排X1 雞排-炸	烏絲特醬豬柳 祥園豬肉+時蔬-燒	大醬燒豆腐 祥園豬肉+豆腐+時蔬-煮	青菜	客家米粉湯 米粉+時蔬-煮		6.4 3.0 2.0 2.8	838
24	二	招牌油飯	香嫩雞翅X1 三節雞翅-烤	滷味拼盤 豆干+時蔬+時蔬-滷	翠炒鮮瓜 瓜+時蔬-煮	青菜	薑絲海芽湯 海芽+薑-煮	履歷 豆漿	6.2 3.1 1.9 2.8	850
25	三	有機飯	蒜泥白肉 祥園豬肉+時蔬-煮	洋蔥炒豆干 豆干+時蔬-炒	◎培香四季 四季豆+四季豆+時蔬-炒	有機蔬菜	鳳梨雞湯 鳳梨+雞肉+時蔬-煮		6.6 3.0 2.0 2.9	840
26	四	紅藜飯	醬爆雞丁 雞肉+時蔬-燒	◎椒鹽花枝丸X2 花枝丸-烤	菇炒甘藍 高麗菜+時蔬-炒	有機蔬菜	金針排骨湯 祥園豬肉+金針+時蔬-煮		6.6 2.9 2.0 3.0	842
27	五	雜糧飯	無錫排骨 祥園豬肉+芝麻+年糕-煮	★虱目魚條X2 魚-炸	爆炒白菜 大白菜+時蔬-炒	有機蔬菜	冬瓜山粉圓 山粉圓+冬瓜塊-煮		6.2 3.1 2.0 2.8	850
30	一	麥片飯	招牌咖哩雞 雞肉+馬鈴薯+時蔬-煮	豆干炒魷魚 豆干+祥園豬肉+魷魚圈+時蔬-炒	彩蔬海絲 海絲+時蔬-煮	青菜	大滷湯 祥園豬肉+豆腐+時蔬-煮		6.2 3.0 1.9 2.8	887
31	二	胚芽飯	奶油南瓜豬 祥園豬肉+南瓜+時蔬-燒	★◎麥克雞塊X2 雞塊-炸	草菇花椰 花椰菜+時蔬-炒	青菜	羅宋湯 蕃茄+時蔬-煮		6.6 3.0 2.0 2.9	840
本公司全面使用「非基因改造」之豆製品及玉米 ◆表示3章1Q增加溯源水產品 ※本菜單含有甲殼類、芒果、花生、牛(羊)奶、蛋、堅果類、芝麻、含鈣質之穀物、大豆、魚類及以上各項其製品，不適合對其過敏體質者食用※										
營養成分(次/月)		主菜種類(次/月)		主菜食材特性(次/月)		副菜食材分析(次/月)		其他分析(次/月)		
豬肉	雞肉	雞肉	生鮮食材	調理食品	加工食品	加工食品	加工食品	加工食品	加工食品	
次	次	次	次	次	次	次	次	次	次	
0	1	10	20	0	3	0	0	0	4	

本公司全面使用「非基因改造」之豆製品及玉米

◆表示3章1Q增加溯源水產品

※本菜單含有甲殼類、芒果、花生、牛(羊)奶、蛋、堅果類、芝麻、含鈣質之穀物、大豆、魚類及以上各項其製品，不適合對其過敏體質者食用※





第一餐盒

專營營養午餐
電話：(02)2652-1898

地址：台北市南港區重陽路 263 巷 8 號
營養師：陳品靜(營養字第 005184 號)



112 年 10 月 學生營養午餐菜單

弘道國中

日期	週	主食	主菜一	主菜二	副菜一	副菜二	湯品	全日 總分	營養 均衡	蔬菜 份量	肉類 份量	蛋類 份量	其他
2	一	糙米飯 白米、糙米	咖哩雞丁 雞丁、蔬菜、馬鈴薯(煮)	洋蔥肉片 肉片、洋蔥、蔬菜(炒)	鮮蔬豆包 滷豆包、蔬菜(炒)	蔬菜	蔬菜小排湯 蔬菜、小排	6.2	2.5	2	2.8	800	231
3	二	白米飯 白米	★香酥魚排 X1 滷魚肉(炸)	照燒豬肉 豬肉、蔬菜(炒)	木耳高麗 木耳、紅蘿蔔、高麗菜(炒)	蔬菜	玉米蔬菜湯 玉米、蔬菜	6.2	2.5	2	2.8	800	215
4	三	有機白米飯 有機白米	蒜泥白肉 肉片、蒜(煮)	雞汁豆腐 滷豆腐、雞絞肉、蔬菜(煮)	什錦鮮瓜 鮮瓜、蔬菜(煮)	有機蔬菜	珍珠醇奶 粉圓、麥芽粉	6	2.5	2	2.7	779	313
5	四	義式肉醬 義大利麵 滷麵、絞肉、玉米、蕃茄	香烤雞排 X1 雞肉(烤)	肉絲花椰 花椰菜、肉絲(炒)	★薯條 X5 薯條(炸)	有機蔬菜	南瓜芋湯 南瓜、馬鈴薯	6.5	2.5	2	2.9	825	257
6	五	芝麻飯 白米、芝麻	椒麻雞 雞肉、蔬菜(過油-煮)	鮮蔬福州丸 X1 滷福州丸、蔬菜(煮)	蔬菜粉絲 蔬菜、粉絲(炒)	有機蔬菜	海芽蔬菜湯 海帶芽、蔬菜	6.5	2.5	2	2.8	819	235
11	三	有機白米飯 有機白米	匈牙利燉豬 豬肉、番茄、蔬菜(煮)	紅燒魚 X3 滷魚肉(過油-燒)	蔬菜炒肉絲 豆芽菜、蔬菜、肉絲(炒)	有機蔬菜	蔬菜豆腐湯 滷豆腐、蔬菜	6	2.5	2	2.8	785	262
12	四	日式拌麵 滷麵絲、蔬菜	和風豬排 X1 豬排(油)	雞肉大根燒 香菇、蘿蔔、雞肉(炒)	★玉米可樂餅 X1 滷玉米餅(炸)	有機蔬菜	豚骨味噌湯 豬肉、馬鈴薯、洋蔥	6.4	2.5	2	2.9	816	253
13	五	糙米飯 白米、糙米	★脆皮炸雞翅 X1 雞翅(炸)	黑胡椒肉片 肉片、洋蔥、蔬菜(炒)	冬瓜燒 冬瓜、蔬菜(炒)	有機蔬菜	冬瓜糖山粉圓 山粉圓	6	2.5	2	2.8	785	227
16	一	芝麻飯 白米、芝麻	★無骨雞排 X1 滷雞排(炸)	糖醋排骨 豬肉、蔬菜(煮)	鮮瓜雙色 鮮瓜、蔬菜(煮)	蔬菜	黑糖地瓜圓 黑糖、地瓜、地瓜圓	6.5	2.5	2	2.9	825	283
17	二	白米飯 白米	地瓜燒雞 雞肉、地瓜、蔬菜(煮)	番茄肉醬豆腐 番茄、滷豆腐、絞肉(炒)	翠炒高麗菜 高麗菜、蔬菜(炒)	蔬菜	海芽蔬菜湯 海帶芽、蔬菜	6.2	2.5	2	2.8	800	302
18	三	有機白米飯 有機白米	乾燒豬排 X1 豬排(燒)	奶香洋芋雞 雞肉、馬鈴薯、蔬菜(炒)	敏豆炒菇 鮮菇、敏豆(炒)	有機蔬菜	鮮蔬小排湯 蔬菜、小排	6.3	2.5	2	2.7	800	261
19	四	嘉義雞肉飯 白米、雞肉	◆★鹽酥魚 X3 滷魚肉(炸)	甜蔥燒肉 洋蔥、豬肉、蔬菜(炒)	香拌芽菜 豆芽菜、蔬菜、滷豆干(炒)	有機蔬菜	肉骨茶湯 蔬菜、豬肉	6	2.5	2	2.8	785	234
20	五	燕麥飯 白米、燕麥	鐵板豬柳 豬肉、金針菇、蔬菜(炒)	雞肉串 X1 雞肉串(燒)	蔬菜豆腐煲 滷豆腐、蔬菜(煮)	有機蔬菜	第一麵線羹 滷麵絲、蔬菜	6.5	2.5	2	2.8	819	315
23	一	義大利 奶香鮮蔬麵 滷麵、洋蔥、玉米、蔬菜、麥芽粉	岩燒雞肉 雞肉、杏鮑菇、蔬菜(煮)	★搖搖魚丸薯球 魚丸、滷薯球(炸)	香菇花椰菜 花椰菜、香菇(炒)	蔬菜	番茄蔬菜湯 番茄、蔬菜	6.2	2.5	2	2.8	802	372
24	二	白米飯 白米	翅小腿 X2 翅小腿(油)	瓜仔肉醬 絞肉、蔬菜、滷豆干(煮)	紅絲津白 白菜、紅蘿蔔(煮)	蔬菜	洋芋小排湯 馬鈴薯、小排	6.2	2.5	2	2.8	800	203
25	三	有機白米飯 有機白米	★香酥魚 X3 滷魚肉(炸)	三杯雞 雞肉、蔬菜(煮)	絲瓜雙色 絲瓜、蔬菜、冬粉(炒)	有機蔬菜	包心圓甜湯 包心圓	6.2	2.5	2	2.8	800	251
26	四	糙米飯 白米、糙米	照燒薄肉片 豬肉、洋蔥、蔬菜、熟蛋(炒)	韓式年糕雞 蔬菜、年糕、雞肉(炒)	翠炒高麗 高麗菜、蔬菜(炒)	有機蔬菜	芹香米粉湯 米粉、芹菜	6.5	2.5	2	2.8	825	215
27	五	芝麻飯 白米、芝麻	五香雞排 X1 雞排(油)	鮮菇玉米炒肉 雞肉、玉米、鮮菇(炒)	關東佃煮 蘿蔔、蔬菜、滷甜不辣(煮)	有機蔬菜	冬瓜薏仁湯 冬瓜、薏仁	6.2	2.5	2	2.8	800	275
30	一	麥片飯 白米、燕麥片	★麥香雞堡排 X1 滷雞排(炸)	和風燒肉 豬肉、蔬菜(炒)	金菇扁蒲 金針菇、扁蒲(炒)	蔬菜	味噌豆腐湯 滷豆腐、洋蔥、滷魚	6.3	2.5	2	2.8	800	231
31	二	白米飯 白米	蠔油香菇雞 雞肉、香菇、蔬菜(煮)	鮮瓜肉片 鮮瓜、肉片、蔬菜(炒)	豆香鮮蔬 滷豆皮、紅蘿蔔、蔬菜(炒)	蔬菜	元氣雞湯 雞肉、蔬菜	6.2	2.5	2	2.8	800	275

※本菜單含有花生、芝麻、堅果、芒果、牛奶、含麩質之穀物、大豆、魚類及其製品，不適合過敏體質食用※

10/18 供應產銷履歷豆漿

品名	規格	單位	數量	品名	規格	單位	數量	品名	規格	單位	數量	品名	規格	單位	數量
豆漿	400ml	瓶	10	豆漿	400ml	瓶	10	豆漿	400ml	瓶	10	豆漿	400ml	瓶	10