

臺北市芳和實驗中學 114 學年度 午餐供應委員會 會議紀錄

- 一、 會議時間：114 年 10 月 23 日(星期四) 12：15
- 二、 會議地點：線上會議
- 三、 主 席：黃校長琬茹 紀錄：陳柔蓁
- 四、 出列席：如簽到表

五、 討論事項：

(一) 11 月午餐菜單討論：

委員：

肉燥學生普遍不愛，是否換成肉絲。

帶骨頭的雞肉會產生很多碎骨頭，而且在烹煮的過程中會骨肉分離，後面舀取的學生會骨頭比例過高，建議換成雞丁。

茶葉蛋會有蛋殼，而且單一個蛋看起來不夠，能不能增加配料。菜單上許多項次只寫蔬菜，例如紅燒豬肉煮，能不能標示蔬菜的樣式。

配菜需要增加比例，例如豬肉蔬菜，但查看當日供餐時發現是少量的洋蔥絲。希望有標蔬菜的比例要夠多，才不會只看到幾片。菜單上的標示要更清楚，像是魚，是什麼樣子的魚、雞肉是雞丁或什麼要寫清楚。

菜單上的菜名冰糖豬腳，但是實際上看起來比較像是滷肉，名稱與實際內容宜更貼近。

咖哩豬因為經過勾芡處理，整個撈起來就變成糊糊的東西吃起來很沒層次。

油耗味問題，9/26 的醃醃滷肉，吃起來油味明顯，可能是油脂或肉品不夠新鮮，連胡蘿蔔也略受影響。

滷雞翅是幾節翅

18 與 19 號的菜單，因為學校的雙主菜的部分，請注意一下菜色的比例。

廠商回覆：。

未來在菜單上會將食材標示比較清楚，像是如果紅燒豬肉，比較高比例的蔬菜是比較不會變動，就會列示出來，其他小部分的部分希望給予一些彈性，不標出。

關於比例的部分，我們會儘量每周都符合蔬菜供應的份量。

未來請廚師注意咖哩勾芡時粉水的用量。

肉燥出現比例過高的部分會修正。

滷雞翅是三節翅

廠商修正如下所示：

11/4	麥可雞塊	修正為干丁滷蛋
11/5	避風塘炒雞	修正為滷翅小腿
11/6	炸鹹酥雞	修正為炸蝦排
11/7	肉燥干丁	修正為蒲燒鯛
11/13	肉燥油腐	修正為蘑菇醬燉肉
11/17	蠔油燒雞	修正為無骨雞排
11/17	茶葉蛋	修正為肉絲滷蛋
11/20	柴魚煨雞	修正為砂鍋魚

(二) 食安扣點累計：

累計扣點(113年8月起)			
宮保王	扣分	宏遠	扣分
10/17日1122班綠豆湯內有紅色繩線。 10/22日高2(1124-1126)班味噌豆腐湯內出現包裝材料。	2	9/5 1131班糖醋雞丁內有種菜網線。	1
6/24日1131班用餐發現塑膠包裝材料	1		
累計	3		1
累計扣點(114年8月起)			
		9/25 1141班骨頭有紅色的網線。	1

七、散會：下午12:55分
出席人員螢幕截圖



HY 宏遠 114年11月 芳和實中



●本公司全面採用國產豬
產地:台灣
●本校未使用輻射汙染食品

◎營養師: 曾子庭(營養字第011590號) ◎地址: 新北市五股區五權路54號 ◎電話:(02)2290-0198 ◎本公司全面使用非基因改造豆類製品及玉米, 請安心食用
◎本菜單含有甲殼類、芒果、花生、芝麻、葵花籽、奶製品、蛋製品、堅果類、含麵筋蛋白之穀物製品、大豆製品、鮭魚、鯖魚等魚類及其製品, 不適其過敏體質者食用
【★表示炸物 ▲表示加工品】

日	週	主食	主菜	副菜一	副菜二	蔬菜	湯品	附餐	全穀 穀類	豆魚 蛋肉	蔬菜	油脂	熱量
3	一	古早味油飯 白米,糯米,蔬菜	花瓜雞 帶骨雞胸丁,冬瓜,花瓜-煮	醬燒魚塊X2 ▲虱目魚塊-燒	炒筍絲 筍,蔬菜-炒	履歷 蔬菜	冬瓜山粉圓 冬瓜磚,山粉圓		6.3	2.7	2.3	2.7	822.5
4	二	白飯 白米	蘋果咖哩豬 豬肉,洋芋,紅蘿蔔,洋蔥,蘋果醬-煮	干丁滷蛋X1 雞蛋,豆干丁-煮	木耳花椰 花椰菜,蔬菜-煮	履歷 蔬菜	味噌湯 豆腐,海帶,味噌		6.6	2.7	2.4	2.6	841.5
5	三	芝麻飯 有機白米,芝麻	滷翅小腿X2 雞翅腿-煮	紅燒排骨酥 豬肉,大白菜,筍-煮	彩蔬玉米 玉米,紅蘿蔔,青豆-煮	有機 蔬菜	薏仁排骨湯 冬瓜,薏仁,龍骨		6.5	2.7	2.5	2.5	832.5
6	四	紫米飯 白米,黑米	打拋豬 豬肉,豆干,蔬菜-煮	炸蝦排X1 ★▲蝦排-炸	針菇高麗 高麗菜,針菇-煮	有機 蔬菜	柴魚凍腐湯 白蘿蔔,凍豆腐,柴魚		6.4	2.7	2.3	2.7	829.5
7	五	白飯 白米	蒲燒鯛X1 鯛魚-蒸	立冬麻油雞 帶骨雞胸丁,高麗菜,菇-煮	家常冬粉 冬粉,黃豆芽,時蔬-煮	有機 蔬菜	酸辣湯 豆腐,筍,時蔬,雞蛋	乳品	6.5	2.6	2.3	2.7	829
10	一	薏仁飯 白米,薏仁	壽喜洋蔥肉片 豬肉,洋蔥-煮	薯塊雞 帶骨雞胸丁,洋芋,時蔬-煮	白菜滷 大白菜,紅蘿蔔,蝦皮-煮	履歷 蔬菜	海芽豆腐湯 豆腐,海帶芽		6.6	2.5	2.5	2.7	832.5
11	二	芝麻飯 白米,芝麻	三杯雞 帶骨雞胸丁,鮑菇,時蔬,九層塔-煮	麵輪滷肉 豬肉塊,麵輪,海帶-煮	三色豆芽 綠豆芽,蔬菜-煮	履歷 蔬菜	排骨湯 白蘿蔔,紅蘿蔔,龍骨		6.4	2.6	2.5	2.7	827
12	三	白飯 有機白米	韓式肉片 豬肉,大白菜,泡菜-煮	雞堡排X1 ▲雞堡排-烤	紅絲季豆 四季豆,紅蘿蔔-煮	有機 蔬菜	玉米濃湯 蔬菜,玉米,雞蛋,奶粉	水果	6.6	2.7	2.5	2.8	853
13	四	茄汁義大利麵 義大利麵,蔬菜,豬肉	滷雞翅X1 三節翅-滷	蘑菇醬燉肉 豬肉塊,洋芋,洋蔥,菇-煮	雙色花椰 青花菜,白花椰-煮	有機 蔬菜	地瓜圓湯 地瓜,地瓜圓		6.6	2.7	2.4	2.7	846
14	五	糙米飯 白米,糙米	椒鹽魚片X1 ★生鮮魚肉-炸	茶碗蒸 蔬菜,毛豆,菇-蒸	海結蘿蔔 白蘿蔔,紅蘿蔔,海帶-煮	有機 蔬菜	大麥湯 冬瓜,麥片		6.5	2.6	2.6	2.6	832
17	一	五穀飯 白米,五穀米	無骨雞排X1 無骨雞排-煮	肉燥滷蛋X1 雞蛋,豬肉-煮	木耳高麗 高麗菜,蔬菜-煮	履歷 蔬菜	味噌小魚湯 豆腐,洋蔥,小魚乾,味噌		6.3	2.7	2.3	2.7	822.5
18	二	胚芽飯 白米,胚芽米	瓜仔肉 豬肉,豆干,洋蔥,碎瓜-煮	雞柳條X2 ▲雞柳條-烤	香甜玉米 玉米,蔬菜-煮	履歷 蔬菜	米粉湯 高麗菜,米粉,油蔥		6.3	2.7	2.4	2.7	825
19	三	白飯 有機白米	南洋沙嗲雞 帶骨雞胸丁,洋芋,時蔬-煮(含花生粉)	豆干魷魚小炒 豆干,豬肉,高麗菜,魷魚-炒	薑燒冬瓜 冬瓜,蔬菜-煮	有機 蔬菜	泰式檸檬湯 大白菜,時蔬,豆皮,檸檬葉	履歷 豆漿	6.5	2.6	2.5	2.7	834
20	四	紫米飯 白米,紫米	糖醋排骨 豬肉,豬大排,地瓜,洋蔥-燒	砂鍋魚 魚肉,白蘿蔔,時蔬,沙茶-燒	針菇白菜 大白菜,針菇,木耳-煮	有機 蔬菜	鮮蔬凍腐湯 凍豆腐,瓜果		6.5	2.7	2.3	2.6	832
21	五	蔥頭滷肉飯 白米,豬肉,紅蔥頭	酥炸海鮮排X1 ★▲海鮮排-炸	義式香料雞 帶骨雞胸丁,鮑菇,時蔬,香料-煮	蒜香花椰 花椰菜,蔬菜-煮	有機 蔬菜	芋頭西米露 西谷米,芋頭,奶粉	乳品	6.4	2.7	2.4	2.6	827.5

主菜種類(次/月)			主菜食材特性分析(次/月)			副菜食材分析(次/月)		其它分析(次/月)	
豆類 及其製品	魚肉及海鮮	豬 肉	雞 肉	生鮮食材	調理 食品	加工食品		油炸品	甜 湯
0次	3次	6次	6次	14次	1次	4次		3次	3次

【營養教育】牛奶富含「鈣質」, 有助於維持骨骼正常發育及牙齒健康; 豆漿則屬於植物性蛋白質的良好攝取來源, 不含膽固醇和乳糖, 適合素食主義者和乳糖不耐族群飲用。牛奶及豆漿加熱後非常適合作為冬天的點心或宵夜, 是低負擔且為健康的好選擇。

臺北市芳和實驗中學 114 學年度第一學期
午餐供應委員會會議簽到表

日期：114.10.23(四)

時間：12:15

地點：2 樓會議室及線上

出席人員名單	簽到處
校 長	線上
學生事務中心主任	陳梅亭
行政管理中心主任	黃清勇
環保衛教組組長	陳如中
教師會代表	吳宇軒
家長會代表	蔣正風
家長會代表	葉清心
家長會代表	徐如瑋
教職員代表	葉結菁
教職員代表	劉子綾
學生高中部代表(一)	李維廷 宮德偉
供應商代表	葉爾峰 曾子廷
供應商代表	林慶祥