

新竹市立 建功高中.新科國中.關東國小三校素食菜單



115年10月份素食菜單 (0924)

根據衛生福利局公告11項過敏原(1.蛋類及其製品、2.芒果及其製品、3.花生及其製品、4.牛奶、羊奶及其製品、5.蛋黃及其製品、6.堅果類及其製品、7.芝麻及其製品、8.含麩質之穀物及其製品、9.大豆及其製品、10.魚類及其製品、11.使用亞硫酸鹽類等及其製品。)名稱特殊致敏物質者需特別注意，如**特殊狀況請讀者主動告知班級導師及營養師**。◎甜醬:每週五、補課補班日(依午餐會議委員決議辦理) ◎低碳環保餐:每週一(低碳環保食材為主菜)

◎堅果類:在菜名後「**✳**」標示。◎堅果類入菜:華食至少2次/月、素食1次/週。◎薑蒜類:在菜名後「**✳**」標示。◎薑蒜類入菜:華食至少1次/月、素食2次/週。◎藍色框為:創意原型食材，特餐日為:每週四、雞腿或雞塊/每月/次。異國料理1次/月、有機青菜/每週三。◎每月菜單依剩食量、滿意度、問卷、食材等調整供餐。每月1次 執行午餐過「光」者,光盤行動一起來！

◎油炸類:在菜名後「炸」標示。一週最多2道菜且油炸調理時須使用油炸專用油品大統益股份有限公司美食家好油炸。◎關東國小油炸4次(供餐21天: 19%) 蛋品類(每月5次)、海鮮類:品項每月不得重複。主食:原應認證白糯米及糙米為新埔、老永昌高村、順米廠)為底再添加全穀雜糧類。◎有機青菜2次/週 含**鈣點心1次/週(係久食、杏仁小魚干、堅果包、小豆干包等)** 含**仁小魚干:食用請 細嚼慢嚥 小心食用 素食者調整堅果包供應！**

◎**蛋品類:每週四(每週1次)需供應3次/週**、乳品類:每月3次(依據「115學年度午餐餐食計畫衛生局營養處外辦業務條規」契約供應)
115學年度供乳(雞21)(含)以上每月3次供應日期:(8.9月3次-9/7/9/14.9/21)(10月2次-10/5/10/12)(11月3次-11/2/11/16.11/23)。(12月3次-12/14/12/21.12/28)。(1月2次-1/11.1/18)
每月至多供乳3次。於級級當月用餐人數達7(含)日以上供應第1次。達14(含)日以上供應第2次。達21(含)日以上供應第3次。**(115/10月、116/1月 不足21天只供2次供乳)**
非基改產銷履歷豆漿供應日期: (8.9月1天-9/23)(10月1天-10/19)(11月1天-11/9)。(12月1天-12/7)。(1月1天-1/4) (依據「115學年度3章10獎勵金」供應)
◎「創」為創菜單廚房團隊新菜研發並視餐供群滿意度接受度隨時修正 ◎菜單內容如有缺漏午餐會議決議後修正。◎**菜單食材因天候、資源、特殊狀況等依中央政策滾動式修正。**

應使用有機或產銷履歷農產品，始符合經費請領獎勵金短期菜單菜類:玉米、青梗白菜、油菜、青油菜、蔬菜、葉高菜、小芥菜、茼蒿、莧菜、山蘇及龍鬚菜等(依中央政策滾動式修正)

「本菜單使用之豬肉及含豬肉製品等 皆為國產在地食材」。午餐(不提供牛肉食材) 洗選鮮蛋:每粒為 雞蛋噴印- 洗選鮮蛋 符合國產雞蛋溯源產品 泳翔食品股份有限公司 製