

苗栗縣學校午餐菜單審核建議表

供應學校：公館國小、公館國中 110 年 10 月菜單

序號	審查內容	建議次數	審查結果	備註
1	每日菜單是否呈現午餐各類食物份數及熱量	依教育部公告學校午餐食物內容及營養基準	☒ 符合 ☐ 不符合	菜單寄送日期:110 年 9 月 15 日
2	供應未精緻全穀雜糧類	每週至少供應 3 次	供應次數:20 次/月 ☒ 符合 ☐ 不符合	如:如糙米、全大麥片、全燕麥片、糙薏仁、紅豆、綠豆、芋頭、地瓜、玉米、馬鈴薯、南瓜、山藥等
3	供應全穀雜糧類替代品	每週不得超過 2 份 每月不得超過 8 次	供應次數:4 次/月 ☒ 符合 ☐ 不符合	如:甜不辣、米血糕、蘿蔔糕、年糕、粉圓、芋圓、地瓜圓、水餃、薯餅、薯條
4	魚類(包括海鮮)供應次數	階段值:每月 2 份 目標值:每週 1 份	供應次數:4 次/月 ☒ 符合 ☐ 不符合	
5	魚肉類半成品供應次數	每週不得超過 1 份 每月不得超過 8 次	供應次數:3 次/月 ☒ 符合 ☐ 不符合	如:各式丸類、火鍋料、蝦卷、香腸、火腿、熱狗、重組雞塊、培根、黑輪、調理肉品等
6	豆製品供應頻率	每週至少供應 2 份 或每月 8 次	供應次數:11 次/月 ☒ 符合 ☐ 不符合	包括毛豆、黃豆、黑豆或其製品(如豆腐、豆乾、干絲、豆皮等)
7	每日供應蔬菜類份量	至少 150g/天 (生鮮食材)	平均供應量: 150g/人/餐 ☒ 符合 ☐ 不符合	包含主菜、副菜一、副菜二及湯品之個人蔬菜總量
8	水果供應次數	階段值:每週 2 份 目標值:每日 1 份	供應次數: 館小 4 次/館中 4 次 ☐ 符合 ☒ 不符合	現行為每週一次水果,視種類供應 0.3 份~1.5 份之間。 館小:週二/館中:週四
9	奶類供應次數	階段值:每週 1 份 目標值:每週 3 份	供應次數:4 次/月 ☐ 符合 ☒ 不符合	現行為每週三提供 1 次鮮奶,容量 125c.c. 供應 0.5 份。
10	盡量供應高鈣食物		供應次數:28 次	如豆干、傳統豆腐、深色蔬菜如地瓜葉、青江菜、莧菜、菠菜等、小魚乾、蝦皮、黑芝麻等
11	午餐供應之飲品、點心應符合「校園飲品及點心販售範圍」	現行供應鮮奶或豆漿,均符合規範	☒ 符合 ☐ 不符合	不得提供發酵乳飲品、愛玉、布丁、茶飲、 <u>非</u> 100%果蔬汁等。
12	寫出甜湯平均供應次數	每週不超過 1 次	供應次數:5 次/月 ☒ 符合 ☐ 不符合	盡量以低糖之未精製全穀雜糧類(如綠豆薏仁湯、地瓜湯、紅豆湯)
13	每週油炸次數	每週不超過 2 次	供應次數:5 次/月 ☒ 符合 ☐ 不符合	包括油炸後再烹製
14	素食提供 CAS 認證或在地小農蔬菜	每週過 2 次	供應次數:8 次/月 ☒ 符合 ☐ 不符合	符合合約規範

建議事項：

廠商代表：

公館國小
學校代表

營養師郭靜雯

午餐秘書邱秀梅

總務主任賴靜儀

校長張茂富

公館國中
學校代表：

午餐秘書黃艾萱

營養師陳仁祥

校長方麗萍

營養師
林郁璇

長宏食品股份有限公司