

## 5.1.3 蔬食日

檔 號：  
保存年限：

### 臺南市政府教育局 函

地址：73001臺南市新營區民治路36號  
承辦人：張星容  
電話：(06)6356638  
傳真：(06)6350758  
電子信箱：edu834@mail.tainan.gov.tw

受文者：臺南市學甲區頂洲國民小學

發文日期：中華民國106年9月11日  
發文字號：南市教安(二)字第1060889230號  
速別：普通件  
密等及解密條件或保密期限：  
附件：如主旨(0889230A00\_ATTCH3.xls、0889230A00\_ATTCH4.doc)

主旨：檢送「臺南市政府教育局所屬營養師106學年度國中小午餐訪視暨校園食品輔導責任區表(106年8月25日修訂)」、「學校營養師通訊錄」、「營養教育成果報告(空白格式)」各1份，請查照。

說明：

- 一、依據「臺南市中小學辦理學校午餐計畫工作手冊」辦理。
- 二、本市營養師將針對轄區學校進行不定期午餐訪視暨校園食品輔導作業，請各該屬學校於訪視或辦理學校營養教育期間給予差假登記(車資計算依「臺南市政府及所屬機關學校國內出差旅費報支要點」核給，並以領據送本局申請補助，請加強內部審核依會計法妥為保管原始憑證，以備查核)。
- 三、依據「臺南市低碳城市自治條例」，請落實每週至少一天為蔬食日，並請各校將午餐及幼兒園點心食譜於供餐1週前E-mail給轄區營養師，俾利進行審核，以確保學童飲食營養健康，落實午餐食譜審查機制。
- 四、配合「食育」推動，各校應積極辦理營養教育宣導活動（

宣導重點：「在地食材」飲食教育、四章一Q標章介紹、如何吃出健康、蔬食餐推動的意義等），並可依「責任區表」聯絡所轄區域營養師協助辦理，另學校辦理營養教育活動，應於活動結束1週內將成果(電子檔)繳交責任區營養師，請營養師彙整後併同每月午餐訪視表送本局彙整。

五、外訂桶餐學校應依照合約規定，協同輔導責任區營養師做不定期抽訪供應廠商(2-3次)，以維護學生飲食安全衛生。

正本：臺南市政府所屬各級學校

副本：本局會計室、本局督學辦公室、本局特幼教育科、本局學輔校安科

2017-09-11  
14:40:00

訂

線

檔 號：

保存年限：

## 臺南市政府教育局 函

地址：73001臺南市新營區民治路36號

承辦人：張星容

電話：(06)6356638

傳真：(06)6350758

電子信箱：edu834@mail.tainan.gov.tw

受文者：臺南市學甲區頂洲國民小學

發文日期：中華民國107年8月27日

發文字號：南市教安(二)字第1070960030號

速別：普通件

密等及解密條件或保密期限：

附件：如主旨(0960030A00\_ATTCH3.xls、0960030A00\_ATTCH2.doc)

主旨：檢送「臺南市政府教育局所屬營養師107學年度國中小午餐訪視暨校園食品輔導責任區表」、「學校營養師通訊錄」、「營養教育成果報告(空白格式)」各1份，請查照。

說明：

- 一、依據「臺南市中小學辦理學校午餐計畫工作手冊」辦理。
- 二、本市營養師將針對轄區學校進行不定期午餐訪視暨校園食品輔導作業，請各該屬學校於訪視或辦理學校營養教育期間給予差假登記(差旅費計算依「臺南市政府及所屬機關學校國內出差旅費報支要點」核給，並以領據送本局申請補助，請加強內部審核依會計法妥為保管原始憑證，以備查核)。
- 三、依據「臺南市低碳城市自治條例」，請落實每週至少一天為蔬食日，並請各校將午餐及幼兒園點心食譜於供餐1週前E-mail給轄區營養師，俾利進行審核，以確保學童飲食營養健康，落實午餐食譜審查機制。
- 四、配合「食育」推動，各校應積極辦理營養教育宣導活動(宣導重點：「在地食材」飲食教育、四章一Q標章介紹、



裝

訂

線

如何吃出健康、蔬食餐推動的意義等），並可依「責任區表」聯絡所轄區域營養師協助辦理，另學校辦理營養教育活動，應於活動結束1週內將成果(電子檔)繳交責任區營養師，請營養師彙整後併同每月午餐訪視表送本局彙整。

五、外訂桶餐學校應依照合約規定，協同輔導責任區營養師做不定期抽訪供應廠商(2-3次)，以維護學生飲食安全衛生。

正本：臺南市政府所屬各級學校

副本：本局督學辦公室、本局會計室、本局學輔校安科

2018-08-27  
16:45:35

# 信旭食品行第106學年度第一學期第二週營養午餐菜單

用餐人數：148人

日期	主食	主菜一				副菜二				副菜三				湯類四				熱量	水果													
		名稱	數量	單位	名稱	數量	單位	名稱	數量	單位	名稱	數量	單位	名稱	數量	單位	名稱			數量	單位											
9月5日 星期一	米飯	南瓜 馬鈴薯 洋蔥 青豆仁	4 2 1 1.5	k k k k	咖哩南瓜				洋蔥 生鮮雞蛋	5 4	k k	洋蔥炒蛋				適時青菜 海帶芽 蛤蜊 薑絲	9.5 0.3 3 0.3	k k k k	適時青菜				海帶芽蛤蜊湯	3 0.3	k k	蛋白質21g 脂肪22g 醣類80g 熱量602卡						
					香酥鯖魚片							蘿蔔碎肉							當季蔬菜								冬瓜排骨湯				蛋白質22g 脂肪21g 醣類85g 熱量617卡	
					生鮮鯖魚片 95 片							珍珠菜脯 低脂絞肉							5 4.5								k k					適時青菜 9.5 k
9月6日 星期二	米飯	蔬菜肉粿飯				蒸小芝麻包				當季蔬菜				冬瓜排骨湯				蛋白質24g 脂肪20g 醣類85g 熱量616卡	當季水果													
		蔬菜麵/自備				生香菇 1 k				芝麻包 95 粒				適時青菜 9.5 k						冬瓜丁 排骨丁 薑絲				4 2 0.3				k k k				
		肉羹飯				木耳絲 1 k 金針菇 2 k 紅蘿蔔 1 k				三色菜 1.5 k 高麗菜 3 k				適時青菜 9.5 k						金針菇 玉米塊 龍骨				1.5 2 1.5				k k k				
9月7日 星期三	米飯	蘿蔔滷排骨				豆薯炒蛋				當季蔬菜				金針玉米湯				蛋白質24g 脂肪20g 醣類85g 熱量616卡	當季水果													
		白K大丁 3 k 紅蘿蔔 1 k 排骨丁 6 k				豆薯 5 k 洗選蛋 4 k				適時蔬菜 9.5 k				金針菇 玉米塊 龍骨						1.5 2 1.5				k k k								
		瓜子雞丁				毛豆丁				當季蔬菜				蘿蔔排骨湯						3 2				k k				蛋白質21g 脂肪22g 醣類85g 熱量622卡				
9月8日 星期四	米飯	白K大丁 3 k 紅蘿蔔 1 k 排骨丁 6 k				豆薯 5 k 洗選蛋 4 k				適時蔬菜 9.5 k				金針玉米湯				蛋白質24g 脂肪20g 醣類85g 熱量616卡	當季水果													
		瓜子雞丁				毛豆丁				當季蔬菜				蘿蔔排骨湯						3 2				k k								
		醬瓜 1大罐 雞排丁 9 k 薑片 0.3 k				毛豆仁 1.5 k 豆乾丁 5 k 絞肉 2.5 k				適時蔬菜 9.5 k				白蘿蔔 排骨丁						3 2				k k								
9月9日 星期五	米飯	醬瓜 1大罐 雞排丁 9 k 薑片 0.3 k				毛豆仁 1.5 k 豆乾丁 5 k 絞肉 2.5 k				適時蔬菜 9.5 k				白蘿蔔 排骨丁				3 2				k k				蛋白質21g 脂肪22g 醣類85g 熱量622卡	當季水果					
		瓜子雞丁				毛豆丁				當季蔬菜				蘿蔔排骨湯				3 2				k k										
		醬瓜 1大罐 雞排丁 9 k 薑片 0.3 k				毛豆仁 1.5 k 豆乾丁 5 k 絞肉 2.5 k				適時蔬菜 9.5 k				白蘿蔔 排骨丁				3 2				k k										