

一、衛生安全：

(1) 湯、飯中有小蟲：

經 10/23 (五) 訪校觀察發現，餐桶分發至年級走廊時，有確實加蓋，同學搬運至班上過程也遮蓋良好，但同學反映是飯桶、湯桶一打開便發現小蟲，且不止一班、不止一次，因此請廠商再確實檢視生產、分裝過程，或是加蓋是否有縫。

二、營養需求：

(1) 主食類：

1. 10/23 (五) 訪校日抽樣實際測量十位七年級同學打飯量，最少 55 公克，最多 287 公克。五位同學低於 100 公克，3 位在 100~199 公克間，2 位超過 250 公克。請問該日原定目標攝取量為何？

(菜單標示為 6.3 份，因甜湯內有西谷米，假設甜湯內西谷米量為 1.3 份，一般一碗飯為 4 份，一份 50 公克，米飯的量則為 5 份，即為 250 公克。)

設計菜單為 6 份米飯，一份為 40 公克，6 份為 240 公克

(根據 2019 年 5 月衛福部國健署公告食物代換表計算)

剩餘的量加入配菜當中，例如 10/5 全穀雜糧類 6.5 份其中 6 份為主食(240g)+0.5 份為玉米(43g)

2. 依規定每日未精緻全穀類應佔 1/3，明顯未達到。

根據臺北市政府教育局高級中等以下學校外訂餐盒食品及桶餐菜單菜單審查指引，主食如米飯中全穀雜糧類添加 ≥ 1 次/週
主食中雜糧佔供應比例至少 1/6 以上，每餐全穀佔 1/3 為理想值

3. 糙米飯、燕麥飯、芝麻飯、薏仁飯等，非白米成分比例為何？

比例為 1/6

4. 每日主食部分供應量是否固定？如否，全穀根莖類入菜或為湯品時，主食類如何調整？

同第 1 點

(2) 豆魚蛋肉類：

1. 經觀察，供應量足夠，並未發現如家長反映有肉類不足、與蔬菜一同料理卻找不到肉的情形。

2. 10/23 (五) 鐵板豬柳廚餘量高，多數學生反映看起來不好吃、

肉太硬。但也有同學表示看起來不好吃，其實不錯，就是有點柴。因同日尚有炒雞丁可供選擇，同學均表示雞丁較好吃，故雞丁剩餘量明顯低於豬柳。但兩項菜色均搭配洋蔥、均以醬油烹調，色澤與口味太相近，造成排擠效應，建議配色與調味更活潑多樣。

雙主菜的菜單通常都有這種反應，因為同學會選擇自己較喜愛的肉類，故經常會有其中一種剩下較多，建議可以以營養基準及實用上考慮不要天天雙主菜，口味部分會在與廚師討論調整。

3. 有同學反映鱈魚丸湯有甜味，應是鱈魚丸加工品的調味導致，請注意加工品食材品質。

依教育局規定盡量減少加工品且會再注意品質

(3) 蔬菜類：

1. 部分蔬菜有苦味，請注意選用之蔬菜品項。

因教育局希望一道青菜以深綠色蔬菜為主，故青菜那道菜幾乎都是深綠色蔬菜，有機蔬菜部分因為教育局配給品項無法更動。

一般葉菜部分公司使用小白菜、青江菜、油菜、蚵白菜、空心菜(季節)、菠菜(季節)等蔬菜。

(4) 水果類：

1. 依規定每週應供應 2 份。

水果部分依合約規定供應。

2. 若為供應水果的餐別，是將水果類應提供的營養素依比例調整至其他類食物以維持總熱量不變，還是各類食物供應量不變，以致總熱量降低？

不會因水果供應而調整其他熱量，公司製成管理食打菜量只有分國中及國小的差別，不會因水果部分而另外調整打菜量。

(5) 油脂類：

1. 有油炸品的餐別油脂量沒有提高？

油脂的部分並不是只有油炸部分會用比較多，與蛋品相關或是吸油率較高的食物也會影響油脂的含量，有時候調味品也有影響，此部分會盡量與炸品分開開立。

(6) 其他：

1. 有同學表示調味太淡，也有家長反映都很重口味。建議雙主菜一道乾一道濕，或是一道重口味一道清爽，相互搭配。

目前我們是此基準開立，但也要考慮菜色變化性。

濕	糖醋排骨 豬肉、蔬菜(煮)	芝香烤雞排 X1 雞排(烤)	乾
濕	三杯雞 雞肉、米血、蔬菜、九層塔(煮)	叉燒肉排 X1 叉燒肉(烤)	乾
乾	和風豬排 X1 豬排(油)	洋蔥雞肉 洋蔥、雞肉、豆芽菜、蔬菜(炒)	濕
乾	★鹽酥魚排 X1 水魷魚排(炸)	燒肉海帶 海帶、豬肉(炒)	濕
濕	鐵板豬柳 豬肉、金針菇、蔬菜(炒)	乾炒雞丁 X3 雞丁(炒)	乾

2. 豆製品難入味，學生反應沒味道，據說這是團膳普遍困境，還請廠商繼續努力

豆干是使用白豆干，因為沒有另外染色，故看起來會覺得沒有入味，但實際上味道是夠的。

3. 請問每班供應量是否剛好各班訂購人數×供應量，還是會略多？因學生不了解個人攝取量目標，若是剛好按人數比例，學生便可在打菜前先依人數大略劃分，幫助學生打菜時更接近每日攝取量目標。

份量會”足夠”打菜量，但如果有班級需要”量多”則會另外打多。教育局出有定量打菜份量表。可以從教育局下載後提供給學校。



但教育局其實比較建議大家吃 3 菜 1 湯，學校可以考慮少 1 道菜換水果供應，會更符合營養基準。

4. 訪校發現大家都對於餐點內容很陌生，要表達意見卻不知餐點名稱。請廠商每月提供書面菜單公布於教室並一人一份交回給家長，以便親師生了解在校餐點內容及品質。

目前提供每班一張公布在公佈欄上，以環保為前提下不建議每人發一張，但如果學校有此需求，我們也可以配合。或是可以公告在學校網站上，讓師生及家長下載。