 桃園市立南崁國中110學年度第1學期學校午餐意見調查表

 **年 班**

§食安問題層出不窮，讓大家十分擔憂，學校午餐雖不能媲美餐廳那樣美味，但午餐食材採用**新鮮之溫體豬肉、CAS冷藏雞丁、每週三次有機蔬菜一次產銷履歷蔬菜，並使用三章一Q的新鮮食材，較少的加工品，不使用味精、雞粉與人工色素香精**，採用簡單烹調調味，讓食材呈現天然風味，並在考量成本、食材種類、烹調處理時間方式、季節食材、營養等等因素下盡量變化菜色，期望可以提供同學最衛生.營養之飲食，但秉持著好還要更好的原則，需要各位同學之協助給予一些回饋與意見，同學票選出來較高的菜色，將於下學期再次出現，**快替你喜愛的菜色投下一票吧！(全班一起複選吧！每類至少5項，喜歡的都可以選喔！)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 豬肉類 |  | 　 |  | 　 |  | 　 |  | 　 |
| □ | 日式壽喜燒 | □ | 薑汁燒肉片 | □ | 咖哩豬肉 | □ | 紅麴肉燥 | □ | 蒜泥白肉 |
| □ | 玉米蒸肉餅 | □ | 可樂豬腳 | □ | 泡菜肉片 | □ | 茄汁燉肉 | □ | 鴿蛋燒肉 |
| □ | 青木瓜燉肉 | □ | 打拋豬肉 | □ | 南瓜燉肉 | □ | 香菇肉燥 | □ | 蠔菇豬柳 |
| □ | 南瓜粉蒸肉 | □ | 瓜仔肉餅 | □ | 洋芋燉肉 | □ | 海結燒肉 | □ | 麵輪燒肉 |
| □ | 黑胡椒肉排 | □ | 回鍋肉片 | □ | 紅燒什錦 | □ | 起司豬排 | □ | 粉蒸肉 |
| □ | 黑胡椒豬柳 | □ | 京醬肉絲 | □ | 紅燒豬腳 | □ | 筍香豬腳 |  |  |
| 雞鴨肉類 |  | 　 |  | 　 |  | 　 |  | 　 |
| □ | 香草白醬雞 | □ | 雞肉炒鮮蔬 | □ | 芋頭燒鴨 | □ | 麻油雞丁 | □ | 醬燒雞翅 |
| □ | 迷迭香燉雞 | □ | 奶油雞丁 | □ | 京醬鴨肉 | □ | 蔥油雞排 | □ | 滷雞腿 |
| □ | 黑胡椒雞丁 | □ | 玉米雞丁 | □ | 咖哩雞丁 | □ | 薑母鴨丁 |  |  |
| 海鮮類 |  | 　 |  | 　 |  | 　 |  | 　 |
| □ | 三杯魚丁 | □ | 糖醋魚丁 | □ | 蔥爆魷魚 | □ | 香酥肉魚 | □ | 蒲燒鯛 |
| □ | 香酥鯖魚 | □ | 沙茶魚丁 | □ | 香酥魚排 |  |  |  |  |
| 蔬食類 |  | 　 |  | 　 |  | 　 |  | 　 |
| □ | 醬淋嫩豆腐 | □ | 蔬菜豆腐 | □ | 茄汁豆包 | □ | 滷豆包 |  |  |
| 主食 | 　 |  | 　 |  | 　 |  | 　 |  | 　 |
| □ | 什錦炒粄條 | □ | 什錦炒麵 | □ | 肉絲麵線 | □ | 義大利麵 | □ | 炸醬麵 | □ |
| □ | 星洲炒米粉 | □ | 日式炒麵 | □ | 炒米苔苜 | □ | 大滷麵 | □ | 　 |  |  |
| 蛋類 | 　 |  | 　 |  | 　 |  | 　 |  | 　 |
| □ | 鮮菇起司炒蛋 | □ | 玉米炒蛋 | □ | 原味蒸蛋 | □ | 黃金玉米 | □ | 菜圃蛋 |
| □ | 紅蘿蔔炒蛋 | □ | 洋蔥炒蛋 | □ | 海芽炒蛋 | □ | 鮮蔬炒蛋 | □ | 　 |
| 其他 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| □ | 什錦豆腐煲 | □ | 五彩干絲 | □ | 花生麵筋 | □ | 絲瓜冬粉 | □ | 蒸馬拉糕 | 　 |  |
| □ | 什錦燴蘿蔔 | □ | 木須扁蒲 | □ | 紅燒什錦 | □ | 開陽白菜 | □ | 鳳梨木耳 | 　 |  |
| □ | 肉絲炒年糕 | □ | 四季什錦 | □ | 茄汁洋芋 | □ | 黃瓜什錦 | □ | 螞蟻上樹 | 　 |  |
| □ | 泡菜炒年糕 | □ | 田園四寶 | □ | 家常豆芽 | □ | 黃金玉米 | □ | 鮮蔬冬粉 | 　 |  |
| □ | 客家蘿蔔絲 | □ | 白菜肉羹 | □ | 桂冠肉包 | □ | 義式丸子 | □ | 雙花炒菇 | 　 |  |
| □ | 銀芽雞肉絲 | □ | 味噌什錦 | □ | 培根高麗 | □ | 義式洋芋 | □ | 佛跳牆 | 　 |  |
| □ | 丁香干片 | □ | 咖哩蔬菜 | □ | 麻婆豆腐 | □ | 鐵板豆腐 | □ | 義美黑豆奶 | 　 |  |
| □ | 三陽開泰 | □ | 炒甜不辣 | □ | 椒鹽毛豆 | □ | 綜合滷味 | □ | 保久乳 | 　 |  |
| 鹹湯 | 　 |  | 　 |  | 　 |  | 　 |  | 　 |
| □ | 鳳梨冬瓜雞湯 | □ | 冬瓜丸子湯 | □ | 蓮藕排骨湯 | □ | 關東煮湯 | □ | 豬血湯 |  |  |
| □ | 油豆腐細粉湯 | □ | 冬瓜鮮菇湯 | □ | 薏仁排骨湯 | □ | 肉羹湯 | □ | 蘿蔔湯 |  |  |
| □ | 馬鈴薯菇菇湯 | □ | 玉米排骨湯 | □ | 蘿蔔丸子湯 | □ | 味噌湯 |  | 　 |  |  |
| □ | 山藥菇菇湯 | □ | 田園蔬菜湯 | □ | 玉米條湯 | □ | 木瓜湯 |  | 　 |  |  |
| □ | 山藥蓮子湯 | □ | 黑豆排骨湯 | □ | 玉米濃湯 | □ | 扁蒲湯 |  | 　 |  |  |
| □ | 假魚肚羹湯 | □ | 酸菜白肉湯 | □ | 肉骨茶湯 | □ | 竹筍湯 |  | 　 | □ |
| □ | 火鍋什錦湯 | □ | 酸菜鴨肉湯 | □ | 辣椒雞湯 | □ | 黃瓜湯 |  | 　 | □ |
| □ | 牛蒡排骨湯 | □ | 紫菜蛋花湯 | □ | 香菇雞湯 | □ | 酸辣湯 |  | 　 | □ |
| 甜湯 | 　 |  | 　 |  | 　 | 　 | 　 |  | 　 |
| □ | 花生牛奶燕麥湯 | □ | 紅豆薏仁湯 | □ | 芋頭西米露 | □ | 八寶粥 | □ | 綠豆湯 |  |
| □ | 綠豆仁西米露 | □ | 紫米紅豆湯 | □ | 綠豆芋園湯 | □ | 地瓜湯 |  |  |  |
| □ | 花生四果湯 | □ | 綠豆小米粥 | □ | 銀耳雪蓮湯 | □ | 紅豆湯 |  | 　 | 　 | 　 |
| 蔬菜 | 　 |  | 　 |  | 　 |  | 　 |  | 　 |
| □ | 黑葉白菜 | □ | 小松菜 | □ | 空心菜 | □ | 荷白菜 | □ | 青松菜 |  | 　 |
| □ | 莧菜 | □ | 山菠菜 | □ | 青江菜 | □ | 油菜 | □ | 小白菜 |  |  |
| □ | 塔菇菜 | □ | 雪菜 | □ | 味美菜 | □ | 山茼蒿 | □ | 小芥菜 |  |  |
| □ | A菜 | □ | 高麗菜 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 水果 | 　 |  | 　 |  | 　 |  | 　 |  | 　 |
| □ | 百香果 | □ | 奇異果 | □ | 蘋果 | □ | 橘子 | □ | 甜桃 |  |  |
| □ | 香吉士 | □ | 小番茄 | □ | 香蕉 | □ | 柳丁 |  |  |  |  |

二、其他建議事項(請以條列式**具體**說明)

 **You are what you eat-**

 **身體健康**會因為所吃的食物種類不同而有所改變