

★本校膳食一律使用國產豬、牛肉

菜別	9月9日			星期一	9月10日			星期二	9月11日			星期三	9月12日			星期四	9月13日			星期五			
	名稱	食材名稱		數量	名稱	食材名稱		數量	名稱	食材名稱		數量	名稱	食材名稱		數量	名稱	食材名稱		數量			
主食	燕麥飯				糙米飯									紅扁豆	紅扁豆*			糙米飯					
主菜	宮保豆干				梅干皮絲				滑蛋玉米粥	玉米粒(CAS)<嘉鹿>				香酥素魚排			三杯麵腸						
						梅干菜<駿泰>(3K)					洗選蛋<東杰>					素魚排			18份				
		硬花生				皮絲		0.8KG		芹菜(QRC)									麵腸(切片)			1.5KG	
										油豆片			0.6 KG						麻油<燈燦>(450g)				
		乾辣椒(切)								紅蘿蔔小丁(產銷履歷)									九層塔			0.1KG	
		豆干(四分)		1.2KG																			
		小黃瓜(QRC)<正暘>																					
副菜	鮮菇蒸蛋	生香菇(QRC)			起司洋芋	乳酪絲(起司絲)(1K)				紅燒什錦	薑片				炒年糕	油豆片(切絲)		0.3 KG	小瓜什錦				
		洗選蛋<東杰>				馬鈴薯大丁+(QRC)					紅辣椒					金針菇(QRC)				杏鮑菇頭(QRC)			
						素火腿			1條		海帶結<聯宏>					韓國年糕條<中華>(500g)							
						紅蘿蔔大丁(產銷履歷)					白蘿蔔(進口)(大丁)+					高麗菜(進口)+					小黃瓜(QRC)<正暘>		
											紅蘿蔔大丁(產銷履歷)					紅蘿蔔絲(產銷履歷)					紅蘿蔔片(產銷履歷)		
											油豆腐丁(非基改)<津悅>												
青菜	履歷菜	薑絲			機小松	薑絲			0.3 KG						機優愛				機青油				
		青菜(產銷履歷)				小松菜(有機)										優愛菜(有機)				青油菜(有機)			
湯品	檸檬愛玉	二砂糖			鮮菇什錦湯	生香菇(QRC)				高麗菜包	高麗菜包			18個	竹筍油豆腐湯	脆筍片			黃豆芽湯	素肉絲		0.1KG	
		檸檬汁(濃縮)<大湖>(2.1K)				木耳絲(QRC)										福菜				黃豆芽(非基改)(QRC)			
		愛玉凍(3K)				素肉絲			0.1KG							油豆腐丁		0.3KG		紅蘿蔔絲(產銷履歷)			
						金針菇(QRC)																	
						青花菜(CAS)(1K)<嘉鹿>																	
水果	鮮奶	優酪乳<養樂多>(125ml)			20人					水果													
		鮮奶<養樂多>(125ml)																					
菜單營養分析	類別			份量	類別			份量	類別			份量	類別			份量	類別			份量			
	全穀根莖類			4.8	全穀根莖類			5.2	全穀根莖類			5.9	全穀根莖類			5.3	全穀根莖類			4.6			
	豆魚蛋肉類			2.9	豆魚蛋肉類			2	豆魚蛋肉類			1.5	豆魚蛋肉類			2.1	豆魚蛋肉類			2.4			
	油脂類			3.2	油脂類			3	油脂類			3	油脂類			3	油脂類			3			
	蔬菜類			0.9	蔬菜類			1.2	蔬菜類			0.4	蔬菜類			1.3	蔬菜類			1.5			
	乳品類			1	乳品類				水果類			1	水果類				水果類			0.2			
	熱量(大卡)			801	熱量(大卡)			679	熱量(大卡)			731	熱量(大卡)			696	熱量(大卡)			687			

設計:至芄企業有限公司

執行秘書:

校長: