

菜別	9月23日		星期一	9月24日		星期二	9月25日		星期三	9月26日		星期四	9月27日	
	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
主食	芝麻餡	黑白芝麻各		糙米飯						紫米飯	紫糯米*		糙米飯	
主菜	滑蛋親子丼			豆干高麗菜			什錦炒飯			荷包蛋			香酥豆包	生豆包
		素雞丁	1KG		豆干片	1.2KG								
		綠豆芽(QRC)			高麗菜(進口)+			洗選蛋<東杰>			洗選蛋	16個		
		洗選蛋<東杰>						三色粒(CAS)(1K)<富士鮮品>						
								素火腿	1條					
		紅蘿蔔絲(產銷履歷)						玉米粒(CAS)(1K)<嘉鹿>						
副菜	燜冬瓜	薑片		香菇麵筋	油泡<勝茂>		燴獅子頭	大白菜(進口)+		金菇什錦	薑絲		蘿蔔燒黑輪	素黑輪
		冬瓜(青皮)(去皮)(QRC)			乾香菇絲			木耳絲(QRC)			木耳絲(QRC)			白蘿蔔(進口)(大丁) +
					三色粒(CAS)(1K)<富士鮮品>			素獅子頭(40g)(CAS)<津谷>	16個		素肉絲	0.1 KG		紅蘿蔔大丁(產銷履歷)
								紅蘿蔔絲(產銷履歷)			金針菇(QRC)			
											紅蘿蔔絲(產銷履歷)			
青菜	履歷菜	薑絲		機莧菜	薑絲	0.3KG				機味美			黑葉白菜	
		青菜(產銷履歷)			莧菜(有機)						味美菜(有機)			黑葉白菜(有機)
湯品	四喜甜湯	二砂糖		紫菜豆腐湯			蘿蔔魚丸湯	素魚丸	0.3 KG	金針湯	薑絲		酸辣湯	木耳絲(QRC)
		長粉圓<尚旺>			紫菜(100g)			芹菜(QRC)			木耳絲(QRC)			
		綠豆			豆腐(切小丁)非基改)(大板)(鋪袋)			白蘿蔔(進口)(大丁) +			素羊肉	0.3KG		金針菇(QRC)
		花豆									乾金針			洗選蛋<東杰>
		麥片<福壽>												豆腐(非基改)(大板)(鋪袋)
														烏酢<穀盛>(5L)
														脆筍絲<品碩豐>
														紅蘿蔔絲(產銷履歷)
水果	鮮奶	優酪乳<養樂多>(125ml)					水果	水果	424份					
		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	
	全穀根莖類		5	全穀根莖類		4.5	全穀根莖類		4.5	全穀根莖類		4.5	全穀根莖類	
	豆魚蛋肉類		2	豆魚蛋肉類		2.1	豆魚蛋肉類		1.8	豆魚蛋肉類		2	豆魚蛋肉類	
	油脂類		3	油脂類		4	油脂類		3	油脂類		3.1	油脂類	
	蔬菜類		1.8	蔬菜類		1	蔬菜類		0.8	蔬菜類		1.8	蔬菜類	
	乳品類		1	乳品類			水果類		1	水果類			水果類	
	熱量(大卡)		761	熱量(大卡)		678	熱量(大卡)		665	熱量(大卡)		650	熱量(大卡)	

設計:至芄企業有限公司

執行秘書:

校長:

星期五
數量
16個
0.5 KG
衰)<津悅>
份量
4.8
2.2
3
1.4
671