

菜別	11月11日		星期一	11月12日		星期二	11月13日		星期三	11月14日		星期四	11月15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	紫米飯	紫糯米*		糙米飯						紅扁豆	紅扁豆*		糙米飯		
主菜	醬爆干丁	紅蘿蔔大丁(QRC)+		鹽酥百頁	地瓜粉		茄汁筆尖麵			豆腐燒香菇	薑絲		梅干麵輪		
		甜麵醬<十全>			素米血糕	1.2KG		生豆包切絲	0.6KG		辣豆瓣醬<十全>(640g)			麵輪	0.6KG
		大溪黑豆干(切9丁)(非基改)<津悅>			杏鮑菇頭(QRC)			蕃茄醬<可果美>(快餐用)(3.15K)			豆腐非基改<津悅>	1.2KG			
		小黃瓜(QRC)<正暘>						筆尖麵(斜管麵)(500g)			生香菇	0.6KG		梅干菜<駿泰>(3K)	
								三色粒(CAS)(1K)<富士鮮品>							
副菜	香菇蒸蛋			洋芋火腿	紅蘿蔔大丁(QRC)+		雙色花菜	白花菜(CAS)<嘉鹿>		紅燒三色	海帶結<聯宏>		小瓜什錦	紅蘿蔔片(QRC)+	
		生香菇	0.3KG		火腿條			青花菜(CAS)<嘉鹿>			油豆腐丁(非基改)<津悅>			生香菇(QRC)	
		洗選蛋<東杰>			馬鈴薯大丁+(QRC)			生香菇(QRC)			白蘿蔔(進口)(大丁)+			杏鮑菇頭(QRC)	
														小黃瓜(QRC)<正暘>	
青菜	履歷	薑絲		荷葉	薑絲	0.3 KG				機青油			機千寶		
		四季豆(冷凍CAS)	31 KG		荷葉白菜(有機)				青油菜(有機)			千寶菜(有機)			
湯品	綠豆西米露	二砂糖		酸菜素肚湯	酸菜心(切)		玉米濃湯	安佳奶油(454g)		羅宋湯	紅蘿蔔小丁(QRC)+		黃豆芽肉絲湯	紅蘿蔔絲(QRC)+	
		綠豆			薑絲			紅蘿蔔小丁(QRC)+						素肉絲	0.1KG
		西谷米			素肚	0.3KG					馬鈴薯小丁+(QRC)			黃豆芽(非基改)(QRC)	
								洗選蛋<東杰>							
								玉米粒(CAS)(1K)<嘉鹿>						牛蕃茄(QRC)<正暘>	
								馬鈴薯小丁+(QRC)						大白菜(QRC)+	
水果				豆奶	純豆奶(產銷履歷)<正康>(170ml)		水果	水果		優酪乳	優酪乳<養樂多>(125ml)				
									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	類別	份量	類別	份量	
	全穀根莖類	5.3	全穀根莖類	5.1	全穀根莖類	3.7	全穀根莖類	4.5	全穀根莖類	4.5					
	豆魚蛋肉類	2.8	豆魚蛋肉類	2	豆魚蛋肉類	0.9	豆魚蛋肉類	3	豆魚蛋肉類	1.9					
	油脂類	3	油脂類	3	油脂類	3	油脂類	3	油脂類	3					
	蔬菜類	1	蔬菜類	1.4	蔬菜類	1.2	蔬菜類	1.5	蔬菜類	2					
	乳品類		水果類		水果類	1	水果類		乳品類	1					
熱量(大卡)	741	熱量(大卡)	677	熱量(大卡)	552	熱量(大卡)	713	熱量(大卡)	724						

設計:至芃企業有限公司

執行秘書:

校長: