

類別	12月9日		星期一	12月10日		星期二	12月11日		星期三	12月12日		星期四	12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	五穀飯	五穀米 +		糙米飯						小米飯	小米*		糙米飯		
主菜	蠔油鮮菇黑豆干	大溪黑豆干(切12丁)(非基改)<津悅>		麻油豆包			什錦炒米粉	米粉		炸什錦			馬鈴薯燉菜		
		杏鮑菇頭(QRC)			高麗菜(QRC)+			綠豆芽(QRC)			南瓜	0.6KG		馬鈴薯大丁(進口)+	
		紅蘿蔔大丁(QRC)+			生豆包	16片		乾香菇絲			杏鮑菇頭	0.6KG		紅蘿蔔大丁(QRC)+	
		素蠔油<萬家香>(非基改)(6K)			麻油<燈燦>(450g)			紅蘿蔔絲(QRC)+			素米血糕(450G)	1包			
					薑片			油豆片切絲	0.6KG					青花菜	0.6KG
					枸杞									生香菇	0.3KG
														牛番茄	0.3KG
副菜	枸杞蒸蛋	洗選蛋<東杰>		客家蘿蔔絲	白蘿蔔(切絲)+(QRC)		紅燒什錦	油豆腐(小三角)(非基改)(約27g)<津悅>		麻婆豆腐	豆腐(切小丁)非基改(大板)(鋪袋)<津悅>		腐乳高麗菜	高麗菜(QRC)+	
		年糕紙			紅蘿蔔絲(QRC)+			杏鮑菇頭(QRC)						豆腐乳(甜酒)<江記>(900g)	
		枸杞			素肉絲	0.1 KG		海帶結<聯宏>			辣豆瓣醬<十全>(640g)			紅蘿蔔絲(QRC)+	
								紅蘿蔔大丁(QRC)+							
								薑片							
								紅辣椒							
					乾香菇絲										
青菜	履歷菜	青松菜(產銷履歷)		苧菜	苧菜白菜(有機)					機小松	小松菜(有機)		機塔菇	塔菇菜(有機)	
		薑絲			薑絲	0.3KG									
湯品	燒仙草	二砂糖		高麗菜味噌湯	高麗菜(QRC)+		福菜鮮菇湯	長福菜<品碩豐>		玉米蛋花湯	洗選蛋<東杰>		青木瓜湯	青木瓜(去皮)+(QRC)<正賜>	
		仙草原汁<津悅>(5K)						金針菇	0.3KG		玉米粒(CAS)(1K)<嘉鹿>			素羊肉	
		長粉圓<尚旺>			豆腐(切小丁)非基改(大板)(鋪袋)<津悅>			薑絲			紅蘿蔔小丁(QRC)+			枸杞	
		綠豆			味噌<十全>(3K)										
		花豆			乾海帶芽										
		花生片(熟硬)													
水果				豆奶	純豆奶(產銷履歷)<正康>(430+4 瓶)		水果	水果	425份	優酪乳	優酪乳<養樂多>(125ml)	425 +2瓶			
											鮮奶<養樂多>(125ml)	2 瓶			
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		5.1	全穀根莖類		4.7	全穀根莖類		4	全穀根莖類		4.7	全穀根莖類		4.7
	豆魚蛋肉類		2.3	豆魚蛋肉類		2	豆魚蛋肉類		1	豆魚蛋肉類		2.5	豆魚蛋肉類		2
	油脂類		3.2	油脂類		3	油脂類		3.1	油脂類		3	油脂類		3
	蔬菜類		1	蔬菜類		1.8	蔬菜類		0.9	蔬菜類		0.9	蔬菜類		1.9
	乳品類			水果類			水果類		1	乳品類		1	乳品類		
	熱量(大卡)		699	熱量(大卡)		659	熱量(大卡)		577	熱量(大卡)		755	熱量(大卡)		662