

菜 別	9月15日		星期一	9月16日		星期二	9月17日		星期三	9月18日		星期四	9月19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	薏仁	小薏仁*		糙米飯						麥片	麥片<福壽>*		糙米飯		
主菜	滑蛋素親子丼			馬鈴薯烘蛋			義大利麵	小烏龍麵		味噌豆腐			滷豆包	滷包(小)<老公仔標>	
		綠豆芽(QRC)			馬鈴薯大丁+(QRC)			油豆片	0.3 KG		豆腐(切小丁)(非基改)(大板)(舖)				
		洗選蛋<東杰>			洗選蛋	15+1		杏鮑菇	0.3 KG		味噌<十全>(3K)			生豆包	15+1
		油豆腐(小三角)	1.2KG		紅蘿蔔大丁(QRC)+			三色粒(CAS)(1K)<富士鮮品>							
		紅蘿蔔絲(QRC)+						蕃茄醬<可果美>(快餐用)(3.15K)			薑絲				
											白芝麻				
副菜	枸杞冬瓜	冬瓜(青皮)(去皮)(QRC)+		玉米燒海帶根	海帶根<聯宏>		雙色花菜	白花菜(CAS)<嘉鹿>		豆卷白菜	大白菜(QRC)+		家常豆腐	油豆腐丁(非基改)<津悅>	
		枸杞	0.1KG		玉米粒(CAS)(1K)<嘉鹿>			青花菜(CAS)<嘉鹿>			木耳絲(QRC)			脆筍片<品碩豐>	
		薑絲			薑絲			生香菇(QRC)			豆皮卷(非基改)<久代>			紅蘿蔔片(QRC)+	
											紅蘿蔔絲(QRC)+			木耳絲(QRC)	
								紅蘿蔔片(QRC)+							
青菜	產銷履歷青菜	莧菜(產銷履歷)	30 KG	有機小松菜	小松菜(有機)		有機青油菜	青油菜(有機)		有機優愛菜	優愛菜(有機)		田園蔬菜湯		
		薑絲			薑絲	0.3 KG									
湯品	花豆芋圓湯	二砂糖		薄揚蘿蔔湯	白蘿蔔(進口)(大丁)+		玉米濃湯	馬鈴薯小丁+(QRC)		牛蒡湯	牛蒡(去皮)+(QRC)<正暘>		田園蔬菜湯	大白菜(進口)+	
		花豆			油豆腐丁(非基改)<津悅>			玉米粒(CAS)(1K)<嘉鹿>			素羊肉	0.3 KG		紅蘿蔔絲(QRC)+	
		芋圓<賞味佳>(0.6K)						洗選蛋<東杰>						素肉絲	0.1 KG
					味噌<十全>(3K)									金針菇(QRC)	
								安佳奶油(454g)						玉米粒(CAS)(1K)<嘉鹿>	
								紅蘿蔔小丁(QRC)+							
水果	優酪乳	優酪乳<養樂多>(125ml)					水果	水果	398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		份量
	全穀根莖類		5.4	全穀根莖類		4.9	全穀根莖類		4.2	全穀根莖類		5.4	全穀根莖類		4.5
	豆魚蛋肉類		2	豆魚蛋肉類		1.9	豆魚蛋肉類		1	豆魚蛋肉類		2	豆魚蛋肉類		2.7
	油脂類		3	油脂類		3	油脂類		3	油脂類		3	油脂類		3
	蔬菜類		1.9	蔬菜類		1.5	蔬菜類		1.1	蔬菜類		1.9	蔬菜類		1.3
	乳品類		1	水果類			水果類		1	水果類			水果類		
	熱量(大卡)		792	熱量(大卡)		658	熱量(大卡)		592	熱量(大卡)		711	熱量(大卡)		685