

菜別	9月29日			9月30日			10月1日			10月2日			10月3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	數量
主食				糙米飯						五穀飯	五穀米 +		糙米飯		
主菜	教師節補假			玉米炒蛋	洗選蛋	16+1個	油蔥乾拌麵	油麵(白)		照燒干丁			茄汁豆包		
					玉米粒(CAS)(1K)<嘉鹿>			綠豆芽						蕃茄醬<可果美>(快餐用)(3.15K)	
					紅蘿蔔大丁(QRC)+						紅蘿蔔片(QRC)+			生豆包	16+1片
					毛豆粒			紅蘿蔔絲(QRC)+			豆干(四分)	1KG		蕃茄丁<可果美>(2.55K)	
								油豆片切絲	0.6KG		杏鮑菇	0.3KG		薑絲	
														毛豆粒	0.3KG
副菜				回鍋干片	豆干片(非基改)<津悅>		產銷履歷青菜	小白菜(產銷履歷)		麻醬如意菜	小黃瓜(QRC)<正暘>		炒寧波年糕	寧波年糕片<新興>(550g)	
					高麗菜(進口)+			薑絲			高麗菜(進口)+			高麗菜(進口)+	
											白干絲(非基改)<津悅>				
											芝麻醬(350g)			紅蘿蔔絲(QRC)+	
											紅蘿蔔絲(QRC)+			木耳絲(QRC)	
											木耳絲(QRC)				
青菜				有機空心菜	空心菜(有機)					有機白松菜	白松菜(有機)		有機千寶菜	千寶菜(有機)	
					薑絲	0.3 KG									
湯品				海帶芽湯	素羊肉	0.3KG	香菇湯	白蘿蔔(進口)(大丁) +		青菜豆腐湯	小白菜(產銷履歷)		榨菜粉絲湯	榨菜絲<品碩豐>	
					乾海帶芽(0.6K)			豆皮卷	0.1KG		豆腐(切小丁)(非基改)(大板)(舖裝)			冬粉	0.1KG
					薑絲			生香菇(QRC)							
								薑片							
水果							水果	水果	396份						
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			全穀根莖類	4.7		全穀根莖類	4		全穀根莖類	4.5		全穀根莖類	5.3
		豆魚蛋肉類			豆魚蛋肉類	2.8		豆魚蛋肉類	1		豆魚蛋肉類	2.4		豆魚蛋肉類	2
		油脂類			油脂類	3		油脂類	3		油脂類	3		油脂類	3
		蔬菜類			蔬菜類	1.2		蔬菜類	1.3		蔬菜類	1.6		蔬菜類	1.6
		乳品類			水果類			水果類	1		水果類			水果類	
		熱量(大卡)	0		熱量(大卡)	704		熱量(大卡)	583		熱量(大卡)	670		熱量(大卡)	696