

類別	10月6日		星期一	10月7日		星期二	10月8日		星期三	10月9日		星期四	10月10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				糙米飯			粥			五穀飯	五穀米 +				
主菜				咖哩豆包			南瓜粥	南瓜(QRC)<正陽>		沙茶鮮菇豆腐	生香菇	0.3 KG			
											豆腐(1.2K)	1盒			
					生豆包	16+1		油豆片絲	0.6 KG		紅蘿蔔絲(QRC)+				
											素沙茶醬	1 罐			
								乾香菇絲			咖哩粉				
副菜				螞蟻上樹	冬粉(龍品)<信全>		素小炒	豆干片(非基改)<津悅>		枸杞蒸蛋	洗選蛋<東杰>				
					高麗菜(進口)+						年糕紙				
					紅蘿蔔絲(QRC)+			芹菜	0.1 KG		枸杞				
								素魷魚	1包						
					辣豆瓣醬<十全>(640g)			紅辣椒							
					乾香菇絲										
					小松菜(有機)										
青菜				機小炒	薑絲	0.3 KG				機莧菜	莧菜(有機)				
湯品				酸菜湯	酸菜心(切)		高麗菜包	高麗菜包<奇美>(65g)		仙草 Q Q	仙草凍(3K)				
											二砂糖				
					薑絲						長粉圓<尚旺>				
水果							水果	水果							
菜單營養分析				類別	份量		類別	份量		類別	份量				
				全穀根莖類	5.1		全穀根莖類	6.3		全穀根莖類	5.4				
				豆魚蛋肉類	2.4		豆魚蛋肉類	2.4		豆魚蛋肉類	2.8				
				油脂類	3		油脂類	3		油脂類	3				
				蔬菜類	1.2		蔬菜類	0.2		蔬菜類	1.1				
				水果類			水果類	1		水果類					
				熱量(大卡)	702		熱量(大卡)	821		熱量(大卡)	751				

設計:至芄企業有限公司

執行秘書:

校長: