

菜別	11月24日		星期一	11月25日		星期二	11月26日		星期三	11月27日		星期四	11月28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	蕎麥飯	蕎麥*		糙米飯						芝麻飯	黑白芝麻各		糙米飯		
主菜	醬爆干丁	豆干(四分)(非基改)<津悅>		黑胡椒麵腸			炸醬麵	油麵(白)		五柳豆包			三杯油豆腐		
		杏鮑菇頭(QRC)			薑絲	0.1KG		豆干丁(非基改)<津悅>			生豆包	16+1		杏鮑菇頭(QRC)	
		紅蘿蔔大丁(QRC)+			麵腸(切片)	1 KG		素肉燥	1罐		紅蘿蔔絲(QRC)+			油豆腐丁	1KG
		甜麵醬<十全>			黑胡椒粒<老公仔標>(345g)			小黃瓜(QRC)<正暘>			木耳絲(QRC)			麻油<燈燦>(450g)	
		小黃瓜(QRC)<正暘>						紅蘿蔔絲(QRC)+			脆筍絲<品碩豐>			九層塔(QRC)<旭暘>	
								黑豆瓣醬<十全>			薑絲			薑片	
								甜麵醬<十全>							
								絞蒜頭							
副菜	紅蔘炒蛋	洗選蛋<東杰>		芝麻海帶根	海帶根<聯宏>		鮮菇高麗菜	高麗菜(QRC)+		鐵板豆腐	豆腐(切小丁)(非基改)(大板)(鋪袋)		燜冬瓜	冬瓜(青皮)(去皮)(QRC)+	
		紅蘿蔔絲(QRC)+			紅蘿蔔絲(QRC)+			木耳絲(QRC)			紅蘿蔔片(QRC)+			素肉絲	0.1KG
					薑絲						脆筍片<品碩豐>			薑絲	
					白芝麻						毛豆粒				
青菜	產銷履歷青菜	小白菜(產銷履歷)	30 KG	有機青油菜	青油菜(有機)					有機荷葉白菜	荷葉白菜(有機)		有機千寶菜	千寶菜(有機)	
		薑絲			薑絲	0.3 KG									
湯品	黑糖白粉圓湯	白粉圓		田園蔬菜湯	大白菜(QRC)+		大黃瓜魚丸湯	大黃瓜(去皮)+(QRC)<正暘>		玉米蛋花湯	洗選蛋<東杰>		金菇肉絲湯	金針菇(QRC)	
		冬瓜糖			紅蘿蔔絲(QRC)+			素丸子	0.3KG		玉米粒(CAS)(1K)<嘉鹿>			紅蘿蔔絲(QRC)+	
		黑糖(紅糖)(450g)<寶山>			素羊肉	0.3KG					紅蘿蔔小丁(QRC)+			素肉絲	共用
					木耳絲(QRC)									木耳絲(QRC)	
					玉米粒(CAS)(1K)<嘉鹿>										
水果	優酪乳	優酪乳<養樂多>(125ml)	93+2 瓶				水果	水果							
		鮮奶<養樂多>(125ml)	2 瓶												
菜單	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		4.5	全穀根莖類		3.8	全穀根莖類		4.6	全穀根莖類		4.5
	豆魚蛋肉類		2	豆魚蛋肉類		1.8	豆魚蛋肉類		1.3	豆魚蛋肉類		2.2	豆魚蛋肉類		2

營養分析	油脂類	3	油脂類	3	油脂類	3	油脂類	3	油脂類	3
	蔬菜類	1.2	蔬菜類	1.9	蔬菜類	1.2	蔬菜類	1.1	蔬菜類	1.9
	乳品類	1	水果類		水果類	1	水果類		水果類	
	熱量(大卡)	774	熱量(大卡)	633	熱量(大卡)	589	熱量(大卡)	650	熱量(大卡)	648

設計:至芄企業有限公司

執行秘書:

校長:

◎本菜單含有甲殼類、花生、乳品類、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類、亞硫酸鹽類等及其各類製品，不適合對其過敏體質者食用。

