

菜別	12月22日		星期一		12月23日		星期二		12月24日		星期三		12月25日		星期四		12月26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	名稱	食材名稱	數量	名稱	食材名稱	數量						
主食	薏仁飯	小薏仁*		蕃茄貝殼麵	糙米飯		馬鈴薯燉油豆腐★	油豆腐丁★		行憲紀念日	1.2KG		糙米飯	生豆包★		椒麻豆包★	17片										
	蠣油	大溪黑豆干(切12丁)(非基改)<津悅			貝殼麵(三色)(500g)			馬鈴薯燉油豆腐★				高麗菜(QRC)+				檸檬汁(濃縮)(960c.c)			花椒粒								
	鮮菇	杏鮑菇頭(QRC)			玉米粒(CAS)(1K)<嘉鹿>			紅蘿蔔大丁(QRC)+																			
	黑豆	紅蘿蔔大丁(QRC)+			青花菜(CAS)<嘉鹿>			蕃茄醬<可果美>(快餐用)(3.15)																			
	干★	素蠣油<萬家香>(非基改)(6K)			絞蒜頭			紅蘿蔔小丁(QRC)+																			
					蕃茄丁<可果美>(2.55K)							★															
副菜	蕃茄炒蛋★	洗選蛋<東杰>★		麥克雞塊	素雞塊		玉米燒海茸	海茸<聯宏>		客家蘿蔔絲	白蘿蔔(切絲)+(QRC)		17*3	玉米粒(CAS)(1K)<嘉鹿>		油豆片切絲	0.3KG		絞紅蔥頭								
		牛蕃茄(QRC)<正暘>			素雞塊			玉米粒				紅蘿蔔絲(QRC)+															
		蔥			素雞塊			薑絲				乾香菇絲															
					17																						
青菜	產銷履歷青菜	蚵白菜(產銷履歷)		玉筍花椰	青花菜(CAS)<嘉鹿>		有機青松菜	青松菜(有機)		有機小白菜	小白菜(有機)		17*3	玉米筍		蕃茄蛋花湯★	薑絲		蕃茄蛋花湯★	洗選蛋<東杰>★							
		薑絲			玉米筍(QRC)<旭暘>			素羊肉				牛蕃茄(QRC)<正暘>															
					薑絲 0.3 KG			紅蘿蔔絲(QRC)+																			
湯品	羅蔔鮮菇湯D	白蘿蔔大丁+(QRC)		珍珠奶茶4	黑粉圓(大)<賞味佳>		日菜冬粉湯D	大白菜(QRC)+		蕃茄蛋花湯★	洗選蛋<東杰>★		17*3	二砂糖		蕃茄蛋花湯★	素羊肉 0.3 KG		蕃茄蛋花湯★	牛蕃茄(QRC)<正暘>							
		生香菇 0.3KG			純紅茶(60g x 10小包)<尚旺>			紅蘿蔔絲(QRC)+																			
		芹菜(QRC)<旭暘>			奶粉<雀巢>(2.1K)			冬粉(龍品)<信全>																			
水果	優酪乳	優酪乳<養樂多>(125ml)	394+2 瓶		水果			水果																			
		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											
	全穀根莖類		4.5	全穀根莖類		4.6	全穀根莖類		4.9					全穀根莖類		4.5											
	豆魚蛋肉類		2.3	豆魚蛋肉類		2.4	豆魚蛋肉類		1.9					豆魚蛋肉類		2.1											
	油脂類		3.1	油脂類		3	油脂類		3					油脂類		3											
	蔬菜類		1.4	蔬菜類		1.1	蔬菜類		0.2					蔬菜類		1.1											
	乳品類		1	水果類			水果類		1					水果類													
熱量(大卡)		743	熱量(大卡)		665	熱量(大卡)		686	熱量(大卡)								熱量(大卡)	635									

