

類別	3月1日		星期一	3月2日		星期二	3月3日		星期三	3月4日		星期四	3月5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						燕麥	燕麥*		糙米飯				
主菜				照燒麵腸	紅蘿蔔片<產銷履歷>		雞蛋菠菜粥	紅蘿蔔小丁<產銷履歷>		麻油蛋	紅標米酒<台灣菸酒>		馬鈴薯燒油腐	馬鈴薯大丁(QRC)+			
											油豆腐丁			1KG			
					麵腸			1KG	洗選蛋			高麗菜(QRC) +<正暘>					
									菠菜(產銷)			麻油<燈燦>(450g)					
									油豆片		0.6KG	洗選蛋		12個			
副菜				炒三絲	薑絲		鮮菇高麗菜	紅蘿蔔絲<產銷履歷>		家常豆腐			鳳梨木耳	薑絲			
					紅辣椒			秀珍菇(QRC)			紅蘿蔔片<產銷履歷>			木耳絲(QRC)			
					西芹			高麗菜(QRC) +<正暘>			木耳絲(QRC)			赤肉絲<桃園>			
					金針菇			金針菇(QRC)						甜鳳梨角<飯友>(3035g)			
					油豆片(切絲)(非基改)			10KG			油豆腐丁(非基改)<津悅>						
											脆筍片<品碩豐>						
青菜				有機	薑絲					有機	薑絲		有機				
					廣島菜(有機)						小白菜(有機)			蘿蔓萵苣(有機)			
湯品				玉米蛋花湯	紅蘿蔔小丁<產銷履歷>		銀絲卷	銀絲捲<奇美>		酸菜素肚湯	酸菜心(切)		蓮藕湯				
					玉米粒(CAS)<嘉鹿>						薑絲			蓮藕片(QRC)			
					洗選蛋<東杰>						素肚			0.5KG	素羊肉		0.3KG
水果							水果	水果			393人			392人			
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		5.9	全穀根莖類		4.7	全穀根莖類		5.8	全穀根莖類		4.5	全穀根莖類		4.8		
	豆魚蛋肉類		3	豆魚蛋肉類		2.7	豆魚蛋肉類		1.2	豆魚蛋肉類		2.9	豆魚蛋肉類		2		
	油脂類		2.5	油脂類		3	油脂類		3	油脂類		2.8	油脂類		2.8		
	蔬菜類		1.1	蔬菜類		1.5	蔬菜類		1	蔬菜類		1.5	蔬菜類		1.4		
	乳品類		1	水果類			水果類		1	水果類			水果類		0.6		
	熱量(大卡)		859	熱量(大卡)		704	熱量(大卡)		716	熱量(大卡)		696	熱量(大卡)		683		

設計:食譜審查委員

執行秘書:

校長: