

類別	3月8日		星期一	3月9日		星期二	3月10日		星期三	3月11日		星期四	3月12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	五穀飯	五穀米 +	2KG	糙米飯						小米飯	小米*	2KG	糙米飯		
主菜	筍乾麵輪煮	薑片	0.3KG	香酥虱目魚排	胡椒鹽<老公仔標>(600g)	1盒	什錦炒米粉	蔥	1KG	麻油雞	薑片	0.5KG	南瓜燒肉	薑片	0.3KG
		紅蘿蔔大丁<產銷履歷>	2KG		虱目魚排(75g)	396份		絞紅蔥頭	0.6KG		高麗菜(QRC) +<正場>	10KG		赤肉丁<桃園>	24KG
		海帶結<聯宏>	10KG					赤肉絲<桃園>	7KG		麻油<燈燦>(450g)	1瓶		南瓜	15KG
		麵輪(小)	6KG					乾蝦仁	0.2KG		雞丁(CAS)-<上德>	23KG			
		筍干<品碩豐>	5包					高麗菜(QRC) +<正場>	15KG		骨腿丁(CAS)	3KG			
								米粉	30KG						
								乾香菇絲	0.2KG						
								紅蘿蔔絲(冷凍)<嘉鹿>	3KG						
副菜	玉米炒蛋	蔥	0.6KG	螞蟻上樹	紅蘿蔔絲(冷凍)<嘉鹿>	2KG	鹽酥三品	杏鮑菇頭(QRC)	15KG	起司洋芋	紅蘿蔔大丁<產銷履歷>	3KG	五福臨門	馬鈴薯小丁(冷凍)<嘉鹿>	8KG
		玉米粒(CAS)<嘉鹿>	12KG		絞赤肉<桃園>	3KG		胡椒鹽<老公仔標>(600g)	1盒		馬鈴薯大丁(QRC)+	30KG		素火腿丁	5包
		洗選蛋<東杰>	20KG		乾蝦仁	0.3KG		甜不辣絲<CAS>	10KG		培根<立大>	2KG		玉米粒(CAS)<嘉鹿>	15KG
		紅蘿蔔小丁(冷凍)<嘉鹿>	2KG		高麗菜(QRC) +<正場>	6KG		豆干	10KG		乳酪絲(起司絲)(1K)	1包		毛豆仁(CAS)(1K)<嘉鹿>	3包
					辣豆瓣醬<十全>(640g)	1瓶								紅蘿蔔小丁(冷凍)<嘉鹿>	3KG
					乾香菇絲	0.1KG									
					冬粉(龍品)<信全>	6KG									
青菜	炒青菜	薑絲	0.2KG	有機四季豆	絞蒜頭	0.2KG				有機紅豆	絞蒜頭	0.2KG	有機青江菜	絞蒜頭	0.2KG
		山茼蒿(產銷履歷)	33KG		黑葉白菜(有機)	33KG					福山茼蒿(有機)	33KG		青油菜(有機)	33KG
湯品	黑糖地瓜湯	薑片	0.3KG	薄揚蘿蔔湯	白蘿蔔(去皮) +	12KG	肉羹湯	木耳絲(QRC)	2KG	紫菜吻魚湯	薑絲	0.2KG	黃豆芽肉絲湯	赤肉絲<桃園>	3KG
		地瓜(去皮) +	20KG		柴魚(300g)	1包		柴魚(300g)	1包		吻仔魚	0.6KG		黃豆芽(非基改)	14KG
		黑糖(紅糖)(450g)<寶山>	12包		油豆腐丁(非基改)<津悅>	2KG		脆筍絲<品碩豐>	2包		紫菜(100g)	1包			
					味噌<十全>(3K)	1箱		肉羹(CAS)	6KG						
								紅蘿蔔絲(冷凍)<嘉鹿>	2KG						
水果	鮮奶	優酪乳<養樂多>(125ml)	3+6瓶			396人	水果	水果	404+1份			393人			393人
		鮮奶<養樂多>(125ml)	402瓶												
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	5.7		全穀根莖類	5.2		全穀根莖類	4.5		全穀根莖類	5.2		全穀根莖類	5.2	
	豆魚蛋肉類	1.5		豆魚蛋肉類	2.2		豆魚蛋肉類	1		豆魚蛋肉類	2		豆魚蛋肉類	2.2	
	油脂類	2.5		油脂類	3		油脂類	3.2		油脂類	2.9		油脂類	2.8	
	蔬菜類	1.3		蔬菜類	1.3		蔬菜類	1		蔬菜類	1.1		蔬菜類	1.2	
	乳品類	1		水果類			水果類	1		水果類			水果類		
	熱量(大卡)	738		熱量(大卡)	697		熱量(大卡)	619		熱量(大卡)	672		熱量(大卡)	685	

設計:食譜審查委員

執行秘書:

校長: