

菜別	12月13日			12月14日			12月15日			12月16日			12月17日		
	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	五穀米+		糙米飯						小米	小米*		糙米飯		
主菜	蠔油 鮮菇 黑豆干			小瓜炒蛋			義大利麵	蕃茄醬<可果美>(3330g)		豆干花生	薑絲		馬鈴薯燒百頁	馬鈴薯大丁(進口)+	
		紅蘿蔔片(QRC)			油豆片	0.6KG		紅辣椒			百頁豆腐	1KG			
		杏鮑菇頭(QRC)			洗選蛋	15個		素火腿	1條		油花生				
		大溪黑豆干(切9丁)(非基改)<			小黃瓜(QRC)<義庄>			小烏龍麵			豆干片(非基改)<津悅>			紅蘿蔔大丁(QRC)	
		毛豆粒						三色粒(CAS)(1K)<富士鮮品>			小魚干				
副菜	紅蔘炒蛋			紹子豆腐	木耳絲(QRC)		雙色花椰	赤肉片<桃園>		沙茶粉絲煲	素沙茶醬	1瓶	客家蘿蔔絲	赤肉絲<桃園>	
		紅蘿蔔絲(QRC)			青花菜(CAS)<富士鮮品>			紅蘿蔔絲(QRC)							
		洗選蛋<東杰>			白花菜(CAS)<富士鮮品>			木耳絲(QRC)			乾香菇絲				
					黑豆瓣醬<十全>			素肉絲	0.1KG		白蘿蔔(切絲)+(QRC)<義庄>				
					油豆腐丁(非基改)<津悅>			高麗菜(QRC)+							
					三色粒(CAS)(1K)<富士鮮品>			冬粉(龍品)<信全>							
青菜	(產銷) 小松菜(產銷履歷)			蘿蔓	薑絲	0.2KG			機廣自	廣島菜(有機)		機高麗	高麗菜(有機)		
					蘿蔓萵苣(有機)										
湯品	綠豆薏仁湯	二砂糖		味噌湯			玉米濃湯	安佳奶油(454g)		田園蔬菜湯	紅蘿蔔絲(QRC)		金菇湯	大白菜(QRC)+	
		綠豆			豆腐(非基改)(大板)<津悅>			素肉絲	共用		紅蘿蔔絲(QRC)				
		小薏仁			味噌<十全>(3K)			馬鈴薯小丁(進口)+			大白菜(QRC)+			金針菇(QRC)	
								洗選蛋<東杰>			杏鮑菇頭(QRC)				
								玉米粒(CAS)(1K)<富士鮮品>			玉米粒(CAS)(1K)<富士鮮品>				
水果	鮮奶	優酪乳<養樂多>(125ml)		水果	水果						326人				
		鮮奶<養樂多>(125ml)													
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	類別	份量	類別	份量	
	全穀根莖類	5.6	全穀根莖類	4.5	全穀根莖類	4	全穀根莖類	5.3	全穀根莖類	4.8					
	豆魚蛋肉類	2.2	豆魚蛋肉類	3	豆魚蛋肉類	1	豆魚蛋肉類	2.5	豆魚蛋肉類	2					
	油脂類	2.8	油脂類	3	油脂類	3	油脂類	3.2	油脂類	3					
	蔬菜類	1.3	蔬菜類	1.1	蔬菜類	1.2	蔬菜類	1.3	蔬菜類	2					
	乳品類	1	乳品類		水果類	1	乳品類	0.1	水果類						
熱量(大卡)	776	熱量(大卡)	703	熱量(大卡)	580	熱量(大卡)	741	熱量(大卡)	671						

設計:食譜審查委員

執行秘書:

校長: