

類別	3月7日		星期一	3月8日		星期二	3月9日		星期三	3月10日		星期四	3月11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	燕麥餅	燕麥*	2KG	糙米飯						麥片餅	麥片<福壽>*	2KG	糙米飯		
主菜	咖哩時蔬	咖哩粉<老公仔標>(600g)	1盒	南瓜燒肉	薑片	0.3KG	沙茶肉羹燴飯	沙茶醬<牛頭牌>	1桶	滷雞翅	滷包(小)<老公仔標>	3個	日式壽喜燒	蔥	0.3KG
		紅蘿蔔大丁(QRC)	2KG		赤肉丁<桃園>	24.5KG		大白菜(QRC)+	12KG		絞蒜頭	0.3KG		洋蔥	7KG
		馬鈴薯大丁(QRC)+	20KG		南瓜(QRC)<正暘>	13KG		紅蘿蔔絲(QRC)	2KG		雞翅(CAS)<超秦>	400支		赤肉片<桃園>	24KG
		百頁豆腐(切24丁)(非基)	8KG					木耳絲(QRC)	2KG					黃豆芽(QRC)	6KG
		青花菜(CAS)(1K)<富士>	5包					脆筍絲<品碩豐>	2包					壽喜燒醬<穀盛>(1800g)	1桶
								肉羹(CAS)<嘉楠>	12KG					白芝麻	0.2KG
副菜	蕃茄炒蛋	蔥	0.6KG	三絲燴芥菜	紅蘿蔔絲(QRC)	3KG	蔬菜關東煮	紅蘿蔔大丁(QRC)	3KG	黃瓜什錦	紅蘿蔔片(QRC)	2KG	麻婆豆腐	蔥	0.5KG
		洗選蛋<東杰>	20KG		木耳絲(QRC)	1KG		白蘿蔔(去皮)+(QRC)<	15KG		木耳絲(QRC)	1KG		絞赤肉<桃園>	3KG
		牛蕃茄(QRC)<正暘>	15KG		赤肉絲<桃園>	3KG		油豆腐丁(非基改)<津博>	8KG		白精靈菇(1K)(QRC)	4包		辣豆瓣醬<十全>(640g)	1瓶
					大芥菜(QRC)	30KG		虱目魚甜不辣條	6KG		大黃瓜(去皮)+(QRC)<	30KG		豆腐(非基改)(大板)<源順>	7板
					薑絲	0.3KG									
青菜	(產銼)	薑絲	0.2KG	機青松	絞蒜頭	0.2KG				黑葉	絞蒜頭	0.2KG	蘿蔓	絞蒜頭	0.2KG
		山茼蒿(產銷履歷)	33KG		青松菜(有機)	33KG					黑葉白菜(有機)	33KG		蘿蔓茼蒿(有機)	33KG
湯品	豆紫米桂圓湯	二砂糖	6KG	黃瓜湯	大黃瓜(去皮)+	18KG	高麗菜味噌湯	洋蔥(QRC)+	2KG	榨菜肉絲湯	蔥	0.3KG	冬瓜魚丸湯	薑絲	0.3KG
		紅豆	5KG		大骨(切)<桃園>	2KG		高麗菜(QRC)+	6KG		赤肉絲<桃園>	4KG		冬瓜(青皮)(去皮)(QRC)	15KG
		桂圓干(600g)	1盒					乾海帶芽	0.1KG		榨菜絲<品碩豐>	4包		珍珠虱目魚丸(小)<源順>	2KG
		紫糯米	3KG					豆腐(非基改)(大板)<津博>	2板						
								味噌<十全>(3K)	1箱						
水果	優酪乳	優酪乳<養樂多>(125ml)	408瓶			400人	水果	水果	406+1份			394人			394人
		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	類別		份量
	全穀根莖類		5.8	全穀根莖類		4.7	全穀根莖類		4.8	全穀根莖類		4.5	全穀根莖類		4.5
	豆魚蛋肉類		1	豆魚蛋肉類		2	豆魚蛋肉類		1.5	豆魚蛋肉類		2.4	豆魚蛋肉類		2.5
	油脂類		3.2	油脂類		3	油脂類		3.2	油脂類		3	油脂類		3.1
	蔬菜類		1.3	蔬菜類		2.1	蔬菜類		1	蔬菜類		1.8	蔬菜類		1.4
	乳品類		1	水果類			水果類		1	水果類			水果類		
	熱量(大卡)		739	熱量(大卡)		667	熱量(大卡)		678	熱量(大卡)		675	熱量(大卡)		677

設計:食譜審查委員

執行秘書:

校長: