

菜別	3月11日		星期一	3月12日		星期二	3月13日		星期三	3月14日		星期四	3月15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	紫米飯	紫糯米*		糙米飯						紅扁豆	紅扁豆*		糙米飯			
主菜	麻油豆包	薑片		京醬干片	豆干片	1.2KG	什錦炒米粉			滷素肚	滷包(小)<老公仔標>		味噌豆腐			
		生豆包	20片		甜麵醬<十全>			油豆片(切絲)	0.6KG		素肚(切)	1.5KG		薑絲		
		高麗菜(QRC)+			小黃瓜(QRC)<正暘>									白芝麻		
		麻油<燈燦>(450g)						米粉								
					紅蘿蔔絲(產銷履歷)+			乾香菇絲						味噌<十全>(3K)		
								綠豆芽(QRC)						豆腐(切小丁)非基改)(大板)	1板	
								紅蘿蔔絲(產銷履歷)+								
副菜	玉米炒蛋			鐵板豆腐	紅蘿蔔片(QRC)+		蔬菜關東煮	白蘿蔔大丁+(QRC)		小瓜什錦			豆卷白菜	大白菜(QRC)+		
		玉米粒(CAS)<嘉鹿>			素絞肉	0.1KG		高麗菜(QRC)+			杏鮑菇頭(QRC)			木耳絲(QRC)		
		洗選蛋<東杰>						油豆腐丁(非基改)<津悅>						豆皮卷(非基改)<久代>		
		紅蘿蔔小丁(產銷履歷)+			脆筍片<品碩豐>			素甜不辣	0.6KG		小黃瓜(QRC)<正暘>			紅蘿蔔絲(產銷履歷)+		
					豆腐(切小丁)非基改)(大板)(鋪袋)			紅蘿蔔大丁(產銷履歷)+			紅蘿蔔片(產銷履歷)+					
青菜	(產銷)	薑絲		黑葉菜	薑絲	0.3 KG				機味美			蘿蔓菜			
		青菜(產銷履歷)			黑葉白菜(有機)						味美菜(有機)			蘿蔓萵苣(有機)		
湯品	冬瓜珍珠粉圓	二砂糖		酸菜素肚湯	酸菜心(切)		菠菜蛋湯	薑絲		高麗菜味噌湯	乾海帶芽		玉米蛋花湯	洗選蛋<東杰>		
		黑粉圓<尚旺>			薑絲			洗選蛋	0.3 KG		味噌<十全>(3K)			玉米粒(CAS)(1K)<嘉鹿>		
		長粉圓<尚旺>			素肚	0.3KG		菠菜(產銷履歷)			豆腐(切小丁)非基改)(大板)(鋪袋)<津悅>			紅蘿蔔片(QRC)+		
		冬瓜糖														
											高麗菜(QRC)+					
水果	優酪乳	優酪乳<養樂多>(125ml)					水果	水果	434份				豆奶	純豆奶(產銷履歷)<正康>(170ml)		
		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	
	全穀根莖類		5.4	全穀根莖類		4.5	全穀根莖類		4	全穀根莖類		4.5	全穀根莖類		4.7	
	豆魚蛋肉類		2.4	豆魚蛋肉類		2.5	豆魚蛋肉類		0.7	豆魚蛋肉類		2.3	豆魚蛋肉類		3.2	
	油脂類		3	油脂類		3	油脂類		3	油脂類		3	油脂類		3.1	
	蔬菜類		0.8	蔬菜類		1.2	蔬菜類		1.1	蔬菜類		1.6	蔬菜類		1.6	
	乳品類		1	水果類			水果類		1	水果類			水果類			
	熱量(大卡)		794	熱量(大卡)		668	熱量(大卡)		555	熱量(大卡)		663	熱量(大卡)		749	

設計:至芄企業有限公司

執行秘書:

校長: