

菜別	3月18日		星期一	3月19日		星期二	3月20日		星期三	3月21日		星期四	3月22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*		糙米飯						麥片飯			糙米飯				
主菜	筍乾麵輪煮	薑片		南瓜燒素肉	薑片		什錦炒飯			香酥素薯餅			梅干燒皮絲				
		海帶結<聯宏>			素肉丁	1.2 KG		油豆片	0.6 KG		素薯餅	20個		皮絲	0.6KG		
		麵輪(小)			南瓜(QRC)<正暘>			洗選蛋<東杰>			三色粒(CAS)(1K)<富士鮮品>					梅干菜<駿泰>(3K)	
		筍干<品碩豐>						高麗菜(QRC)+									
		紅蘿蔔大丁(產銷履歷)+															
副菜	蕃茄炒蛋			玉米燒海茸	薑絲		紅燒什錦	薑片		鹽水時蔬	高麗菜(QRC)+		黃瓜什錦	木耳絲(QRC)			
		洗選蛋<東杰>			海茸<聯宏>			紅辣椒			杏鮑菇頭(QRC)			大黃瓜(去皮)+(QRC)<正暘>			
		牛蕃茄(QRC)<正暘>			玉米粒(CAS)<嘉鹿>			海帶結<聯宏>			青花菜(CAS)(1K)<嘉鹿>			紅蘿蔔片(產銷履歷)+			
								紅蘿蔔大丁(產銷履歷)+			油豆腐丁(非基改)<津悅>			秀珍菇(QRC)			
								素肚(切12丁)<津悅>									
								豆干(四分)(非基改)<津悅>									
青菜	(產銷)	薑絲		機小松	薑絲	0.3 KG			機塔菇			機千寶					
		黑葉白菜(產銷履歷)			小松菜(有機)					塔菇菜(有機)			千寶菜(有機)				
湯品	綠豆QQ湯	二砂糖		金針湯	薑絲		蘿蔔魚丸湯	白蘿蔔大丁+(QRC)		昆布湯	薑絲		金菇湯	生香菇(QRC)			
		長粉圓<尚旺>			木耳絲(QRC)			素丸子	0.3KG		乾海帶(250g)			素肉絲	0.1 KG		
		綠豆			素肉絲	0.1 KG		芹菜(QRC)			素羊肉	0.3KG		金針菇(QRC)			
					金針									紅蘿蔔絲(產銷履歷)+			
水果	鮮奶	優酪乳<養樂多>(125ml)					水果	水果	434份								
		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	5.4	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: