

類別	3月29日			星期一	3月30日			星期二	3月31日			星期三	4月1日			星期四	4月2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	玉米飯	玉米粒(CAS)(1K)			糙米飯				糙米飯				燕麥飯							
主菜	豆包高麗菜			梅干燒皮絲				蔬菜素粥				蕃茄炒蛋								
		白芝麻			皮絲	0.6KG	油豆片		0.6KG											
		高麗菜(QRC) +<正暘>					高麗菜(QRC) +<正暘>													
		生豆包	13片		梅干菜<駿泰>(3K)		乾香菇絲			洗選蛋<東杰>	13個									
							紅蘿蔔小丁			牛蕃茄(QRC)<正暘>										
副菜	菜脯蛋	碎脯<品碩豐>		五寶鮮蔬	紅蘿蔔絲<產銷履歷>		滷蛋筍干	剝殼白蛋(CAS)<禾品>(50入)		鐵板豆腐	紅蘿蔔片<產銷履歷>									
		洗選蛋<東杰>			鴻禧菇(QRC)															
					木耳絲(QRC)			筍干<品碩豐>			洋蔥(QRC)+									
					青江菜(QRC)<正暘>						豆腐(非基改)(大板)<津悅>									
					杏鮑菇頭(QRC)		素雞捲													
								素雞捲	13條											
青菜	炒青菜	薑絲		有機薑	薑絲	0.2KG	素雞捲	(加菜)		有機薑	蘿蔓萵苣(有機)									
		青油菜(產銷履歷)			黑葉白菜(有機)															
湯品	綠豆QQ湯	二砂糖		薄揚蘿蔔湯			奶皇包	奶皇包<奇美>(65g)		紫菜蛋花湯										
		長粉圓<尚旺>			油豆腐丁(非基改)<津悅>						洗選蛋<東杰>									
		綠豆			味噌<十全>(3K)				紫菜(100g)											
					白蘿蔔(去皮)+															
水果	鮮奶	優酪乳<養樂多>(125ml)				396人	水果	水果			393人					393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		
	全穀根莖類		5.6	全穀根莖類		4.5	全穀根莖類		5	全穀根莖類		4.5	全穀根莖類			全穀根莖類				
	豆魚蛋肉類		2	豆魚蛋肉類		2	豆魚蛋肉類		3.8	豆魚蛋肉類		2.8	豆魚蛋肉類			豆魚蛋肉類				
	油脂類		2.5	油脂類		3.1	油脂類		2.7	油脂類		2.9	油脂類			油脂類				
	蔬菜類		1.3	蔬菜類		2.1	蔬菜類		0.9	蔬菜類		1.2	蔬菜類			蔬菜類				
	乳品類		1	水果類			水果類		1	水果類			水果類			水果類				
	熱量(大卡)		768	熱量(大卡)		657	熱量(大卡)		839	熱量(大卡)		686	熱量(大卡)			熱量(大卡)		0		

設計:食譜審查委員

執行秘書:

校長: