

類別	4月12日			星期一	4月13日			星期二	4月14日			星期三	4月15日			星期四	4月16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	小米飯	小米*			糙米飯								五穀飯	五穀米 +			糙米飯						
主菜	冬瓜燒油豆腐	薑片		泡菜燒豆腐				義大利麵	蕃茄醬<可果美>(3330g)			滷雙味		滷包(小)<老公仔標>			銀芽豆包	紅蘿蔔絲			0.2KG		
		冬瓜(青皮)(去皮)(QRC)			大白菜(QRC)+<正暘>				素絞肉		0.2KG					生豆包			13片				
		油豆腐丁(非基改)<津悅>			紅蘿蔔片(QRC)								豆干			0.6KG		綠豆芽					
					豆腐				2KG	小烏龍麵			素肚			0.6KG							
					韓式泡菜(素)<中港興>				1包	三色粒(CAS)													
副菜	紅蔘炒蛋			炒扁蒲	紅蘿蔔片(QRC)			香菇燴花椰菜	白花菜(CAS)<嘉鹿>			小瓜鮮菇	小黃瓜			田園四色	三色粒(CAS)						
		紅蘿蔔絲(QRC)			瓠瓜(去皮) +				青花菜(CAS)<嘉鹿>				紅蘿蔔片(QRC)				馬鈴薯小丁(QRC)+						
		洗選蛋<東杰>							生香菇(QRC)				鴻喜菇(QRC)				玉米粒(CAS)<嘉鹿>						
													白精靈										
青菜	炒青菜	薑絲			有機薑	薑絲							有機青江菜				有機千寶菜						
		油菜(產銷履歷)				黑葉白菜(有機)				青江菜(有機)				千寶菜(有機)									
湯品	紅豆薏仁湯	二砂糖			海帶結湯	薑絲			玉米濃湯	安佳奶油(454g)			蘿蔔魚丸湯				蕃茄豆腐湯						
		紅豆				海帶結<聯宏>				紅蘿蔔小丁(QRC)				白蘿蔔(去皮) +				牛蕃茄					
		小薏仁				素羊肉				0.3KG	馬鈴薯小丁(QRC)+			素丸子				0.2KG	豆腐(非基改)(大板)<津悅>				
										素火腿				1條									
										玉米粒(CAS)<嘉鹿>													
										洗選蛋<東杰>													
水果	鮮奶	優酪乳<養樂多>(125ml)							398人	水果	水果				394人				394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				
	全穀根莖類		5.5		全穀根莖類		5		全穀根莖類		4.6		全穀根莖類		4.5		全穀根莖類		5.2				
	豆魚蛋肉類		1.8		豆魚蛋肉類		2		豆魚蛋肉類		1		豆魚蛋肉類		2.5		豆魚蛋肉類		2.2				
	油脂類		2.8		油脂類		3.1		油脂類		2.7		油脂類		2.9		油脂類		3				
	蔬菜類		1.5		蔬菜類		1.5		蔬菜類		1.3		蔬菜類		1.9		蔬菜類		1.2				
	乳品類		1		水果類				水果類		1		水果類				水果類						
	熱量(大卡)		765		熱量(大卡)		677		熱量(大卡)		611		熱量(大卡)		681		熱量(大卡)		694				

設計:食譜審查委員

執行秘書:

校長: