

類別	4月26日			星期一	4月27日			星期二	4月28日			星期三	4月29日			星期四	4月30日			星期五	5月1日			星期六
	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		名稱	食材名稱	數量	
主食	芝麻餅	黑白芝麻各			糙米飯								麥片	麥片<福壽>*	2KG		糙米飯							
主菜	蠔油鮮菇黑豆干	蔥			香菇肉燥				南瓜粥				宮保麵腸				蔬菜煎蛋	紅蘿蔔絲(QRC)	0.3KG		義大利麵	蕃茄醬<可果美>(3330g)		
		紅蘿蔔片(QRC)				豆干丁(非基改)<津悅>								硬花生	0.1KG			高麗菜	0.3KG			白精靈菇	0.5KG	
		杏鮑菇頭(QRC)				乾香菇絲				南瓜								洗選蛋	13個					
		大溪黑豆干(切9丁)(非基改)<津悅>				素肉燥		1瓶		油豆片	0.6KG			乾辣椒(切)								小烏龍麵		
										乾香菇絲				麵腸								三色粒(CAS)		
																						素絞肉	0.1KG	
副菜	滷三品	白蘿蔔(去皮) +			鮮菇絲瓜	薑絲			茶葉蛋（先送）	純紅茶(60g x 10小包)<尚旺>			西芹肉絲	西芹(QRC)			紅燒茄子				滷什錦	海帶結<聯宏>		
		海帶結<聯宏>				絲瓜(去皮) +				洗選蛋<東杰>				紅蘿蔔絲(QRC)				紅辣椒				白蘿蔔		
		油豆腐丁				金針菇(QRC)				滷包(大)(10個)<老公仔標>				素肉絲	0.1KG			茄子				滷包(大)(10個)<老公仔標>		
		絞蒜頭												木耳絲								豆干(四分)(非基改)<津悅>		
						薑絲	0.3KG																	
青菜	炒青菜	薑絲			有機+	薑絲	0.3KG						有機+				有機+				有機+			
		空心菜(產銷履歷)				小白菜(有機)	33KG							青油菜(有機)				青松菜(有機)				高麗菜(有機)		
湯品	綠豆粉圓湯	二砂糖			青木瓜湯	青木瓜(去皮) +			奶黃包	奶皇包<奇美>(65g)			南瓜濃湯	安佳奶油(454g)			莧菜豆腐湯	豆腐	1盒		玉米濃湯	安佳奶油(454g)		
		黑粉圓<尚旺>				枸杞								馬鈴薯大丁(QRC)+				莧菜(QRC)				紅蘿蔔小丁(QRC)		
		綠豆				素羊肉	0.3KG							洋蔥(QRC)+								馬鈴薯小丁(QRC)+		
														南瓜										
																						玉米粒(CAS)		
水果	鮮奶	優酪乳<養樂多>(125ml)					399人		水果	水果	407+1份				395人				395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		5.4		全穀根莖類		4.5		全穀根莖類		6		全穀根莖類		4.8		全穀根莖類		4.5		全穀根莖類		4.6	
	豆魚蛋肉類		1.9		豆魚蛋肉類		2.4		豆魚蛋肉類		1.6		豆魚蛋肉類		2.3		豆魚蛋肉類		2		豆魚蛋肉類		1.8	
	油脂類		2.8		油脂類		3		油脂類		2.7		油脂類		3.2		油脂類		3.1		油脂類		2.7	
	蔬菜類		1.7		蔬菜類		2		蔬菜類		0		蔬菜類		1.6		蔬菜類		2		蔬菜類		2.1	
	乳品類		1		水果類				水果類		1		水果類				水果類				水果類		1	
		熱量(大卡)		770			680				722				693				655				691	

設計:食譜審查委員

執行秘書:

校長: