

菜別	9月19日		星期一	9月20日		星期二	9月21日		星期三	9月22日		星期四	9月23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	糙米飯			糙米飯						麥片飯	麥片<福壽>*	2KG	糙米飯		
主菜	蠔油鮮菇黑豆干	蔥	0.6KG	蘿蔔燒肉	紅蘿蔔大丁(QRC)	2KG	茄汁螺旋麵	螺旋麵(單色)(500g)	42包	洋蔥豬柳	紅蘿蔔絲(QRC)	2KG	椒麻雞	蔥	0.3KG
		紅蘿蔔片(QRC)	2KG		白蘿蔔(去皮)+(進口)	7KG		三色粒(CAS)(1K)<富士鮮	5KG		赤肉絲<桃園>	24KG		骨髓丁(CAS)<佳世福>	3KG
		杏鮑菇頭(QRC)	10KG		赤肉丁<桃園>	25KG		洋蔥(進口)+	8KG		黑胡椒粒<老公仔標>(34	1罐		檸檬汁(濃縮)(960c.c)	1瓶
		大溪黑豆干(切9丁)(非基	20KG		絞蒜頭	0.2KG		絞赤肉<桃園>	7KG		洋蔥(進口)+	10KG		絞蒜頭	0.2KG
								蕃茄醬<可果美>(快餐用	4桶					花椒粒<飛馬>(12g)	1包
														雞丁(CAS)<佳世福>	24KG
														金針菇(QRC)	8KG
副菜	芙蓉炒蛋	洗選蛋<東杰>	20KG	芝麻海帶根	薑絲	0.3KG	芥菜蛋(先送)	純紅茶(60g x 10小包)<尚	1大包	清心燴集	紅蘿蔔片(QRC)	2KG	炒三絲	薑絲	0.3KG
		玉米粒(CAS)(1K)<嘉鹿>	5包		海帶根<聯宏>	26KG		洗選蛋<東杰>	430個		生香菇(QRC)	2KG		紅辣椒	0.1KG
		三色粒(CAS)<富士鮮品>	10KG		白芝麻	0.1KG		滷包(大)(10個)<老公仔標	1包		木耳絲(QRC)	2KG		海帶絲<聯宏>	8KG
					赤肉絲<桃園>	2KG					赤肉絲<桃園>	2KG		綠豆芽(QRC)	10KG
											大黃瓜(去皮)+(QRC)<正	28KG		粗干絲(非基改)<津悅>	10KG
青菜	(產銷)	薑絲	0.2KG	機白莧	絞蒜頭	0.2KG				機味美	絞蒜頭	0.2KG	機高麗	絞蒜頭	0.2KG
		青菜(產銷履歷)	34KG		白莧菜(有機)	34KG					味美菜(有機)	34KG		高麗菜(有機)	34KG
湯品	綠豆麥片湯	二砂糖	6KG	紫菜吻魚湯	薑絲	0.3KG	玉米濃湯	安佳奶油(454g)	1條	豆腐味噌湯	蔥	0.6KG	田園蔬菜湯	紅蘿蔔絲(QRC)	2KG
		綠豆	7KG		吻仔魚	0.6KG		紅蘿蔔小丁(QRC)	1KG		豆腐(非基改)(大板)<津悅	4板		大骨(切)<桃園>	2KG
		麥片<福壽>	2KG		紫菜(100g)	1包		絞赤肉<桃園>	2KG		味噌<十全>(3K)	1箱		大白菜(進口)+	8KG
								洗選蛋<東杰>	3KG					生香菇	1KG
								馬鈴薯小丁+(進口)	5KG					玉米粒(CAS)(1K)	4包
								玉米粒(CAS)(1K)	5包						
水果	優酪乳	優酪乳<養樂多>(125ml)	419瓶			405人	水果	水果	420份			399人			399人
		鮮奶<養樂多>(125ml)	1瓶												
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		4.2	全穀根莖類		4.5	全穀根莖類		4.6
	豆魚蛋肉類		2	豆魚蛋肉類		2.1	豆魚蛋肉類		1.6	豆魚蛋肉類		2	豆魚蛋肉類		2.3
	油脂類		3	油脂類		3.1	油脂類		3	油脂類		3.1	油脂類		3
	蔬菜類		1.3	蔬菜類		1.6	蔬菜類		0.3	蔬菜類		1.9	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)		777		熱量(大卡)		652	熱量(大卡)		617	熱量(大卡)		652	熱量(大卡)		670

設計:食譜審查委員

執行秘書:

校長: