

菜別	10月3日		星期一	10月4日		星期二	10月5日		星期三	10月6日		星期四	10月7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	五穀飯	五穀米 +	2KG	糙米飯						紫米飯	紫糯米*	2KG	糙米飯		
主菜	鐵板豆腐	蔥	0.6KG	京醬肉絲	蔥	0.8KG	古早味米粉湯	絞紅蔥頭	0.6KG	照燒雞丁	紅蘿蔔片(QRC)	3KG	冬瓜燒肉	紅蘿蔔大丁(QRC)	2KG
		紅蘿蔔片(QRC)	2KG		紅蘿蔔絲(QRC)	2KG		紅蘿蔔絲(QRC)	3KG		骨髓丁(CAS)<佳世福>	3KG		冬瓜(青皮)(去皮)(QRC)	10KG
		脆筍片	3包		赤肉絲<桃園>	20.5KG		赤肉絲<桃園>	7KG		洋蔥(進口)+	6KG		赤肉丁<桃園>	24KG
		豆腐(非基改)(大板)<津悅	6板		甜麵醬<十全>	1.5KG		乾蝦仁	0.3KG		雞丁(CAS)<佳世福>	24KG		絞蒜頭	0.2KG
		赤肉片	2KG		小黃瓜(QRC)<正陽>	2.5KG		綠豆芽(QRC)	6KG		照燒醬(日式)<穀盛>(180	1桶			
					洋蔥(進口)+	6.5KG		乾香菇絲	0.3KG						
								米粉(米粉湯用)	25KG						
								韭菜(QRC)	2KG						
副菜	五寶鮮蔬	紅蘿蔔絲(QRC)	2KG	肉末茄子	蔥	0.5KG	滷什錦	絞蒜頭	0.2KG	金菇什錦	薑絲	0.3KG	回鍋干片	蔥	0.6KG
		杏鮑菇頭(QRC)	2KG		絞赤肉<桃園>	1.5KG		滷包(大)(10個)<老公仔標	1包		紅蘿蔔絲(QRC)	3KG		豆干片(非基改)<津悅>	15KG
		木耳絲(QRC)	2KG		絞蒜頭	0.2KG		豆干(四分)(非基改)<津悅	15KG		木耳絲(QRC)	1KG		赤肉絲<桃園>	2KG
		金針菇(QRC)	4KG		茄子(QRC)<正陽>	26KG		白蘿蔔(進口)(去皮) +	15KG		赤肉絲<桃園>	2KG		高麗菜(QRC)+	16KG
		青江菜	20KG					赤肉丁<桃園>	3KG		金針菇(QRC)	28KG		辣豆瓣醬<十全>(640g)	1瓶
青菜	(產銷)	薑絲	0.2KG	黑葉白菜	絞蒜頭	0.2KG				機白莧	絞蒜頭	0.2KG	機小松	薑絲	0.2KG
		青油菜(產銷履歷)	34KG		黑葉白菜(有機)	28KG					白莧菜(有機)	34KG		小松菜(有機)	34KG
湯品	冬瓜珍珠粉圓	二砂糖	5KG	薄揚蘿蔔湯	柴魚(300g)	1包	蔥肉餡餅	巧好熟煎蔥肉餡餅(40gx	8包	玉米湯	紅蘿蔔大丁(QRC)	3KG	海芽蛋花湯	蔥	0.3KG
		黑粉圓<尚旺>	5KG		油豆腐丁(非基改)<津悅	2.5KG					大骨(切)<桃園>	2KG		洗選蛋<東杰>	8KG
		長粉圓<尚旺>	3KG		味噌<十全>(1K)	2包					玉米條(切薄)(QRC)	12KG		乾海帶芽	0.3KG
		冬瓜糖	6個		白蘿蔔(進口)(去皮) +	10KG									
水果	優酪乳	優酪乳<養樂多>(125ml)	419瓶		少特教+2年級67人	336人	水果	水果	420份			397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		5.3	全穀根莖類		4.5	全穀根莖類		4.2	全穀根莖類		4.7	全穀根莖類		4.6
	豆魚蛋肉類		0.6	豆魚蛋肉類		2	豆魚蛋肉類		1.8	豆魚蛋肉類		2	豆魚蛋肉類		2.9
	油脂類		3	油脂類		3	油脂類		3	油脂類		3.1	油脂類		3
	蔬菜類		1.7	蔬菜類		2.1	蔬菜類		0.6	蔬菜類		1.8	蔬菜類		1.5
	乳品類		1	水果類			水果類		1	水果類			水果類		
	熱量(大卡)		675	熱量(大卡)		653	熱量(大卡)		639	熱量(大卡)		664	熱量(大卡)		712

設計:食譜審查委員

執行秘書:

校長: