

菜別	10月10日		星期一	10月11日		星期二	10月12日		星期三	10月13日		星期四	10月14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						芝麻飯	黑白芝麻各	0.1KG	糙米飯		
主菜				貴妃燒雞	紅蘿蔔大丁(QRC)	1KG	什錦豬肉蓋飯	紅蘿蔔絲(QRC)	2KG	沙嗲豬柳	沙茶醬<牛頭牌>(737g)	1罐	醬燒魚丁	薑絲	0.6KG
					洋蔥(進口)+	5KG		木耳絲(QRC)	1KG		咖哩粉<老公仔標>(262g)	1罐		紅辣椒	0.1KG
					雞丁(CAS)<佳世福>	24.5KG		赤肉絲<桃園>	7KG		紅蘿蔔絲(QRC)	2KG		辣豆瓣醬<十全>(640g)	2瓶
					骨腿丁(CAS)<超秦>	3KG		洗選蛋	7KG		赤肉絲<桃園>	24KG		豆腐(非基改)(大板)<津	3板
					小黃瓜	3KG		金針菇	3KG		洋蔥(進口)+	10KG		水鯊切丁(少冰)<展昇>	30KG
					番茄醬	1桶		青花菜(CAS)(1K)<嘉鹿>	5包						
副菜				香菇白菜	大白菜(QRC)+	30KG	炒青菜 (產銷履歷)			清心燴集	紅蘿蔔片(QRC)	1KG	螞蟻上樹	紅蘿蔔絲(QRC)	2KG
					紅蘿蔔絲(QRC)	2KG		薑絲	0.2KG		鴻喜菇(QRC)	2KG		絞赤肉<桃園>	2KG
					赤肉絲<桃園>	2KG		黑葉白菜(產銷履歷)	34KG		木耳絲(QRC)	2KG		乾蝦仁	0.3KG
					生香菇	3KG					赤肉絲<桃園>	2KG		高麗菜(QRC)+	6KG
											大黃瓜(去皮)+(QRC)<正陽	28KG		辣豆瓣醬<十全>(640g)	1瓶
														乾香菇絲	0.2KG
														冬粉(龍品)<信全>	6KG
青菜				機空心	絞蒜頭	0.2KG				機小白菜	薑絲	0.2KG	機青油	絞蒜頭	0.2KG
					空心菜(有機)	34KG					小白菜(有機)	34KG		青油菜(有機)	34KG
湯品				涼薯湯	大骨(切)<桃園>	2KG	南瓜濃湯	安佳奶油(454g)	2條	豆腐粉絲湯	紅蘿蔔絲(QRC)	2KG	黃瓜鮮菇湯	蔥	0.3KG
					涼薯(去皮)+(QRC)	15KG		洋蔥(進口)+	3KG		小白菜(QRC)<正陽>	5KG		金針菇	6KG
								馬鈴薯大丁+(進口)	3KG		冬粉(龍品)<信全>	3KG		大黃瓜(去皮)+(QRC)<正	10KG
								南瓜(QRC)<正陽>	10KG		油豆腐丁(非基改)<津悅>	5KG			
水果							水果	水果	420份			397人			
菜單營養分析				類別		份量	類別		份量	類別		份量	類別		份量
				全穀根莖類		4.8	全穀根莖類		4.7	全穀根莖類		4.8	全穀根莖類		5.1
				豆魚蛋肉類		2	豆魚蛋肉類		1	豆魚蛋肉類		2	豆魚蛋肉類		2.1
				油脂類		3	油脂類		3.2	油脂類		3.1	油脂類		3
				蔬菜類		1.8	蔬菜類		1	蔬菜類		2	蔬菜類		1.4
				水果類			水果類		1	水果類			水果類		
				熱量(大卡)		666	熱量(大卡)		633	熱量(大卡)		676	熱量(大卡)		685

設計:食譜審查委員

執行秘書:

校長: