

類別	12月5日		星期一	12月6日		星期二	12月7日		星期三	12月8日		星期四	12月9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	麥片	麥片	2KG	糙米飯						紫米飯	紫糯米*	1.7KG	糙米飯		
主菜	三杯雞	蒜片	0.3KG	冬瓜燒肉	紅蘿蔔大丁(QRC)+	2KG	咖哩炒飯	咖哩粉<老公仔標>(600g)	1盒	洋蔥蒸肉	絞紅蔥頭	1KG	和風雞丁	骨髓丁(CAS)<佳世福>	2.5KG
		骨髓丁(CAS)<佳世福>	3KG		冬瓜(青皮)(去皮)(QRC)	10KG		洋蔥(進口)+	6KG		絞赤肉<桃園>	21KG		白芝麻	0.1KG
		麻油<燈燦>(450g)	1瓶		赤肉丁<桃園>	24.5KG		馬鈴薯大丁(進口)+	10KG		洋蔥(進口)+	10KG		高麗菜(QRC)+	8KG
		雞丁(CAS)<佳世福>	24KG		絞蒜頭	0.2KG		紅蘿蔔大丁(QRC)+	2KG					雞丁(CAS)<佳世福>	21KG
		洋蔥(進口)+	8KG					雞丁(CAS)<佳世福>	10KG					醇米霖<穀盛>(500ml)	1瓶
副菜	回鍋干片	蔥	0.6KG	玉米燒海茸	薑絲	0.3KG	蛋酥高麗菜	紅蘿蔔絲(QRC)+	2KG	起司南瓜	安佳奶油(454g)	1條	銀芽三絲	紅蘿蔔絲(QRC)+	1KG
		豆干片(非基改)<津悅>	15KG		海茸<聯宏>	18KG		高麗菜(QRC)+	30KG		紅蘿蔔大丁(QRC)+	2KG		赤肉絲<桃園>	2KG
		赤肉絲<桃園>	2KG		赤肉絲<桃園>	2KG		絞蒜頭	0.2KG		乳酪絲(起司絲)(1K)	1包		綠豆芽(QRC)	21KG
		高麗菜(QRC)+	16KG		玉米粒(CAS)(1K)<嘉鹿>	8包		洗選蛋<東杰>	5KG		絞蒜頭	0.2KG		韭菜(QRC)	2KG
		辣豆瓣醬<十全>(640g)	1瓶								南瓜(QRC)<正暘>	27KG			
青菜	青菜(產銷履歷)	薑絲	0.2KG	有機A菜	絞蒜頭	0.2KG	紅燒石斑魚	蔥	1KG	有機青菜	絞蒜頭	0.2KG	有機小白菜	薑絲	0.2KG
		蚵白菜(產銷履歷)	34KG		A菜(有機)	34KG		薑絲	0.3KG		青油菜(有機)	29KG		小白菜(有機)	29KG
								絞蒜頭	0.3KG						
								龍虎斑魚丁(QRC)<全國漁>	30KG						
								豆腐(非基改)(大板)<津悅>	2板						
								紅辣椒	0.1KG						
湯品	銀耳紅棗湯	紅棗	1.8KG	青菜豆腐湯	小白菜(QRC)<正暘>	5KG	肉羹湯	紅蘿蔔絲(QRC)+	2KG	與豆芽肉絲湯	赤肉絲<桃園>	2.5KG	酸菜白肉湯	酸菜心(切)	7KG
		白木耳	0.6KG		豆腐(非基改)(大板)<津悅>	2板		木耳絲(QRC)	1KG		黃豆芽(非基改)(QRC)	10KG		薑絲	0.3KG
		二砂糖	6KG					柴魚(300g)	1包					瘦夾心肉片<桃園>	2.5KG
		蓮子(乾)	0.6KG					脆筍絲<品碩豐>	2包						
								肉羹(CAS)<嘉楠>	6KG						
水果	優酪乳	優酪乳<養樂多>(125ml)	417瓶				水果	418份			少6年級	344人		少6年級	344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		5.6	全穀根莖類		4.7	全穀根莖類		4.7	全穀根莖類		5.1	全穀根莖類		4.5
	豆魚蛋肉類		2.7	豆魚蛋肉類		2	豆魚蛋肉類		2.9	豆魚蛋肉類		2	豆魚蛋肉類		2.1
	油脂類		3	油脂類		3	油脂類		3.1	油脂類		3	油脂類		3.1
	蔬菜類		1.3	蔬菜類		1.6	蔬菜類		1.1	蔬菜類		1.4	蔬菜類		1.9
	水果類			水果類			水果類		1	水果類			水果類		
熱量(大卡)		762	熱量(大卡)		654	熱量(大卡)		774	熱量(大卡)		677	熱量(大卡)		660	

設計:食譜審查委員

執行秘書:

校長: