

菜別	10月9日		星期一	10月10日		星期二	10月11日		星期三	10月12日		星期四	10月13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										芝麻餅	黑白芝麻各	0.1 KG	糙米飯		
主菜	調整放假			雙十節			滑蛋瘦肉粥	絞紅蔥頭	0.6 KG	義式雞排	義大利香料<小磨坊>(120g)	1 罐	沙嗲豬柳	沙茶醬<牛頭牌>(737g)	1 罐
								紅蘿蔔小丁(QRC)+	2 KG		雞排(CAS)<超秦>	408+8個		咖哩粉<老公仔標>(262g)	1 罐
								絞赤肉<桃園>	6 KG		絞蒜頭	0.2 KG		紅蘿蔔絲(QRC)+	2 KG
								洗選蛋<東杰>	5 KG					赤肉絲<桃園>	24 KG
								毛豆仁(CAS)(1K)<嘉鹿>	2 包					洋蔥(進口)+	8 KG
								高麗菜(進口)+	5 KG						
副菜							燴獅子頭	大白菜(QRC)+	15 KG	麻婆豆腐	蔥	0.5 KG	青蔥炒蛋	蔥	3 KG
								紅蘿蔔絲(QRC)+	2 KG		絞赤肉<桃園>	2 KG		紅蘿蔔絲(QRC)+	2 KG
								木耳絲(QRC)	1 KG		辣豆瓣醬<十全>(640g)	1 瓶		洗選蛋<東杰>	25 KG
								獅子頭(40g)(CAS)(津谷)	409+8		豆腐(切小丁)非基改)(大板)	7 板			
青菜										機千寶	絞蒜頭	0.2 KG	機空心	絞蒜頭	0.2 KG
											千寶菜(有機)	32 KG		空心菜(有機)	32 KG
湯品							芋泥包	芋泥包<晶鈺>(65g)	431+8 個	涼薯豚骨湯	大骨(切)<桃園>	2 KG	油豆腐粉絲湯	紅蘿蔔絲(QRC)+	2 KG
											涼薯(大丁)+(QRC)	15 KG		小白菜(QRC)<正暘>	4 KG
														冬粉(龍品)<信全>	2 KG
														油豆腐丁(非基改)<津悅>	5 KG
水果							水果	水果	431份				豆奶	純豆奶(產期履歷)<正康>(170ml)	432+2瓶
菜單營養分析							類別	份量		類別	份量		類別	份量	
							全穀根莖類	6.1		全穀根莖類	4.7		全穀根莖類	4.7	
							豆魚蛋肉類	1.5		豆魚蛋肉類	2.7		豆魚蛋肉類	3.8	
							油脂類	3		油脂類	3		油脂類	3	
							蔬菜類	0.6		蔬菜類	0.7		蔬菜類	1.3	
							水果類	1		乳品類			乳品類		
							熱量(大卡)	750		熱量(大卡)	684		熱量(大卡)	782	