

10月5日				10月6日				10月7日				10月8日				10月9日						
菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位			
五穀飯	粳米平均值		68.00	kg	白飯	粳米平均值		80.00	kg	筍絲肉粥	粳米平均值		66.00	kg	芝麻飯	粳米平均值		80.00	kg			
	五穀米		10.00	kg												黑芝麻		0.60	kg			
泰式打拋豬	豬絞肉平均值		99.00	kg	鹽酥魚丁	冷凍旗魚塊		102.00	kg						沙茶洋蔥肉絲	豬後腿肉絲		93.00	kg			
	牛番茄		15.00	kg		九層塔		0.30	kg							洋蔥 去皮		30.00	kg			
	九層塔		0.30	kg		地瓜粉		20.00	kg							胡蘿蔔 去皮		2.00	kg			
	魚露		0.60	kg		白胡椒粉		0.60	kg							大蒜 蒜末		0.60	kg			
	大蒜 蒜末		0.60	kg		米酒		1.20	kg							沙茶醬		6.00	kg			
紅辣椒 切末		0.10	kg																			
洋蔥三色炒蛋	洋蔥 去皮		32.00	kg	咖哩豆腐	傳統豆腐		33.60	kg	綜合鹽酥雞		去皮雞排切丁		60.00	kg	日式蒸蛋	洗選蛋		80.00	kg		
	洗選蛋		36.00	kg		三色豆		6.00	kg				地瓜條 瓜瓜圈		42.00		kg	柴魚片		0.60	kg	
	三色豆		10.00	kg		咖哩粉		1.20	kg				地瓜粉		20.00		kg	青蔥		0.60	kg	
	胡蘿蔔 去皮		4.00	kg		咖哩塊		1.40	kg													
胡瓜甜不辣	大黃瓜 去皮籽		88.00	kg	有機菜炒香菇	黑夜白有機		69.00	kg						鮑魚菇炒有機油菜	油菜 有機		72.00	kg			
	甜不辣 切絲		6.00	kg		鮮香菇		5.00	kg							鮑魚菇		3.00	kg			
	胡蘿蔔 去皮		2.00	kg		大蒜 蒜末		0.60	kg							大蒜 蒜末		0.60	kg			
	大蒜 蒜末		0.60	kg																		
味噌高麗菜湯	高麗菜		30.00	kg	玉米蘿蔔魚丸湯	甜玉米 切塊		12.00	kg	筍絲肉粥		豬後腿肉絲		36.00	kg	蔥雞鮮湯	雞腿 骨腿切		30.00	kg		
	洋蔥 去皮		10.00	kg		虱目魚丸		15.00	kg				生鮮筍絲		60.00		kg	枸杞子		0.60	kg	
	小魚乾		0.60	kg		芹菜		0.30	kg				鮮香菇		9.00		kg	金針菇		15.00	kg	
	味噌		6.00	kg		白蘿蔔 去皮		20.00	kg				青蔥		0.60		kg	嫩薑 薑絲		0.30	kg	
	青蔥		0.30	kg									蒜頭酥		0.60		kg					
													胡蘿蔔 去皮		2.00		kg					
					時令梨子		172.00	kg	乳品	豆奶	義美或	264.00	kg	時令水果5	火龍果		172.00	kg				

2月22日					2月23日					2月24日					2月25日					2月26日				
菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位
五穀飯	白米		64.00	kg	白飯	白米		65.00	kg	白麵條	衛生油麵		168.00	kg	糙米飯	白米		63.00	kg	白飯	白米		65.00	kg
咖哩雞	五穀米		2.00	kg	茄汁甜不辣	甜不辣	小條	36.00	kg	肉燥拌麵	豬肉	低脂絞肉	6.00	kg	塔香雞腿	骨腿	切塊	102.00	kg	瓜仔肉	豬肉	低脂絞肉	45.00	kg
	骨腿	切塊	102.00	kg		小三角	油豆腐	36.00	kg		豬肉	絞肉	6.00	kg		白蘿蔔	去皮	30.00	kg		豬肉	絞肉	42.00	kg
	洋蔥	去皮	4.00	kg		洋蔥	去皮	18.00	kg		油蔥酥		0.10	kg		老薑	薑絲	0.30	kg		胡蘿蔔	去皮	15.00	kg
	馬鈴薯	中丁	26.00	kg		胡蘿蔔	去皮	2.00	kg		綠豆芽		30.00	kg		九層塔		0.20	kg		紅蔥頭		0.30	kg
	咖哩粉	4盒	2.40	kg		青椒		0.60	kg							紅辣椒		0.10	kg		青蔥		0.60	kg
四季豆炒銀芽	四季豆		30.00	kg	玉米炒蛋	玉米粒		20.00	kg	鹽水雞	骨腿	切塊	84.00	kg	黃瓜黑輪	大黃瓜	去皮籽	85.00	kg	田園大白菜	大白菜		85.00	kg
	綠豆芽		42.00	kg		雞蛋	溯源	36.00	kg		青花菜		10.00	kg		黑輪		6.00	kg		胡蘿蔔	去皮	3.00	kg
	大蒜	蒜末	0.30	kg		洋蔥	去皮	20.00	kg		小黃瓜		6.00	kg		胡蘿蔔	去皮籽	2.00	kg		木耳	木耳絲	2.00	kg
	金針菇		5.00	kg		胡蘿蔔	去皮	6.00	kg		脆筍片		12.00	kg							大蒜	蒜末	0.30	kg
						青蔥		1.00	kg		嫩薑	薑絲	0.60	kg		青蔥		1.20	kg					
炒有機時蔬	小白菜	有機	72.00	kg	鮮菇白花菜	白花菜		72.00	kg					薑炒時蔬	油菜		72.00	kg	炒菠菜	菠菜		72.00	kg	
	老薑	薑絲	0.60	kg		袖珍菇		3.00	kg						老薑	薑絲	0.60	kg		青蒜		0.60	kg	
						老薑	薑絲	0.30	kg															
高麗菜丸子湯	高麗菜		32.00	kg	紫菜豆腐蛋湯	紫菜	1包	0.60	kg	蘿蔔魚丸湯	白蘿蔔	去皮	40.00	kg	海帶芽蛋花湯	海帶芽		4.00	kg	地瓜湯圓	湯圓	紅白小	21.00	kg
	貢丸	切片	9.00	kg		傳統豆#2板		8.40	kg		虱目魚丸		12.00	kg		雞蛋	溯源	15.00	kg		地瓜	中丁	30.00	kg
	芹菜		0.30	kg		雞蛋	溯源	16.00	kg		金針菇		5.00	kg		嫩薑	薑絲	0.60	kg		二砂糖		22.00	kg
						青蔥		0.30	kg		芹菜		0.30	kg		高麗菜		12.00	kg					
				時令	小番茄		133.00	kg	乳品	豆奶	義美	264.00	kg	時令	柳丁	100g	172.00	kg						

3月1日		一		人	3月2日		二	1318	人	3月3日		三	1318	人	3月4日		四	1318	人	3月5日		五	1318	人	
菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	
					白飯	白米	32+33	65.00	kg	麵條	油麵	牛排麵	168.00	kg	麥片飯	白米		63.00	kg	五穀飯	白米		63.00	kg	
					泰式蒸鮮魚	台灣鯛	鯛魚丁	105.00	kg	茄汁肉醬麵	豬肉	絞肉	36.00	kg	海帶結雞肉	雞肉	光雞	105.00	kg	地瓜排骨	豬肉	排骨	105.00	kg	
						老薑	薑絲	1.20	kg		義大利香料		0.10	kg		海帶結		18.00	kg		地瓜	中丁	40.00	kg	
						紅辣椒		0.10	kg		洋蔥	去皮	10.00	kg		胡蘿蔔	去皮	2.00	kg		大蒜	蒜末	0.30	kg	
						青蔥		1.00	kg		蘑菇		0.60	kg		老薑	薑絲	0.60	kg		紅辣椒		0.10	kg	
						洋蔥	去皮	3.00	kg		三色豆		5.00	kg		紅辣椒		0.10	kg						
						泰式甜辣醬		1.80	kg		番茄糊		6.00	kg											
						米酒		0.60	kg		番茄醬		3.00	kg											
											大蒜	蒜末	0.30	kg											
					鮮味花椰菜	白花菜		73.00	kg	雞塊薯條	冷凍雞塊	CAS	60.00	kg	腐皮大白菜	大白菜		83.00	kg	番茄高麗菜	高麗菜		85.00	kg	
						文蛤		10.00	kg		冷凍馬鈴薯條		48.00	kg		生豆包		6.00	kg		大番茄		6.00	kg	
						彩椒		0.60	kg						胡蘿蔔	去皮	3.00	kg		大蒜	蒜末	0.30	kg		
						芹菜		0.60	kg						大蒜	蒜末	0.30	kg							
					炒有機時蔬	油菜	有機	71.00	kg	燙青花菜	青花菜		55.00	kg	炒有機菠菜	菠菜	有機	72.00	kg	炒大陸妹	大陸妹		72.00	kg	
						老薑	薑絲	0.30	kg						大蒜	蒜末	0.20	kg		老薑	薑絲	0.60	kg		
															青蒜		0.60	kg							
					小魚味噌豆腐湯	傳統豆腐	5板	21.00	kg	玉米蛋花湯	玉米粒		20.00	kg	蘿蔔玉米湯	白蘿蔔	去皮	50.00	kg	鮮蔬蛋花湯	小白菜		18.00	kg	
						洋蔥	去皮	6.00	kg		胡蘿蔔		2.00	kg		甜玉米	切塊	18.00	kg		雞蛋	溯源	20.00	kg	
						味噌		6.00	kg		雞蛋	溯源	20.00	kg		芹菜		1.00	kg		油蔥酥		0.60	kg	
						青蔥		0.60	kg		玉米粉		3.00	kg											
						海帶芽		2.00	kg		洋蔥	去皮	6.00	kg											
						小魚乾		0.10	kg																
					時令蓮霧			100.00	131.00	kg	乳品1高脂保	光泉100		264.00	kg	時令小番茄			146.00	kg					

4月5日					4月6日					4月7日					4月8日					4月9日					
菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	
					白飯	白米		65.00	kg	鍋燒意麵	意麵		60.00	kg	糙米飯	白米		63.00	kg	燕麥飯	白米		63.00	kg	
					香蒜蒸魚	鬼頭刀	溯源	105.00	kg						咖哩雞	雞肉	光雞	105.00	kg		豬肉	肉絲	99.00	kg	
						洋蔥	去皮	12.00	kg							洋蔥	去皮	4.00	kg		油菜		24.00	kg	
						大蒜	蒜末	1.20	kg							馬鈴薯	中丁	26.00	kg		大蒜	蒜末	0.60	kg	
						老薑	薑絲	1.20	kg							胡蘿蔔	去皮	10.00	kg		沙茶醬		6.00	kg	
						青蔥		1.00	kg							咖哩粉	4盒	2.40	kg		紅辣椒		0.10	kg	
																沙拉油		3.00	kg		沙拉油		3.00	kg	
					有機莧菜魚乾	莧菜	有機	72.00	kg	綜合關東煮	小三角油豆腐		24.00	kg	洋蔥肉絲	洋蔥	去皮	6.00	kg		腐皮白菜	大白菜		86.00	kg
						小魚乾		0.20	kg		白蘿蔔	去皮	40.00	kg			豬肉	肉絲	68.00	kg		胡蘿蔔	去皮	3.00	kg
						大蒜	蒜末	0.60	kg		甜玉米	切塊	30.00	kg			胡蘿蔔	去皮	5.00	kg		乾香菇		0.10	kg
						沙拉油		8.50	kg		杏鮑菇		6.00	kg			青蔥		1.00	kg		大蒜	蒜末	0.60	kg
																沙拉油		8.50	kg		豆腐皮		3.00	kg	
																					沙拉油		8.50	kg	
					田園高麗菜	高麗菜		83.00	kg						炒有機時蔬	油菜	有機	72.00	kg		雪菇	青江菜		70.00	kg
						鮮香菇		5.00	kg							老薑	薑絲	0.60	kg		雪白菇		3.00	kg	
						胡蘿蔔	去皮	3.00	kg							沙拉油		8.50	kg		老薑	薑絲	0.30	kg	
						大蒜	蒜末	0.30	kg												沙拉油		8.50	kg	
						沙拉油		8.50	kg																
					小白菜豆腐湯	小白菜		16.00	kg	鍋燒意麵湯料	豬肉	火鍋肉片	48.00	kg	高麗菜蛋湯	高麗菜		32.00	kg		海帶芽蛋花湯	海帶芽		5.00	kg
						豆腐	4板	16.80	kg		小白菜		50.00	kg		雞蛋	溯源	20.00	kg		雞蛋	溯源	12.00	kg	
						嫩薑	薑絲	0.30	kg		虱目魚	小顆	12.00	kg		芹菜		0.60	kg		嫩薑	薑絲	0.60	kg	
											文蛤	溯源	20.00	kg											
											鮮香菇		3.00	kg											
											洋蔥	去皮	6.00	kg											
											沙茶醬		6.00	kg											
					時令香蕉	小條		262.00	kg	乳品7	高脂保	義美100	264.00	kg	時令蓮霧	小顆		157.00	kg						

5月3日					5月4日					5月5日					5月6日					5月7日				
菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位
白飯	白米		61.50	kg	小米飯	白米		61.00	kg	義大利麵	色義大利麵		90.00	kg	五穀飯	白米		63.00	kg	糙米飯	白米		63.00	kg
						小米		2.00	kg							五穀米		2.00	kg		糙米		2.00	kg
三杯雞	雞肉	光雞切塊	102.00	kg	香酥魚排	魚排	CAS	100.00	kg	南瓜雞肉義大利麵	南瓜	小丁	60.00	kg	咖哩雞	雞肉	光雞切塊	105.00	kg	回鍋肉片	豬肉	火鍋肉片	78.00	kg
	老薑	薑絲	0.60	kg		沙拉油		8.00	kg		雞肉	去皮切丁	69.00	kg		洋蔥	去皮	4.00	kg		黃豆乾	豆干片	12.00	kg
	杏鮑菇		30.00	kg							蘑菇		6.00	kg		馬鈴薯	中丁	26.00	kg		高麗菜		25.00	kg
	九層塔		0.20	kg							起司粉		2.00	kg		胡蘿蔔	去皮	10.00	kg		青蔥		1.00	kg
	沙拉油		2.00	kg							大蒜	蒜末	1.00	kg		咖哩粉	4盒	2.40	kg		沙拉油		2.00	kg
白菜滷	大白菜		82.00	kg	絲瓜蛤蜊煲	絲瓜	去皮	82.00	kg	香菇高麗菜	高麗菜		86.00	kg	柴香蘿蔔	白蘿蔔	去皮	65.00	kg	小黃瓜雞柳	小黃瓜		68.00	kg
	木耳	切絲	3.00	kg		文蛤	溯源	10.00	kg		胡蘿蔔	去皮	3.00	kg		胡蘿蔔	去皮	2.00	kg		雞肉	肉丁	6.00	kg
	胡蘿蔔	去皮	2.00	kg		老薑	薑絲	0.60	kg		雪白菇		3.00	kg		豬肉	肉角	6.00	kg		胡蘿蔔	去皮	2.00	kg
	大蒜	蒜末	0.20	kg		青蔥		0.60	kg		沙拉油		5.00	kg		柴魚片		0.60	kg		大蒜	蒜末	0.60	kg
	乾香菇		0.30	kg		冬粉		3.00	kg							沙拉油		5.00	kg		玉米粒	CAS	4.00	kg
	蝦皮		0.10	kg		沙拉油		5.00	kg												沙拉油		5.00	kg
	沙拉油		5.00	kg																				
薑炒青江菜	青江菜		69.00	kg	蒜香大陸妹	大陸妹		70.00	kg						炒有機時蔬	小白菜	有機	72.00	kg	薑炒有機油菜	油菜	有機	72.00	kg
	老薑	薑絲	0.60	kg		大蒜	蒜末	0.60	kg							老薑	薑絲	0.60	kg		老薑	薑絲	0.60	kg
	沙拉油		5.00	kg		沙拉油		5.00	kg							沙拉油		5.00	kg		沙拉油		5.00	kg
玉米蛋花湯	玉米粒		18.00	kg	金針菇蛋花湯	金針菇		10.00	kg	茶壺湯	文蛤	溯源	20.00	kg	紫菜蛋花湯	紫菜	1.5包	0.90	kg	蒜頭蛤蜊雞湯	冬瓜	去皮	30.00	kg
	胡蘿蔔	去皮	2.00	kg		青蔥		0.60	kg		鮮香菇		6.00	kg		雞蛋	溯源	20.00	kg		文蛤	溯源	20.00	kg
	雞蛋	溯源	20.00	kg		雞蛋	溯源	18.00	kg		白蘿蔔	去皮	50.00	kg		青蔥		0.30	kg		雞肉	光雞	24.00	kg
	玉米粉		3.00	kg		豆腐	4板	16.80	kg		豬肉	排骨	21.00	kg							大蒜	蒜頭粒	2.00	kg
	洋蔥	去皮	6.00	kg																				
					時令小蕃茄	黃蕃茄	264.00	kg	乳品7	高脂保	義美	165.00	kg	時令香蕉	小條	262.00	kg							

臺南市佳里區仁愛國小 2021年9月2週午餐菜單

	9月5日				9月6日				9月7日				9月8日				9月9日				9月10日				9月11日																					
	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位																
主食						五穀飯	白米		65.00	kg	白飯	白米		68.00	kg	海苔飯	白米		68.00	kg	糙米飯	白米		65.00	kg	燕麥飯	白米		65.00	kg	白飯	白米		68.00	kg											
主菜						豬肉 低脂絞肉			78.00	kg	香 菇 瓜 仔 肉	豆干 切丁		36.00	kg	台灣鯛 鱈魚丁			95.00	kg	韓 式 泡 菜 拌 料	黃豆干 切丁			24.00	kg	糖 醋 雞 肉	雞肉 去皮胸肉			96.00	kg	壽 喜 燒	豬肉 火鍋肉片			87.00	kg	塔 香 雞	雞肉 光雞切塊			105.00	kg		
						花瓜罐頭			6.00	kg		馬鈴薯 中丁			30.00	kg	胡蘿蔔 去皮			6.00		kg	白米			3.00		kg	燕麥			3.00		kg	雪白菇			20.00		kg						
						大蒜 蒜末			0.60	kg	咖哩 塊	洋蔥 去皮			20.00	kg	洋蔥 去皮			20.00	kg	胡蘿蔔 去皮			6.00	kg	青椒			6.00	kg	青蔥			1.00	kg	老薑 薑絲			0.60	kg					
						老薑 薑絲			0.60	kg	咖哩粉	咖哩粉			2.40	kg	白芝麻			0.60	kg	白芝麻			0.60	kg	番茄醬			6.00	kg	杏鮑菇			6.00	kg	大蒜 蒜末			0.60	kg					
						乾香菇			0.60	kg	地瓜粉	地瓜粉			20.00	kg	沙拉油			5.00	kg	沙拉油			8.00	kg	沙拉油			8.00	kg	柴魚片			0.60	kg	米酒			0.60	kg					
						沙拉油			2.00	kg	米酒	米酒			0.60	kg	沙拉油			8.00	kg	沙拉油			20.00	kg	沙拉油			2.00	kg	甜椒			2.00	kg	麻油			2.00	kg					
副菜						高麗菜			88.00	kg	田 園 高 麗 菜	玉米筍			3.00	kg	大黃瓜 去皮籽			90.00	kg	五 色 蔬 菜	小黃瓜			20.00	kg	洋 蔥 炒 蛋	洋蔥 去皮			36.00	kg	扁 蒲 甜 不 辣	蒲瓜 去皮			85.00	kg	豆 薯 炒 蛋	豆薯 切絲			65.00	kg	
						胡蘿蔔 去皮			2.00	kg		蝦仁 溯源			6.00	kg	綠豆芽			20.00	kg		雞蛋 溯源			32.00	kg		大蒜 蒜末			0.60	kg		木耳 切絲			2.00	kg		木耳 切絲			1.00	kg	
						鮮香菇			3.00	kg	老薑 薑絲			0.60	kg	老薑 薑絲			0.60	kg	胡蘿蔔 去皮			12.00	kg	玉米粒 CAS			10.00	kg	甜不辣 切條			6.00	kg	大蒜 蒜末			0.60	kg	胡蘿蔔 去皮			2.00	kg	
						木耳 木耳絲			3.00	kg	沙拉油			6.00	kg	青江菜			30.00	kg	青江菜			30.00	kg	沙拉油			6.00	kg	甜不辣 切條			6.00	kg	雞蛋 溯源			20.00	kg	雞蛋 溯源			20.00	kg	
						大蒜 蒜末			0.60	kg	沙拉油			6.00	kg	沙拉油			6.00	kg	沙拉油			6.00	kg	沙拉油			6.00	kg	沙拉油			6.00	kg	沙拉油			6.00	kg						
						炒有機時蔬			75.00	kg	炒大陸妹			78.00	kg	炒大陸妹			78.00	kg	炒大陸妹			78.00	kg	炒大陸妹			78.00	kg	炒大陸妹			78.00	kg	炒大陸妹			78.00	kg						
						老薑 薑絲			0.60	kg	鮮香菇			3.00	kg	鮮香菇			3.00	kg	鮮香菇			3.00	kg	鮮香菇			3.00	kg	鮮香菇			3.00	kg	鮮香菇			3.00	kg						
						沙拉油			6.00	kg	大蒜 蒜末			0.60	kg	大蒜 蒜末			0.60	kg	大蒜 蒜末			0.60	kg	大蒜 蒜末			0.60	kg	大蒜 蒜末			0.60	kg	大蒜 蒜末			0.60	kg						
						沙拉油			6.00	kg	沙拉油			6.00	kg	沙拉油			6.00	kg	沙拉油			6.00	kg	沙拉油			6.00	kg	沙拉油			6.00	kg	沙拉油			6.00	kg						
蔬菜						小白菜 有機			75.00	kg	炒有機時蔬	老薑 薑絲			0.60	kg	鮮香菇			3.00	kg	鮮香菇			3.00	kg	鮮香菇			3.00	kg	鮮香菇			3.00	kg	鮮香菇			3.00	kg					
						沙拉油			6.00	kg		炒大陸妹			6.00	kg	炒大陸妹			6.00	kg	炒大陸妹			6.00	kg	炒大陸妹			6.00	kg	炒大陸妹			6.00	kg	炒大陸妹			6.00	kg					
湯						金針菇			20.00	kg	金 針 菇 蛋 花 湯	青蔥			1.00	kg	雞蛋 溯源			26.00	kg	高麗菜			40.00	kg	豆腐 6板			25.20	kg	冬瓜 去皮			66.00	kg	傳統豆漿 3板			12.60	kg	白蘿蔔 去皮			60.00	kg
						雞蛋 溯源			26.00	kg		魚丸 蔬菜湯			6.00	kg	甜玉米 切塊			24.00	kg	芹菜			1.00	kg	海帶芽			6.00	kg	老薑 薑絲			0.60	kg	豬肉 肉絲			18.00	kg	鮮香菇			3.00	kg
						魚丸 蔬菜湯			6.00	kg	甜玉米 切塊			24.00	kg	芹菜			1.00	kg	海帶芽			6.00	kg	海帶芽			6.00	kg	老薑 薑絲			0.60	kg	筍絲 筍絲			22.00	kg	筍絲 筍絲			22.00	kg	
						芹菜			1.00	kg	魚丸 蔬菜湯			6.00	kg	甜玉米 切塊			24.00	kg	芹菜			1.00	kg	海帶芽			6.00	kg	老薑 薑絲			0.60	kg	筍絲 筍絲			22.00	kg	筍絲 筍絲			22.00	kg	
						魚丸 蔬菜湯			6.00	kg	甜玉米 切塊			24.00	kg	芹菜			1.00	kg	海帶芽			6.00	kg	海帶芽			6.00	kg	老薑 薑絲			0.60	kg	筍絲 筍絲			22.00	kg	筍絲 筍絲			22.00	kg	
						魚丸 蔬菜湯			6.00	kg	甜玉米 切塊			24.00	kg	芹菜			1.00	kg	海帶芽			6.00	kg	海帶芽			6.00	kg	老薑 薑絲			0.60	kg	筍絲 筍絲			22.00	kg	筍絲 筍絲			22.00	kg	
						魚丸 蔬菜湯			6.00	kg	甜玉米 切塊			24.00	kg	芹菜			1.00	kg	海帶芽			6.00	kg	海帶芽			6.00	kg	老薑 薑絲			0.60	kg	筍絲 筍絲			22.00	kg	筍絲 筍絲			22.00	kg	
						魚丸 蔬菜湯			6.00	kg	甜玉米 切塊			24.00	kg	芹菜			1.00	kg	海帶芽			6.00	kg	海帶芽			6.00	kg	老薑 薑絲			0.60	kg	筍絲 筍絲			22.00	kg	筍絲 筍絲			22.00	kg	
						魚丸 蔬菜湯			6.00	kg	甜玉米 切塊			24.00	kg	芹菜			1.00	kg	海帶芽			6.00	kg	海帶芽			6.00	kg	老薑 薑絲			0.60	kg	筍絲 筍絲			22.00	kg	筍絲 筍絲			22.00	kg	
						魚丸 蔬菜湯			6.00	kg	甜玉米 切塊			24.00	kg	芹菜			1.00	kg	海帶芽			6.00	kg	海帶芽			6.00	kg	老薑 薑絲			0.60	kg	筍絲 筍絲			22.00	kg	筍絲 筍絲			22.00	kg	
						魚丸 蔬菜湯			6.00	kg	甜玉米 切塊			24.00	kg	芹菜			1.00	kg	海帶芽			6.00	kg	海帶芽			6.00	kg	老薑 薑絲			0.60	kg	筍絲 筍絲			22.00	kg	筍絲 筍絲			22.00	kg	
						魚丸 蔬菜湯			6.00	kg	甜玉米 切塊			24.00	kg	芹菜			1.00	kg	海帶芽			6.00	kg	海帶芽			6.00	kg	老薑 薑絲			0.60	kg	筍絲 筍絲			22.00	kg	筍絲 筍絲			22.00	kg	
						魚丸 蔬菜湯			6.00	kg	甜玉米 切塊			24.00	kg	芹菜			1.00	kg	海帶芽			6.00	kg	海帶芽			6.00	kg	老薑 薑絲			0.60	kg	筍絲 筍絲			22.00	kg	筍絲 筍絲			22.00	kg	
						魚丸 蔬菜湯			6.00	kg	甜玉米 切塊			24.00	kg	芹菜			1.00	kg	海帶芽			6.00	kg	海帶芽			6.00	kg	老薑 薑絲			0.60	kg	筍絲 筍絲			22.00	kg	筍絲 筍絲			22.00	kg	
						魚丸 蔬菜湯			6.00	kg	甜玉米 切塊			24.00	kg	芹菜			1.00	kg	海帶芽			6.00	kg	海帶芽			6.00	kg	老薑 薑絲			0.60	kg	筍絲 筍絲			22.00	kg	筍絲 筍絲			22.00	kg	
						魚丸 蔬菜湯			6.00	kg	甜玉米 切塊			24.00	kg	芹菜			1.00	kg	海帶芽			6.00	kg	海帶芽			6.00	kg	老薑 薑絲			0.60	kg	筍絲 筍絲			22.00	kg	筍絲 筍絲			22.00	kg	
						魚丸 蔬菜湯			6.00	kg	甜玉米 切塊			24.00	kg	芹菜			1.00	kg	海帶芽			6.00	kg	海帶芽			6.00	kg	老薑 薑絲			0.60	kg	筍絲 筍絲			22.00	kg	筍絲 筍絲			22.00	kg	
						魚丸 蔬菜湯			6.00	kg	甜玉米 切塊			24.00	kg	芹菜			1.00	kg	海帶芽			6.00	kg	海帶芽			6.00	kg	老薑 薑絲			0.60	kg	筍絲 筍絲			22.00	kg	筍絲 筍絲			22.00	kg	
						魚丸 蔬菜湯			6.00	kg	甜玉米 切塊			24.00	kg	芹菜			1.00	kg	海帶芽			6.00	kg	海帶芽			6.00	kg	老薑 薑絲			0.60	kg	筍絲 筍絲			22.00	kg						

10月2週午餐菜單

	10月3日 日					10月4日 一					10月5日 二					10月6日 三					10月7日 四					10月8日 五					10月9日 六																								
	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位																				
主食						五穀飯	五穀米		63.00	kg	五穀飯	五穀米		6.00	kg	白飯	粳米平均值		69.00	kg	白飯	粳米平均值		69.00	kg	芝麻飯	粳米平均值		69.00	kg	芝麻飯	黑芝麻		0.60	kg	小米飯	粳米平均值		68.00	kg	小米飯	小米		12.00	kg										
主菜						肉燥	豬肉 低脂絞肉		42.00	kg	肉燥	豬肉 絞肉		33.00	kg	豆腐	油豆腐		69.00	kg	高麗菜	豬後腿肉	肉絲	36.00	kg	沙茶	豬後腿肉	肉絲	93.00	kg	親子丼	去皮雞胸肉	切丁	102.00	kg																				
副菜						菜炒	豆芽 碎培根	cas	18.00	kg	豆薯	胡蘿蔔	去皮	5.00	kg	雞蛋	雞蛋	洗選	30.00	kg	綜合	地瓜條	瓜瓜圓	42.00	kg	玉米	青蔥		5.00	kg	蠅蟻	胡蘿蔔	去皮	5.00	kg																				
蔬菜						薑絲	空心菜		75.00	kg	有機	黑葉白菜	有機	75.00	kg	炒高麗菜	高麗菜		88.00	kg																																			
湯						骨湯	桂竹筍 整支		44.00	kg	玉米	甜玉米	切塊	18.00	kg	鮮菇雞湯	雞腿	骨髓切!	36.00	kg																																			
附餐	備份					備份					備份					備份					備份					備份					備份																								
營養分析	主食類	肉魚豆蛋	蔬菜	主食類	肉魚豆蛋	主食類	肉魚豆蛋	蔬菜	主食類	肉魚豆蛋	主食類	肉魚豆蛋	蔬菜	主食類	肉魚豆蛋	主食類	肉魚豆蛋	蔬菜	主食類	肉魚豆蛋	主食類	肉魚豆蛋	蔬菜	主食類	肉魚豆蛋	主食類	肉魚豆蛋	蔬菜	主食類	肉魚豆蛋	主食類	肉魚豆蛋	蔬菜	主食類	肉魚豆蛋																				
	油脂類	熱量		油脂類	熱量	油脂類	熱量		油脂類	熱量	油脂類	熱量		油脂類	熱量	油脂類	熱量		油脂類	熱量	油脂類	熱量		油脂類	熱量	油脂類	熱量		油脂類	熱量	油脂類	熱量		油脂類	熱量																				
	蛋白質	脂肪	醣類	蛋白質	脂肪	蛋白質	脂肪	醣類	蛋白質	脂肪	蛋白質	脂肪	醣類	蛋白質	脂肪	蛋白質	脂肪	醣類	蛋白質	脂肪	蛋白質	脂肪	醣類	蛋白質	脂肪	蛋白質	脂肪	醣類	蛋白質	脂肪	蛋白質	脂肪	醣類	蛋白質	脂肪																				

※經營營養師審核： 通過 不通過(原因：)

主任： 校長：

午餐秘書：

11月3週午餐菜單

	11月14日 日				11月15日 一				11月16日 二				11月17日 三				11月18日 四				11月19日 五				11月20日 六													
	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位								
主食					白飯	粳米平均值		7.00	kg	五穀米飯	粳米平均值		64.00	kg	鐵板麵				180.00	kg	白飯	粳米平均值		70.00	kg	地瓜飯	粳米平均值		68.00	kg								
主菜					蠔油雞丁米血	全雞	切塊	78.00	kg	咖哩百頁	百頁豆腐	非基改	60.00	kg	義大利肉醬麵	豬肉	絞肉	33.00	kg	香菇肉燥	鮮香菇		10.00	kg	醬燒雞丁	全雞	切塊	102.00	kg									
						米血	切丁: C	36.00	kg		洋蔥	去皮	10.00	kg		洋蔥	去皮	15.00	kg		鮮香菇		18.00	kg		豆乾	1*1	18.00	kg	高麗菜		40.00	kg					
						老薑	薑片	1.00	kg		胡蘿蔔	去皮	10.00	kg		蒜頭	蒜泥	1.00	kg		油蔥酥		0.60	kg		老薑	薑絲	0.30	kg									
						素蠔油		6.00	kg		咖哩粉	3盒	1.80	kg		番茄醬		18.00	kg							青蔥		2.00	kg									
											馬鈴薯	無發芽	30.00	kg		蘑菇醬		18.00	kg							甜麵醬		6	kg									
											大蒜	蒜末	0.50	kg		義大利香粉		0.60	kg																			
副菜					豆芽菜炒肉絲	豆芽菜		55.00	kg	玉米蒸蛋	雞蛋	洗選	65.00	kg	綠和鹽酥雞	雞肉	去骨雞胸肉	60.00	kg	高麗菜炒培根	高麗菜		50.00	kg	小瓜香腸	小黃瓜		60.00	kg									
						肉絲	臘肉絲	18.00	kg		玉米粒	CAS	8.00	kg		地瓜條	瓜瓜圈	42.00	kg		蒜末	0.60	kg	青蔥			3.00	kg	香腸	cas	18.00	kg						
						青蔥		2.00	kg		毛豆仁	cas	4.00	kg		沙拉油		10.00	kg		培根	cas	18.00	kg		大蒜	蒜末	0.30	kg									
						胡蘿蔔		10.00	kg												沙拉油		5.00	kg		沙拉油		5.00	kg									
						大蒜	蒜末	0.30	kg																													
						黑胡椒鹽		0.60	kg																													
蔬菜					有機奶油菜	奶油菜	有機	67.00	kg	田園大白菜	大白菜		70.00	kg	燴雙花	白花菜	cas	60.00	kg	蒜炒有機青松菜	青松菜	有機	67.00	kg														
						老薑	切絲	0.60	kg		木耳絲	乾	1.00	kg		青花菜	cas	27.00	kg		大蒜	蒜末	0.30	kg														
						乾木耳	絲	1.00	kg		胡蘿蔔	去皮	3.00	kg		紅蘿蔔		5.00	kg		紅蘿蔔		3.00	kg														
						沙拉油		5.00	kg		老薑	薑絲	0.60	kg							沙拉油		5.00	kg														
湯					什錦粉絲湯	冬粉	2包	6.00	kg	大黃瓜蛤蜊湯	大黃瓜	去皮籽	70.00	kg	南瓜濃湯	南瓜	去皮	38.00	kg	金針菇海帶芽豆腐湯	金針菇		10.00	kg	豆腐蛋花湯	豆腐	5板	21.00	kg									
						高麗菜		20.00	kg		蛤蜊	溯源	10.00	kg		馬鈴薯	無發芽	15.00	kg		鮮奶油		10.00	L		乾海帶芽	無砂	0.60	kg	鮮香菇		5.00	kg					
						豬後腿肉	肉絲	9.00	kg		大蒜	蒜末	0.50	kg		洋蔥	去皮	15.00	kg		青蔥		1.00	kg	豬肉	肉絲	9.00	kg										
						老薑	薑絲	0.30	kg																	油蔥酥		0.60	kg									
						金針菇		10.00	kg																	雞蛋	洗選	10.00	kg									
						沙茶醬	龍骨	3.00	kg																													
						青蔥		1.00	kg																													
附餐																																						
	備份				份	備份				份	備份				份	備份					份	備份				份	備份					份						
	主食類	肉魚豆蛋	蔬菜		主食類	肉魚豆蛋	蔬菜			主食類	肉魚豆蛋	蔬菜			主食類	肉魚豆蛋	蔬菜			主食類	肉魚豆蛋	蔬菜			主食類	肉魚豆蛋	蔬菜			主食類	肉魚豆蛋	蔬菜						
營養分析																																						
		油脂類	熱量		油脂類	熱量			油脂類	熱量					油脂類	熱量					油脂類	熱量				油脂類	熱量			油脂類	熱量							
	蛋白質	脂肪	醣類		蛋白質	脂肪	醣類		蛋白質	脂肪	醣類			蛋白質	脂肪	醣類				蛋白質	脂肪	醣類			蛋白質	脂肪	醣類			蛋白質	脂肪	醣類						

※經營管師審核：通過

不通過(原因：)

午餐秘書：

主任：

校長：

12月3週午餐菜單

	12月12日					12月13日					12月14日					12月15日					12月16日					12月17日					12月18日									
	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位					
主食						五穀飯	白米		69.00	kg	白飯	白米		72.00	kg	白麵	衛生油麵		150.00	kg	白飯	白米		72.00	kg	糙米飯	白米		69.00	kg										
主菜						全雞	切塊		102.00	kg	揚出豆腐	豆腐	15板	75.00	kg	好吃炒麵	豬肉	肉絲	36.00	kg	南瓜燒肉	豬肉	肉角	75.00	kg	蕃茄燒雞	全雞	切塊	102.00	kg										
						洋蔥	去皮	10.00	kg	地瓜粉			20.00	kg	洋蔥		去皮	15.00	kg	大蒜		蒜末	0.30	kg	大蒜		蒜末	0.30	kg	紅蕃茄		30.00	kg							
副菜						青蔥		2.00	kg	肉末碎腩	菜脯	cas	15.00	kg	綜合滷味2	烏蛋		24.00	kg	豆芽菜炒火腿	黑胡椒粉		0.60	kg	玉米肉末	玉米粒	cas	48.00	kg											
						沙茶醬		6.00	kg		蒜頭	切末	0.10	kg		海帶結		18.00	kg		黑胡椒粉		0.60	kg		蒜頭	切末	0.10	kg	絞肉		21.00	kg							
蔬菜						紅辣椒		0.20	kg	薑炒有機鮑白菜	紅蘿蔔	1*1	30.00	kg	蒜炒大陸妹	大陸妹		67.00	kg	鮑菇有機時蔬	黑夜白菜	有機	67.00	kg	枸杞菠菜	菠菜		67.00	kg											
						沙茶醬		6.00	kg		青蔥		1.00	kg		鮮香菇		3.00	kg		鮑魚菇		2.00	kg		老薑	薑絲	0.30	kg	老薑	薑絲	0.30	kg							
湯						紅蘿蔔	沙拉油	5.00	kg	芹香魚丸湯	虱目魚丸	cas	18.00	kg	大黃瓜豬骨湯	大黃瓜	去皮	60.00	kg	蒜頭蛤蚧雞湯	骨脆	切塊	21.00	kg	白蘿蔔豬骨湯	白蘿蔔	去皮	55.00	kg											
						沙茶醬		6.00	kg		芹菜		10.00	kg		豬骨	龍骨	30.00	kg		蛤蚧	三章一Q	6.00	kg		豬骨		30.00	kg											
附餐						小魚乾	0.20	kg	水果	芭樂	180g	247.00	kg	乳品	豆奶		246.00	kg	水果	橘子	160g	215.00	kg	白蘿蔔	老薑	薑絲	0.30	kg												
						洋蔥	去皮	5.00		kg	金針菇		20.00		kg	蒜頭	蒜末	0.30		kg	蒜頭	蒜末	0.30		kg	蒜仁		0.60	kg	秀珍菇		5.00	kg							
營養分析	備份					備份				備份				備份				備份				備份				備份														
	主食類	肉魚豆蛋	蔬菜			主食類	肉魚豆蛋	蔬菜		主食類	肉魚豆蛋	蔬菜		主食類	肉魚豆蛋	蔬菜		主食類	肉魚豆蛋	蔬菜		主食類	肉魚豆蛋	蔬菜		主食類	肉魚豆蛋	蔬菜		主食類	肉魚豆蛋	蔬菜								
	油類	熱量			油類	熱量				油類	熱量			油類	熱量			油類	熱量			油類	熱量			油類	熱量			油類	熱量									
	蛋白質	脂肪	醣類		蛋白質	脂肪	醣類			蛋白質	脂肪	醣類		蛋白質	脂肪	醣類		蛋白質	脂肪	醣類		蛋白質	脂肪	醣類		蛋白質	脂肪	醣類		蛋白質	脂肪	醣類								

※經營養師審核：通過 不通過(原因：) 主任： 校長：
 午餐秘書：