

臺南市立新市國民中學 113學年度第二學期第9週午餐食譜

3月31日 (星期一)		4月1日 (星期二)		4月2日 (星期三)		4月3日 (星期四)	4月4日 (星期五)
主食：白米飯		主食：白米飯(蔬食日)		主食：燕麥飯			
泰式打拋雞	數量	鳳梨茄汁醬鮪魚	數量	香滷豬蹄膀	數量	4/4 補 假	兒 童 節 及 民 族 掃 墓 節
雞絞肉	66	長鰭鮪魚丁	50	豬蹄膀	48		
蒜末	0.6	薑絲	0.5	腱肉丁	36		
牛番茄	9	鳳梨醬 3K/罐	1	辣椒	0.1		
九層塔	0.6	蔥段	0.6	蔥段	0.2		
辣椒末	0.3	醬油(箱)	庫存	蒜仁	0.2		
魚露 500ml/瓶	11	玻璃紙(包)	1	素蠔油、醬油、冰糖、二砂糖、油包	庫存		
素蠔油 6K/桶	1	番茄醬 3.33K/罐	5	可口可樂(瓶)	2		
檸檬原汁 950g/瓶	3						
二砂糖(箱)	1						
醬油(箱)	庫存						
				燕麥	0.6		
蒜炒小黃瓜	數量	蔥花炒蛋	數量	油蔥豆芽	數量		
小黃瓜切片	32.5	洗選蛋	40	豆芽菜	30.5		
蒜碎	0.2	青蔥花	3	韭菜段	0.5		
精鹽(袋)	1			油蔥酥 600g/包	庫存		
薑炒青松菜	數量	薑炒青江菜	數量	蒜炒綠花椰	數量		
有機青松菜加工	30	有機青江菜加工	30	生鮮綠花椰菜加工	42.5		
薑絲	0.2	薑絲	0.2	紅蘿蔔片	0.2		
				蒜碎	0.2		
冬瓜排骨湯	數量	什錦羹湯	數量	剝皮辣椒瓜仔雞湯	數量		
冬瓜大塊	29.5	桶筍絲	11	骨腿丁	24		
排骨	12	金針菇	6.5	剝皮辣椒 3K/包	2		
薑絲	0.3	紅蘿蔔絲	4.5	脆花瓜 3K/罐	3		
雞粉 1K/罐	庫存	黑木耳絲(乾) 600g/包	1	薑片	0.5		
香油 3L/桶	1	洗選蛋	12.5	高麗菜大塊	20		
		大骨	3				
		太白粉	3				
洋香瓜 120g	732	烏醋 5L/桶	1	金蘋果 175ml/瓶	733		

本校一律使用國產豬、牛肉食材

本校營養午餐有供應甲殼類、花生、牛奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質穀物、大豆、魚類等其製品