

115 年 0223-0226 週菜單

菜單內肉品產地為臺灣

		2月23日	2月24日	2月25日	2月26日	2月27日	
早餐	主食	雞茸蔬菜粥 地瓜*1	晨光吐司 起司片	壽司盒	油片米粉湯		
	副菜	香菇貢丸*2 鮮美時蔬	火腿片 鮮蔬炒蛋	茶葉蛋 鮮美時蔬	蒜泥白肉 鮮美時蔬		
	湯品		紅茶	鮮魚味噌湯			
	早餐人數	200	380	380	250		
午餐	主食	白飯	藜麥飯	白飯	白飯		
	主菜	卡啦雞腿排	豆豉蒸魚	咕咾肉	香料滷雞		
	副菜	青豆玉米蝦仁 開陽白菜 鮮美時蔬	三杯米血雞丁 西芹炒菇 鮮美時蔬	鹹蛋中卷 蒜香高麗菜 鮮美時蔬	麻婆豆腐 黃芽肉絲 鮮美時蔬		
	中學副菜	碎脯炒蛋	家常豆腐	蝦米胡瓜	韭菜甜條		
	湯品	蘿蔔排骨湯	刺瓜丸片湯	椰汁西米露	紫菜蛋花湯		
	水果	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果		
	全穀雜糧(份)	5.1	5.8	5.3	4.5		
	豆魚蛋肉(份)	2.7	2.4	2.3	2.7		
	蔬菜(份)	1.7	1.5	1.8	1.4		
	油脂(份)	2.6	2.4	2.3	2.3		
	水果(份)	1	1	1	1		
	小學熱量(大卡)	779	791	752	716		
	全穀雜糧(份)	6.1	6.8	6.3	7.2		
	豆魚蛋肉(份)	3.3	3.4	2.5	2.8		
	蔬菜(份)	2	1.8	2.4	1.7		
	油脂(份)	2.8	2.6	2.5	2.6		
	水果(份)	1	1	1	1		
	中學熱量(大卡)	910	953	861	933		
	預估 人數	中學 1300 小學 1000	中學 1300 小學 1000	中學 1300 小學 1000	中學 1300 小學 1000		
	晚餐	主食	白飯	白飯	白飯		
主菜		蔭瓜排骨	宮保雞丁	焗烤魚排			
副菜		蝦排*1 小瓜鮮菇 鐵板豆芽 鮮美時蔬	白菜排骨湯 魷魚炒花菜 滷海帶杏菇 鮮美時蔬	鹹冬瓜肉 培根洋芋 榨菜炒豆干 鮮美食蔬			
湯品		玉米塊湯	冬瓜湯	鮮菇白菜湯			
晚餐人數		400	430	350			

※當季蔬菜:油菜、青江菜、莪白菜、莧菜...等時令蔬菜；當季水果:香蕉、西瓜、木瓜、芭樂...等時令水果。

若因天氣或食材因素須更改菜單，敬請師生見諒。