

## 115 年 0323-0328 週菜單

菜單內肉品產地為臺灣

		3 月 23 日	3 月 24 日	3 月 25 日	3 月 26 日	3 月 27 日	3 月 28 日
早餐	主食	香菇肉粥	義美鬆餅	油片米粉湯	炒烏龍	芝士軟法	大牛角
	副菜	雞捲 鮮美食蔬	麥克雞塊*2 鮮美食蔬	蒜泥白肉 鮮美食蔬	豆干小魚 小黃瓜	生菜沙拉 三角薯餅	巧克力醬包 洋芋沙拉
	湯品		豆漿		福州丸湯	冬瓜茶	紅茶
	早餐人數	200	370	350	250	380	90
午餐	主食	白飯	白飯	白飯	小米飯	白飯	
	主菜	宮保雞丁	孜然腿排	黃金魚排	壽喜燒	韓式焗肉	
	副菜	三色炒蛋 鮮筍羹 鮮美時蔬	番茄豆腐 開陽蒲瓜 鮮美時蔬	香菇肉燥 杏菇花椰 鮮美時蔬	碎脯炒蛋 拌炒海帶絲 鮮美時蔬	乳酪洋芋 炸雞翅 鮮美時蔬	
	中學副菜	香酥玉米餅*2	雪菜肉末	珍珠丸*2	燴白菜	什錦刺瓜	
	湯品	冬瓜珍珠	肉骨茶湯	肉羹湯	關東煮	海帶菇湯	
	水果	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果	
	全穀雜糧(份)	4.5	5.3	4.7	5	5.1	
	豆魚蛋肉(份)	2.6	2.5	2.4	2.5	3	
	蔬菜(份)	1.7	1.5	1.5	1.8	1.3	
	油脂(份)	2.3	2.2	2.5	2.3	2.5	
	水果(份)	1	1	1	1	1	
	小學熱量(大卡)	716	755	719	746	787	
	全穀雜糧(份)	6.8	6.3	5.8	6	6.2	
	豆魚蛋肉(份)	2.7	2.8	3	2.6	3.1	
	蔬菜(份)	1.8	1.9	1.7	2.5	2.1	
	油脂(份)	2.8	2.4	2.6	2.5	2.7	
	水果(份)	1	1	1	1	1	
	中學熱量(大卡)	909	866	850	850	900	
	預估 人數	中學 1300 小學 1000	中學 1300 小學 1000	中學 1300 小學 960	中學 1300 小學 960	中學 1300 小學 1000	
	晚餐	主食	白飯	地瓜飯	五穀飯	白飯	白飯
主菜		蔥油雞	泡菜肉片	麻油雞	蜜汁豬排	焗烤鯛魚	
副菜		紅燒獅子頭 海鮮麵疙瘩 香菇滷冬瓜 鮮美時蔬	鴿蛋滷味 小瓜雞絲 芝麻球*2 鮮美時蔬	蔥爆肉柳 滑蛋南瓜 滷筍絲 鮮美時蔬	滷豆干 芋香燒雞 雙色花椰 鮮美時蔬	台糖香腸 鮮菇高麗 麻婆豆腐 鮮美時蔬	
湯品		榨菜肉絲湯	馬鈴薯蔬菜湯	蘿蔔大骨湯	檸檬愛玉	冬瓜薏仁湯	
晚餐人數		587	582	375	582	300	

※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。