

115 年 0413-0417 週菜單

菜單內肉品產地為臺灣

		4 月 13 日	4 月 14 日	4 月 15 日	4 月 16 日	4 月 17 日	4 月 18 日	
早餐	主食	海鮮粥	大亨堡	炒米苔目	肉醬鐵板麵	花壽司盒	刈包	
	副菜	叉燒包*1 鮮美時蔬	德國香腸 洋芋薯泥 水煮蛋	拌豆干 鮮美時蔬	脆薯 鮮美時蔬	鮮美時蔬	早餐肉排 茶葉蛋 鮮美食蔬	
	湯品		熱牛奶	福州丸湯	玉米濃湯	關東煮高麗菜	三絲丸湯	
	早餐人數	200	364	363	250	367	66	
午餐	主食	白飯	白飯	麥片飯	白飯	白飯		
	主菜	三杯雞	海結燒肉	紅麴魚塊	壽喜燒	蔥油雞腿		
	副菜	碧綠海鮮 紅蘿蔔炒蛋 鮮美時蔬	鹽水雞翅 蘿蔔蒟蒻燒 鮮美時蔬	麻油杏菇 瓜仔肉燥 鮮美時蔬	滷味 奶香洋芋 鮮美時蔬	義式丸子 蛋酥白菜 鮮美時蔬		
	中學副菜	啵啵玉米	雙絲高麗	碗豆苗芽菜	芹菜炒豆干	芋簽糕		
	湯品	黃豆芽湯	海芽蛋花湯	味噌湯	金針湯	紅豆粉粿湯		
	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)	4.7	4.5	5.7	5.3	4.5		
	豆魚蛋肉(份)	2.6	3	2.4	2.2	2.9		
	蔬菜(份)	1.7	1.5	1.5	1.4	1.5		
	油脂(份)	2.3	2.1	2.5	2.3	2.2		
	水果(份)	1	1	1	1	1		
	小學熱量(大卡)	730	732	789	734	729		
	全穀雜糧(份)	6.5	5.5	6.7	6.3	6.8		
	豆魚蛋肉(份)	2.7	3.1	2.6	3.2	2.9		
	蔬菜(份)	2	2.1	2.2	1.8	1.7		
	油脂(份)	2.5	2.3	2.7	2.6	2.3		
	水果(份)	1	1	1	1	1		
	中學熱量(大卡)	880	833	900	903	899		
	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	中學 1300 小學 1000	中學 1300 小學 1000	
	晚餐	主食	白飯	細拉麵	白飯	白飯	白飯	
主菜		焗烤鯛魚	脆皮雞排	豆豉小排	糖醋雞丁	洋蔥肉排		
副菜		木須蒲瓜 洋蔥肉絲 炒白花菜 鮮美時蔬	炸醬 滷蛋 小黃洋菜 鮮美時蔬	宮保雞丁 蒜炒四季 南瓜炒蛋 鮮美食蔬	芋香燒肉 五更豆腐 甜豆鮮菇 鮮美食蔬	小瓜素雞 白蘿蔔黑輪 酸辣土豆絲 鮮美食蔬		
湯品		芥菜雞湯	髮菜豆腐湯	冬瓜排骨湯	紫菜魚丸湯	金菇菜湯		
晚餐人數		586	581	350	582	200		

※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。