

## 115 年 0504-0508 週菜單

菜單內肉品產地為臺灣

		5月4日	5月5日	5月6日	5月7日	5月8日	5月9日
早餐	主食	海鮮炒飯	吐司&起司片	鐵板麵	台式鹹粥	奶香野菇 義大利麵	大牛角
	副菜	雞柳條 鮮美食蔬	肉排 生菜沙拉	涼拌干絲 鮮美食蔬	拌素雞 鮮蔬炒蛋	三角薯餅*2 鮮美食蔬	巧克力醬包 洋芋沙拉
	湯品	玉米濃湯	熱牛奶	旗魚丸湯		花菜濃湯	麥香紅茶
	早餐人數	200	370	320	250	320	60
午餐	主食	白飯	白飯	胚芽飯	白飯	白飯	
	主菜	日式豬排	紅燒肉	三杯雞	親子丼	醬燒大排	
	副菜	玉米炒雞丁 海帶滷味 鮮美時蔬	蔥花蛋 腐皮白菜 鮮美時蔬	黃瓜肉片 蔬菜冬粉 鮮美時蔬	魚柳條*2 毛豆三丁 鮮美時蔬	酸菜麵腸 蘿蔔魚丸 鮮美食蔬	
	中學副菜	蒜炒高麗	芹香海絲	雪菜肉末	桂筍肉絲	青椒肉絲	
	湯品	羅宋湯	金針花大骨湯	紫菜蛋花湯	鮮草奶凍	四神湯	
	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)	5	4.5	5.1	5.8	4.9	
	豆魚蛋肉(份)	2.6	2.5	2.4	2.8	2.7	
	蔬菜(份)	1.3	1.8	1.8	1.3	1.5	
	油脂(份)	2.5	2.3	2.3	2.1	2.2	
	水果(份)	1	1	1	1	1	
	小學熱量(大卡)	750	711	745	803	742	
	全穀雜糧(份)	6	5.5	6.1	6.8	5.9	
	豆魚蛋肉(份)	2.7	2.7	2.8	3.2	3.1	
	蔬菜(份)	2	2.3	2.2	1.9	2	
	油脂(份)	2.7	2.6	2.5	2.4	2.4	
	水果(份)	1	1	1	1	1	
	中學熱量(大卡)	854	822	864	931	863	
	預估 人數	中學 1300 小學 1000	中學 1300 小學 920	中學 1300 小學 920	中學 1300 小學 1000	中學 1300 小學 1000	
	晚餐	主食	白飯	義大利麵	蕎麥飯	白飯	白飯
主菜		滷豬腳	醬燒烤雞腿	義式番茄燉肉	花瓜燒雞	京都排骨	
副菜		五彩肉片 洋蔥炒蛋 開陽蒲瓜 鮮美時蔬	家常豆腐 青醬 紅絲敏豆 鮮美時蔬	蝦仁炒蛋 起司奶香南瓜 雙色花椰 鮮美時蔬	洋蔥鹹豬肉 糖醋豆腸 蒜香海根 鮮美食蔬	三鮮魷魚 培根洋芋 麵筋白菜 鮮美食蔬	
湯品		紅豆紫米湯	蘿蔔排骨酥湯	什錦鮮菇湯	田園蔬菜湯	薑絲冬瓜湯	
晚餐人數		587	581	377	579	201	

※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。