

## 115 年 0608-0612 週菜單

菜單內肉品產地為臺灣

		6月8日	6月9日	6月10日	6月11日	6月12日	
早餐	主食	皮蛋瘦肉粥	墨西哥餅	台南擔仔麵	花壽司盒	藍莓貝果	
	副菜	雞米花 鮮美食蔬	芝司樂起司片 美生菜	肉燥滷蛋 黑輪*1 鮮美食蔬	茶碗蒸 鮮美食蔬	雞蛋薯泥	
	湯品		洋芋濃湯	芹香貢丸湯	金茸三絲湯	熱牛奶	
	早餐人數	150	280	250	180	290	
午餐	主食	白飯	白飯	炸醬麵	白飯	白飯	
	主菜	紅燒肉	香酥魚塊	紅燒棒腿	壽喜燒	三杯雞	
	副菜	彩椒海中寶 金菇小瓜 鮮美時蔬	黑椒肉絲 毛豆素丁 鮮美時蔬	八寶肉醬 黃瓜杏菇 鮮美時蔬	中卷油腐 蒜炒敏豆 鮮美時蔬	蝦仁炒蛋 五色花園 鮮美時蔬	
	中學副菜	酸菜肉絲	番茄炒蛋	椒鹽甜絲	麻油高麗	綜合滷味	
	湯品	味噌湯	鮮筍湯	肉羹湯	綠豆薏仁	冬瓜湯	
	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	4.8	5.5	4.5	
	豆魚蛋肉(份)	2.5	2.3	2.6	3	2.7	
	蔬菜(份)	1.8	1.5	1.7	1.6	1.6	
	油脂(份)	2.2	2.6	2.3	2.3	2.4	
	水果(份)	1	1	1	1	1	
	小學熱量(大卡)	706	737	737	813	725	
	全穀雜糧(份)	5.5	6	6.5	6.5	6.2	
	豆魚蛋肉(份)	2.8	2.9	2.7	3.2	3.2	
	蔬菜(份)	2.3	2	1.9	2.4	2.1	
	油脂(份)	2.4	2.8	2.6	2.5	2.5	
	水果(份)	1	1	1	1	1	
	中學熱量(大卡)	820	873	882	927	899	
	預估 人數	中學 967 小學 890	中學 967 小學 890	中學 967 小學 890	中學 967 小學 890	中學 967 小學 890	
	晚餐	主食	白飯	白飯	胚芽飯	白飯	
主菜		油蔥雞	醬燒排骨	花枝排	糖醋雞丁		
副菜		海結燒肉 芙蓉蒸蛋 炒高麗菜 鮮美時蔬	可樂餅 沙茶什錦褒 炒野菜 鮮美時蔬	銀芽三絲 麻婆豆腐 打拋肉片 鮮美時蔬	芋香燒肉 南瓜炒蛋 蒜瓣小瓜 鮮美時蔬		
湯品		腐竹木耳湯	愛玉湯	海芽蛋花湯	金針排骨湯		
晚餐人數		400	400	280	400		

※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。