115 年 1109-1113 週菜單

菜單內肉品產地為臺灣

		11 月 09 日	11 月 10 日	11 月 11 日	11 月 12 日	11 月 13 日	11 月 14 日
早餐	主食	西班牙燉飯	大亨堡	鐵板麵	台式鹹粥	大牛角	鍋燒麵
	副菜	雞柳條 美生菜	德國香腸 雞蛋薯泥 水煮蛋	雞米花 鮮美食蔬	水煎包*1 鮮蔬炒蛋	火腿鮮蔬 烤地瓜	黃金魚塊 紅絲青花
	湯品	玉米濃湯	豆漿	旗魚丸湯		米漿	
	早餐人數	200	410	380	250	410	100
午餐	主食	白飯	白飯	白飯	白飯	白飯	
	主菜	日式豬排	香料滷雞腿	豆豉蒸魚	左公雞	咕咾肉	
	副菜	杏菇雞丁 菜脯蛋 鮮美時蔬	豆瓣肉末 白菜翅羹 鮮美時蔬	油腐燒肉 玉米三丁 鮮美時蔬	西芹海鮮 番茄豆腐 鮮美時蔬	麻油雞丁高麗 洋蔥炒蛋 鮮美時蔬	
	中學副菜	培根高麗	芹香海絲	椒鹽什錦	花枝丸*2	蔬菜冬粉	
	湯品	冬瓜湯	綠豆薏仁湯	南瓜湯	海帶菇湯	白蘿蔔湯	
	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)	5.2	5.5	5	4.8	5.2	
	豆魚蛋肉(份)	2.8	2.3	3	2.6	2.7	
	蔬菜(份)	1.6	1.5	1.2	1.7	1.8	
	油脂(份)	2.5	2.2	2.3	2.2	2.4	
	水果(份)	1	1	1	1	1	
	小學熱量(大卡)	786	754	768	732	779	
	全穀雜糧(份)	6.2	6.5	7	6.3	6.7	
	豆魚蛋肉(份)	3	2.4	3.2	2.8	2.8	
	蔬菜(份)	2.1	2	1.4	1.9	2	
	油脂(份)	2.6	2.3	2.5	2.5	2.6	
	水果(份)	1	1	1	1	1	
	中學熱量(大卡)	888	848	937	871	906	
	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	
晚餐	主食	白飯	白飯	白飯	白飯	白飯	
	主菜	紅燒雞	蘿蔔燒肉	雞腿肉捲	筍干燒肉	豆酥鱈魚	
	副菜	茄汁丸子 雪菜干丁 刺瓜什錦 鮮美時蔬	宮保雞丁 海苔丸*1 塔香炒蛋 鮮美時蔬	木須蒲瓜 香酥烤餅 洋蔥肉絲 鮮美時蔬	水漾蒸蛋 小瓜蒟蒻 芋香燒雞 鮮美時蔬	蒼蠅頭 麻婆豆腐 炒白花椰 鮮美時蔬	
	湯品	海芽蛋花湯	薑母腐竹湯	大滷湯	檸檬愛玉	肉羹湯	
	晚餐人數	600	600	400	600	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。

※