

類別	9月30日		星期一	10月1日		星期二	10月2日		星期三	10月3日		星期四	10月4日		星期五
	名稱	食材名稱	數量	名稱	食材名稱	數量	名稱	食材名稱	數量	名稱	食材名稱	數量	名稱	食材名稱	數量
主食	麥片飯	麥片<福壽>*	2 KG	糙米飯						糙米飯			健康蔬食		
主菜	腰果雞丁	薑片	0.3 KG	紅燒旗魚丁	旗魚丁	16KG	炒粿仔條	蔥	0.3 KG	鐵板肉片	赤肉片<大安>	15 KG	鮮菇燒素雞	長素雞(切片)	12 KG
		紅辣椒	0.1 KG		薑片	0.3KG		板條*	28 KG		青花菜	2 KG		杏鮑菇(QRC)	5 KG
		熟腰果(440g)	2 包		豆腐(非基改)(大板)(舖袋)	2 板		乾蝦仁	0.2 KG		洋蔥(進口)+	4 KG		紅蘿蔔絲(QRC)	1 KG
		雞丁(CAS)<佳世福>	16 KG		生香菇	2KG		綠豆芽(QRC)	6 KG		紅蘿蔔絲(QRC)	1 KG			
		洋蔥(進口)+	5 KG		辣豆瓣醬	1瓶		乾香菇絲	0.1 KG						
								赤肉絲<大安>	5 KG						
								韮菜(QRC)	1 KG						
								紅蘿蔔絲(產銷履歷)	2 KG						
副菜	虎皮銀芽	蔥	0.3 KG	佛跳牆	大白菜(QRC)+	16 KG	蔬菜關東煮	薑片	0.3 KG	蝦香扁蒲	乾蝦仁	0.3 KG	三色蛋	洗選蛋<東杰>	14 KG
		綠豆芽(QRC)	14 KG		乾蝦仁	0.1 KG		紅蘿蔔大丁(QRC)+	1 KG		瓠瓜(去皮)+(QRC)<正場>	16 KG		熟鹹蛋(CAS)(6入)(先送)	3 盒
		油豆片(切絲)(非基改)<津	3 KG		洗選蛋<東杰>	3 KG		高麗菜(QRC)+	6 KG		紅蘿蔔絲(QRC)	1 KG		皮蛋(CAS)(6入)(先送)	3 盒
		紅蘿蔔絲(QRC)	1 KG		乾香菇絲	0.1 KG		玉米條(切薄)(QRC)(非基改)	6 KG						
					上肉絲(分開)<大安>	3 KG		油豆腐丁(非基改)<津悅>	5 KG						
青菜	腰歷青	蒜頭	0.6 KG	機蔬	有機油菜	17KG				機蔬	有機空心菜	17KG	機蔬	有機小白菜	17KG
		莧菜(產銷履歷)	18 KG					木耳絲(QRC)	2 KG					薑絲	0.2KG
湯品	干貝蘿蔔湯	珠貝	1 KG	冬瓜薏仁湯	薑絲	0.2 KG	酸辣湯	洗選蛋<東杰>	3 KG	味噌豆腐湯	蔥	0.3 KG	大麥粉圓湯	長粉圓<尚旺>	6 KG
		大骨(切)<大安>	2 KG		冬瓜(青皮)(去皮)(QRC)	9 KG		豆腐(非基改)(大板)(舖袋)<津	1 板		豆腐(非基改)(大板)(舖袋)	2 板		小薏仁	1 KG
		白蘿蔔(進口)(去皮)+	7 KG		小薏仁	1 KG		脆筍絲<品碩豐>	2 包		味噌<十全>(1K)	1 包			
								紅蘿蔔絲(產銷履歷)+	1 KG						
								赤肉絲<大安>	1 KG						
水果				水果	蘋果	230份	鮮奶	鮮奶(新鮮屋)<味全>	216瓶						
								黃豆奶(產銷履歷)<義美>(25	13瓶						
	計:	7923		計:	11423		計:	9798		計:	5656		計:	5426	
菜單營養分析	類別		份量	類別		份量	類別		份量	類別		份量	類別		份量
	五穀根莖類		3.4	五穀根莖類		3.6	五穀根莖類		3.2	五穀根莖類		3.6	五穀根莖類		4.4
	豆魚蛋肉類		2.1	豆魚蛋肉類		2.2	豆魚蛋肉類		1.4	豆魚蛋肉類		2.1	豆魚蛋肉類		2.2
	油脂類		3.3	油脂類		3.2	油脂類		3	油脂類		3	油脂類		3
	蔬菜類		1.9	蔬菜類		1.8	蔬菜類		1	蔬菜類		1.8	蔬菜類		0.8
	水果類			水果類		1	乳品類		1	水果類			水果類		
	熱量(大卡)		592	熱量(大卡)		666	熱量(大卡)		609	熱量(大卡)		590	熱量(大卡)		628

設計:至芃企業有限公司

執行秘書:

午餐王好漆

校長:

崙坪國民小學 校長 林盛基

備註:因菜單需於前一個月開立再交由午餐會議審查後供應,若當月菜單有異動原因如下:

1. 菜價是浮動的,若當週菜價上漲幅度過高,則菜單會適度調整。

2. 當週市場供應量不足時。

有機蔬菜(佳雨自然農場)

類別	10月7日		星期一	10月8日		星期二	10月9日		星期三	10月10日		星期四	10月11日		星期五
	名稱	食材名稱	數量	名稱	食材名稱	數量	名稱	食材名稱	數量	名稱	食材名稱	數量	名稱	食材名稱	數量
主食	芝麻飯	黑白芝麻各	0.1 KG	糙米飯									五穀飯	五穀米 +	2 KG
主菜	三杯雞	薑片	0.2 KG	砂鍋魚丁	沙茶醬<牛頭牌>(737g)	1 罐	玉米肉絲炒飯	蔥	0.3 KG	雙十節			打拋肉	薑絲	0.2 KG
		杏鮑菇(QRC)	5 KG		大白菜(QRC)+	5 KG		黑胡椒粒<老公仔標>(345g)	庫存					洋蔥(進口)+	5 KG
		麻油<燈燦>(450g)	庫存		凍豆腐(非基改)<津悅>	3 KG		洗選蛋<東杰>	4 KG					打拋醬(甲拋醬)	1 瓶
		雞丁(CAS)<佳世福>	16 KG		鯛魚丁(QRC)	16 KG		玉米粒(CAS)(1K)<嘉鹿>	3 包					絞赤肉<大安>	13 KG
		九層塔(QRC)	0.5 KG					赤肉絲<大安>	6 KG					絞上肉<大安>	2 KG
								紅蘿蔔小丁(QRC)	1 KG						
								洋蔥(進口)+	3 KG						
副菜	芙蓉南瓜	薑絲	0.3KG	麻婆馬鈴薯	辣豆瓣醬<十全>(640g)	1 瓶	滷什錦	薑絲	0.3 KG	雙十節			榨菜干片	上肉絲	3KG
		枸杞	0.1KG		馬鈴薯大丁+(QRC)	14 KG		紅辣椒	0.1 KG					榨菜絲<品碩豐>	4包
		赤肉丁(小)<大安>	3KG		絞赤肉<大安>	3 KG		紅蘿蔔大丁(QRC)+	2 KG					白豆干片(非基改)	10KG
		南瓜(QRC)<正場>	14KG		紅蘿蔔大丁(QRC)	1 KG		杏鮑菇頭(QRC)	6 KG					紅辣椒	0.1 KG
		三色粒(CAS)(1K)	3包					油豆腐丁(非基改)<津悅>	6 KG						
								瘦夾心肉丁<大安>	3 KG						
青菜	履歷青	蒜頭	0.6 KG	機蔬	有機葉蘿蔔	17KG	雙十節			雙十節			機蔬	有機奶油白菜	17KG
		青菜(產銷履歷)	18 KG												
湯品	涼薯肉絲湯	赤肉絲<大安>	2 KG	鮮菇雞湯	薑絲	0.1 KG	莧菜吻魚湯	薑絲	0.2KG	雙十節			珍珠奶茶	奶粉<克寧>(2.2K)	1 罐
		涼薯(去皮)+(QRC)	7 KG		生香菇(QRC)	2 KG		吻仔魚	1KG					黑粉圓<尚旺>	7 KG
					杏鮑菇頭(QRC)	2 KG		莧菜(產銷)	8KG					純紅茶(60g x 10小/包)	1 大包
					雞丁(CAS)<佳世福>	4 KG									
水果				水果		230份	鮮奶	鮮奶(新鮮屋)<味全>	216瓶	雙十節					
								黃豆奶(產銷履歷)<義美>(25	13瓶						
菜單營養分析	類別		份量	類別		份量	類別		份量	類別		份量	類別		份量
	五穀根莖類		4.2	五穀根莖類		4	五穀根莖類		3.5	五穀根莖類		3.6	五穀根莖類		4.6
	豆魚蛋肉類		2.4	豆魚蛋肉類		2.3	豆魚蛋肉類		1.8	豆魚蛋肉類		2.5	豆魚蛋肉類		3.2
	油脂類		3	油脂類		3.2	油脂類		3	油脂類		3	油脂類		3
	蔬菜類		1.1	蔬菜類		1.2	蔬菜類		0.8	蔬菜類		1.6	蔬菜類		1.1
	水果類			水果類		1	乳品類		1	水果類			水果類		
	熱量(大卡)		637	熱量(大卡)		687	熱量(大卡)		655	熱量(大卡)		615	熱量(大卡)		725

設計:至芃企業有限公司

執行秘書: 王好臻

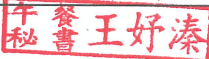
校長: 林盛基

備註:因菜單需於前一個月開立再交由午餐會議審查後供應,若當月菜單有異動原因如下:
1. 菜價是浮動的,若當週菜價上漲幅度過高,則菜單會適度調整。
2. 當週市場供應量不足時。

有機蔬菜(佳雨自然農場)

類別	10月14日			星期一	10月15日			星期二	10月16日			星期三	10月17日			星期四	10月18日			星期五
	名稱	食材名稱	數量	名稱	食材名稱	數量	名稱	食材名稱	數量	名稱	食材名稱	數量	名稱	食材名稱	數量	名稱	食材名稱	數量		
主食	紅藜飯	紅藜	1 KG	糙米飯						糙米飯			健康蔬食							
主菜	春川炒雞	雞丁(CAS)<佳世福>	14 KG	檸檬魚	薑絲	0.6 KG	蔬菜麵疙瘩	蔥	0.6 KG	瓜仔肉	攪花瓜<品碩豐>	1 包	三杯麵腸	薑絲	0.3 KG					
		韓國年糕條<中華>(500g)	6 包		紅辣椒	0.2 KG		麵疙瘩(貓耳麵)(小)	21 KG		絞蒜頭	0.1 KG		麵腸(切片)<津悅>	13 KG					
		韓式辣椒醬(500g)	1 罐		檸檬汁(濃縮)(960c.c)	1 瓶		乾蝦仁	0.2 KG		絞赤肉<大安>	12 KG		杏鮑菇(QRC)	5 KG					
		紅蘿蔔片(QRC)	1 KG		檸檬	0.5 KG		高麗菜(進口)+	6 KG		絞上肉(分開)<大安>	4 KG		九層塔(QRC)	0.3 KG					
		高麗菜(進口)+	4 KG		飛扁魚丁(鯪魚)(QRC)	20 KG		乾香菇絲	0.2 KG					麻油<燈燦>(450g)	1罐					
副菜	彩燴冬瓜	蔥	0.3 KG	炒寬粉	蔥	0.3 KG	鹽酥雙味	麵粉	5 KG	炒三絲	蔥	0.6 KG	柴魚蒸蛋	柴魚(300g)	1 包					
		薑片	0.1 KG		寬粉<龍口>(600g)	4 包		杏鮑菇頭(QRC)	10 KG		薑絲	0.3 KG		洗選蛋<東杰>	14 KG					
		冬瓜(青皮)(去皮)(QRC)	14 KG		木耳絲(QRC)	1 KG		雞丁(小)(CAS)<佳世福>	10 KG		紅蘿蔔絲(QRC)+	2 KG								
		絞赤肉<大安>	3 KG		絞赤肉<大安>	3 KG		地瓜粉	3 KG		木耳絲(QRC)	3 KG								
		三色粒(CAS)(1K)<富士鮮	2 包		紅蘿蔔絲(產銷履歷)	1 KG			赤肉絲<大安>		3 KG									
					高麗菜(進口)+	3 KG			白干絲(非基改)<津悅>		7 KG									
青菜	履歷青	蒜頭	0.6 KG	機蔬	有機青松菜	17KG			機蔬	有機苣荬白\菜	17KG	機蔬	有機油菜	17KG						
		青菜(產銷履歷)	18 KG																	
湯品	金菇肉絲湯	薑絲	0.1 KG	洋芋白菜湯	大白菜(QRC)+	2 KG	蔥肉餡餅	蔥肉餡餅	235個	南瓜菇菇湯	安佳奶油(100g)	2 條	紅豆紫米桂圓	桂圓干(600g)	1 盒					
		木耳絲(QRC)	1 KG		大骨(切)<大安>	2 KG			生香菇(QRC)		1 KG	紫糯米		2 KG						
		金針菇(QRC)	4 KG		馬鈴薯絲(粗)+(QRC)	3 KG			南瓜(QRC)<正場>		5 KG	紅豆(1K)<產銷履歷>		4 包						
		赤肉絲<大安>	1 KG		紅蘿蔔絲(產銷履歷)	1 KG			洋蔥(進口)+		2 KG									
		紅蘿蔔絲(QRC)	2 KG		洋蔥(進口)+	2 KG														
水果				水果		230份	鮮奶	鮮奶(新鮮屋)<味全>	216瓶											
						黃豆奶(產銷履歷)<義美>(25		13瓶												
菜單營養分析	類別		份量	類別		份量	類別		份量	類別		份量	類別		份量	類別		份量		
	五穀根莖類		3.8	五穀根莖類		3.9	五穀根莖類		3.3	五穀根莖類		3.7	五穀根莖類		4.4					
	豆魚蛋肉類		2	豆魚蛋肉類		2.4	豆魚蛋肉類		1.9	豆魚蛋肉類		3	豆魚蛋肉類		2.4					
	油脂類		3	油脂類		3.2	油脂類		3	油脂類		3	油脂類		3					
	蔬菜類		2	蔬菜類		1.2	蔬菜類		0.8	蔬菜類		1.4	蔬菜類		1					
	水果類			水果類		1	乳品類		1	水果類			水果類							
熱量(大卡)		601	熱量(大卡)		687	熱量(大卡)		649	熱量(大卡)		654	熱量(大卡)		648						

設計:至芃企業有限公司

執行秘書: 

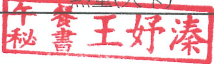
校長: 

備註:因菜單需於前一個月開立再交由午餐會議審查後供應,若當月菜單有異動原因如下:
1. 菜價是浮動的,若當週菜價上漲幅度過高,則菜單會適度調整。
2. 當週市場供應量不足時。

有機蔬菜(佳雨自然農場)

別	10月21日			星期一	10月22日			星期二	10月23日			星期三	10月24日			星期四	10月25日			星期五	
	名稱	食材名稱		數量	名稱	食材名稱		數量	名稱	食材名稱		數量	名稱	食材名稱		數量	名稱	食材名稱		數量	
主食	白米飯				糙米飯									糙米飯				糙米飯			
主菜	咖哩雞丁	咖哩塊<佛蒙特>(甜味)(23		5盒	香酥鯖魚	麵粉		3 KG	皮蛋瘦肉粥	蔥		0.6 KG	梅干燻肉	蒜頭		0.5 KG	滷雞腿	滷包(小)<老公仔標>		庫存	
		紅蘿蔔小丁(QRC)		1KG		鯖魚<福國>		235份		玉米粒(CAS)(1K)<嘉鹿>		5 包		梅干菜<駿泰>(3K)		2 包		雞腿(CAS)<佳世福>		235支	
		馬鈴薯大丁(QRC)		4KG						絞赤肉<大安>		6 KG		梅花肉片<大安>		10 KG		八角粒<飛馬>(12g)		庫存	
		洋蔥(進口)+		2KG						紅蘿蔔小丁(QRC)		2 KG		五肉花片<大安>		5 KG					
		雞丁(CAS)-<上德>		14KG						皮蛋(CAS)(6入)		6 盒									
副菜	五彩什蔬	蔥		0.6 KG	沙茶豬柳	沙茶醬<牛頭牌>(737g)		1 罐	客家小炒	蔥		0.6 KG	銀芽海帶絲	薑絲		0.3 KG	五福臨門	紅蘿蔔小丁(QRC)+		1 KG	
		紅蘿蔔絲(QRC)+		1 KG		空心菜(QRC)<正暘>		12 KG		乾魷魚(先送)		6 條		紅蘿蔔絲(QRC)+		1 KG		毛豆仁(CAS)<嘉鹿>		2 KG	
		赤肉絲<桃園>		3 KG		赤肉絲<大安>		6 KG		赤肉絲<大安>		3 KG		海帶絲<聯宏>		3 KG		玉米粒(CAS)(1K)<嘉		5 包	
		綠豆芽(QRC)		8 KG						白豆干片(非基改)<津悅>		10 KG		綠豆芽(QRC)		8 KG		馬鈴薯小丁+(QRC)		5 KG	
		油豆片(切絲)(非基改)<津		3 KG						芹菜(QRC)		3 KG		赤肉絲<大安>		3 KG		絞赤肉<大安>		3 KG	
青菜	履歷青	蒜頭		0.6 KG	機蔬	有機黑葉白菜		17KG					機蔬	有機小白菜		17KG	機蔬	有機青江菜		17KG	
		青菜(產銷履歷)		18 KG																	
湯品	海帶芽蛋湯	薑絲		0.1KG	田園蔬菜湯	大白菜(QRC)+		6 KG	高麗菜包	高麗菜包<奇美>(65g)		235 個	麻油雞湯	老薑片		0.2 KG	綠豆甜心圓湯	甜苺水晶圓<賞味佳>		6 包	
		洗選蛋<東杰>		3KG		木耳絲(QRC)		1 KG						杏鮑菇(QRC)		4 KG		綠豆		3 KG	
		乾海帶芽		0.3KG		赤肉絲<大安>		1 KG						麻油<燈燦>(450g)		庫存					
						牛蕃茄(QRC)<正暘>		1 KG						雞丁(CAS)<佳世福>		5 KG					
水果					水果			230份	鮮奶	鮮奶(新鮮屋)<味全>		216瓶									
						黃豆奶(產銷履歷)<義美>(25		13瓶													
菜單營養分析	類別			份量	類別			份量	類別			份量	類別			份量	類別			份量	
	五穀根莖類			3.6	五穀根莖類			3.4	五穀根莖類			5.2	五穀根莖類			3.4	五穀根莖類			5	
	豆魚蛋肉類			2.4	豆魚蛋肉類			2.5	豆魚蛋肉類			2.4	豆魚蛋肉類			2.7	豆魚蛋肉類			2.9	
	油脂類			3	油脂類			3.2	油脂類			3	油脂類			3	油脂類			3	
	蔬菜類			1.3	蔬菜類			1.5	蔬菜類			0.2	蔬菜類			1.6	蔬菜類			0.8	
	水果類				水果類			1	乳品類			1	水果類				水果類				
	熱量(大卡)			600	熱量(大卡)			667	熱量(大卡)			804	熱量(大卡)			616	熱量(大卡)			723	

設計:至芄企業有限公司

執行秘書: 

校長: 

備註:因菜單需於前一個月開立再交由午餐會議審查後供應,若當月菜單有異動原因如下:

1. 菜價是浮動的,若當週菜價上漲幅度過高,則菜單會適度調整。
2. 當週市場供應量不足時。

有機蔬菜(佳雨自然農場)