

類別	10月28日				星期一				10月29日				星期二				10月30日				星期三				10月31日				星期四				11月1日				星期五						
	名稱	食材名稱	數量kg	備註	名稱	食材名稱	數量kg	備註	名稱	食材名稱	數量kg	備註	名稱	食材名稱	數量kg	備註	名稱	食材名稱	數量kg	備註	名稱	食材名稱	數量kg	備註	名稱	食材名稱	數量kg	備註	名稱	食材名稱	數量kg	備註											
上午點心	黑糖銀絲捲＋黑芝麻豆漿				鮮蝦麵	細油麵	0.8		蘿蔔糕＋牛乳品				雞蛋瘦肉粥＋青菜	絞赤肉	0.3																												
		黑糖銀絲捲	22個			高麗菜	0.3			港式蘿蔔糕	2條			白米	0.6																												
						紅蘿蔔	0.1							洗選蛋	0.6																												
						白蝦仁	0.3							玉米粒	0.4																												
		黑芝麻豆漿	1桶																																								
		(1857ML)																																									
	午點																																										
下午點心	滷肉飯	白米	1		地瓜餅＋優酪乳				蔬菜手卷	菊燒海苔	庫存		法式吐司	晨光吐司	2條																												
		洋蔥	0.3			地瓜	1			玉米筍	2盒			洗選蛋	0.6																												
		紅蔥頭	庫存			糯米粉	庫存			沙拉	1條																																
		絞赤肉	0.8							素香鬆	庫存																																
		絞蒜頭	庫存			優酪乳	1桶			紅豆絲	1包																																
		高麗菜	1			1830ML																																					
		水果								水果																																	
營養分析	營養分析	全穀雜糧	2.9份		營養分析	全穀雜糧	1.8份		營養分析	全穀雜糧	2.2份		營養分析	全穀雜糧	2.3份		營養分析	全穀雜糧	3.4份																								
		豆魚蛋肉	1.4份			豆魚蛋肉	0.3份			豆魚蛋肉	0.0份			豆魚蛋肉	0.9份			豆魚蛋肉	1.5份																								
		蔬菜	0.6份			蔬菜	0.2份			蔬菜	0.2份			蔬菜	0.3份			蔬菜	0.2份																								
		乳品	0.0份			乳品	0.4份			乳品	0.0份			乳品	0.0份			乳品	0.0份																								
		水果	1.0份			水果	1.0份			水果	1.0份			水果	1.0份			水果	1.0份																								
		油脂與堅果種	0.3份			油脂與堅果種	0.6份			油脂與堅果種	0.3份			油脂與堅果種子	0.6份			油脂與堅果種子	0.6份																								
		熱量	397大卡			熱量	301大卡			熱量	233大卡			熱量	323大卡			熱量	443大卡																								

設計:至芃企業有限公司

*食材來源一律使用國產豬肉

承辦人:

幼兒園黃淑宜主任

校長:

崙坪國民小學林盛基校長

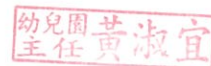
*營養分析僅為預估食用值

類別	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kg	備註	名稱	食材名稱	數量kg	備註	名稱	食材名稱	數量kg	備註	名稱	食材名稱	數量kg	備註	名稱	食材名稱	數量kg	備註	名稱	食材名稱	數量kg	備註	名稱	食材名稱	數量kg	備註	名稱	食材名稱	數量kg	備註								
上午點心	小米粥 + 青菜	小米	0.2		擔仔麵	絞赤肉	0.3		刈包夾蛋 + 牛乳品	巧好刈包	11個		香菇蛋花麵線	乾香菇	庫存		叉燒包 + 優酪乳	叉燒包	21個																					
		白米	0.4			綠豆芽	0.4			洗選蛋	11個			紅蘿蔔	庫存																									
						蝦米	庫存							青江菜	0.3																									
		洋蔥	0.3			油麵	0.8							三環麵線	庫存																									
		洗選蛋	0.5			滷蛋	11個							雞蛋	0.3																									
		青江菜	0.6																																					
	午點																																							
下午點心	珍珠丸子	珍珠丸子	44個		烤地瓜	冰烤蕃薯	22條		蔬菜煎餅	高麗菜	0.3		鮮奶酪				蛤蜊蔬菜麵	白油麵	0.6																					
								中筋麵粉		0.6		鮮奶酪		22個		紅蘿蔔		庫存																						
								洗選蛋		0.4						蛤蜊(大)		0.6																						
								紅蘿蔔		0.1						高麗菜		0.3																						
		水果						玉米粒		0.2																														
								水果				水果				香蕉		11根																						
營養分析	營養分析	全穀雜糧	2.1份		營養分析	全穀雜糧	2.9份		營養分析	全穀雜糧	1.8份		營養分析	全穀雜糧	1.0份		營養分析	全穀雜糧	1.7份																					
		豆魚蛋肉	0.6份			豆魚蛋肉	0.9份			豆魚蛋肉	0.8份			豆魚蛋肉	0.2份			豆魚蛋肉	0.5份																					
		蔬菜	0.4份			蔬菜	0.2份			蔬菜	0.2份			蔬菜	0.2份			蔬菜	0.2份																					
		乳品	0.0份			乳品	0.0份			乳品	0.0份			乳品	1.0份			乳品	0.3份																					
		水果	1.0份			水果	1.0份			水果	1.0份			水果	1.0份			水果	1.0份																					
		油脂與堅果種	0.6份			油脂與堅果種	0.3份			油脂與堅果種	0.6份			油脂與堅果種子	0.3份			油脂與堅果種	0.6份																					
		熱量	289大卡			熱量	349大卡			熱量	278大卡			熱量	314大卡			熱量	294大卡																					

設計:至芃企業有限公司

*食材來源一律使用國產豬肉

承辦人:



校長:



*營養分析僅為預估食用值

菜別	10月14日				10月15日				10月16日				10月17日				10月18日			
	名稱	食材名稱	數量kg	備註	名稱	食材名稱	數量kg	備註	名稱	食材名稱	數量kg	備註	名稱	食材名稱	數量kg	備註	名稱	食材名稱	數量kg	備註
上午點心	餛飩湯	桂冠雲吞	4盒		鮮魚蔬菜粥	白米	0.6		玉米蛋餅+午餐鮮奶	洗選蛋	11個		雞蛋牛奶捲				大滷麵	大白菜	0.3	
		(12*12g)				鯛魚	1包			蛋餅皮(5入)	3包			雞蛋牛奶捲	11個			紅蘿蔔	庫存	
		小白菜	0.3			芹菜	庫存			玉米粒	1罐							蔥	庫存	
		油蔥酥	庫存			小白菜	0.3									赤肉絲		0.3		
						薑	庫存									白油麵		0.6		
																雞蛋		0.3		
午點																				
下午點心	草莓土司+黑豆漿				仙草蜜	仙草凍(2k)	1盒		水餃	巧好熟水餃	44顆		麵疙瘩	麵疙瘩	0.6		水煮蛋	洗選蛋	22個	
		晨光土司	2條											高麗菜	0.3					
		草莓醬	1瓶											紅蘿蔔	庫存					
						二砂	庫存							赤肉絲	0.3					
		黑豆漿(無糖)	1桶																	
		(1857ML)																		
		水果																		
營養分析	營養分析	全穀雜糧	2.0份	營養分析	全穀雜糧	1.3份	營養分析	全穀雜糧	1.7份	營養分析	全穀雜糧	1.4份	營養分析	全穀雜糧	0.7份					
		豆魚蛋肉	0.5份		豆魚蛋肉	0.2份		豆魚蛋肉	0.6份		豆魚蛋肉	0.4份		豆魚蛋肉	1.6份					
		蔬菜	0.1份		蔬菜	0.1份		蔬菜	0.0份		蔬菜	0.2份		蔬菜	0.2份					
		乳品	0.0份		乳品	0.0份		乳品	0.0份		乳品	0.4份		乳品	0.0份					
		水果	1.0份		水果			水果	1.0份		水果	1.0份		水果	0.5份					
		油脂與堅果種	0.3份		油脂與堅果種	0.3份		油脂與堅果種	0.6份		油脂與堅果種子	0.3份		油脂與堅果種	0.3份					
		熱量	254大卡		熱量	122大卡		熱量	251大卡		熱量	267大卡		熱量	218大卡					

設計:至芃企業有限公司

*食材來源一律使用國產豬肉

承辦人:

校長:

*營養分析僅為預估食用值

幼兒園黃淑宜主任

崙坪國民小學
校長 林盛基

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kg	備註	名稱	食材名稱	數量kg	備註	名稱	食材名稱	數量kg	備註	名稱	食材名稱	數量kg	備註	名稱	食材名稱	數量kg	備註	名稱	食材名稱	數量kg	備註	名稱	食材名稱	數量kg	備註	名稱	食材名稱	數量kg	備註								
上午點心	青菜肉絲麵	油麵	0.6		蔥肉餡餅+薏仁漿				饅頭夾肉鬆+午餐鮮奶	小饅頭(40g)	22個		雙十節放假一天				海鮮烏龍麵	花魚板	0.1																					
		青江菜	0.3			蔥肉餡餅	22個			肉鬆(165g)	1罐																													
		赤肉絲	0.3																																					
		洗選蛋	0.3																																					
						薏仁漿	1桶																																	
						1857ML																																		
	午點																																							
下午點心	鬆餅+優酪乳	鬆餅粉(1K)	1		白醬貝殼麵	洋蔥	1個		日式關東煮+水果	白蘿蔔	0.5						玉米脆片+鮮奶	玉米脆片	2包																					
		雞蛋	0.6			赤絞肉	0.3			甜不辣	0.3																													
		鮮奶(936ML)	1瓶			安佳奶油(100G)	1條			高麗菜	0.5																													
		紅糖	庫存			貝殼麵(三色)	1包			小貢丸	0.2																													
		優酪乳	1桶			玉米粒	0.3			柴魚	庫存																													
		1830ml																																						
		水果																																						
營養分析	營養分析	全穀雜糧	1.7份	營養分析	全穀雜糧	2.4份	營養分析	全穀雜糧	1.2份				營養分析	全穀雜糧	2.2份																									
		豆魚蛋肉	1.1份		豆魚蛋肉	0.6份		豆魚蛋肉	1.0份		豆魚蛋肉	0.5份																												
		蔬菜	0.2份		蔬菜	0.1份		蔬菜	0.5份		蔬菜	0.1份																												
		乳品	0.6份		乳品	0.0份		乳品	0.0份		乳品	0.0份																												
		水果	1.0份		水果	1.0份		水果	1.0份		水果	1.0份																												
		油脂與堅果種	0.6份		油脂與堅果種	0.6份		油脂與堅果種	0.3份		油脂與堅果種	0.3份																												
		熱量	384大卡		熱量	303大卡		熱量	245大卡		熱量	268大卡																												

設計:至芃企業有限公司

*食材來源一律使用國產豬肉

承辦人:

校長:

*營養分析僅為預估食用值

幼兒園黃淑宜

崙坪國民小學林盛基

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kg	備註	名稱	食材名稱	數量kg	備註	名稱	食材名稱	數量kg	備註	名稱	食材名稱	數量kg	備註	名稱	食材名稱	數量kg	備註			
上午點心	蘿蔔糕 + 豆漿	港式蘿蔔糕	2條		生日蛋糕 + 麥茶	水果原味布丁蛋糕(無奶油)	1個		饅頭夾蛋 + 牛乳品	小饅頭(40G)	22個		起司蛋糕 + 豆漿				地瓜粥 + 小魚豆干						
		低糖豆漿	1桶			(12吋)(蛋糕盒)																	
		(1857ML)																					
	午點																						
下午點心	滷肉飯 + 青菜 + 水果	白米	1		雞絲炒飯				蔬菜肉絲炒寬冬粉	高麗菜	0.3		蔬菜湯餃	巧好熟水餃	44個		肉燥乾麵	細油麵	0.8				
		洋蔥	0.3			白米	1			紅蘿蔔	0.1			小白菜	0.3			絞赤肉	0.3				
		紅蔥頭	庫存			紅蘿蔔	庫存			寬粉(600g)	1包			油蔥香	庫存			小黃瓜	0.3				
		絞赤肉	0.8			清雞絲	0.3			赤肉絲	0.3							油蔥酥	庫存				
		絞蒜頭	庫存			小黃瓜	0.2																
		地瓜葉	1																				
		火龍果	4個							水梨	4個			葡萄	1.2			木瓜	2個				
營養分析	營養分析	全穀雜糧	3.4份	營養分析	全穀雜糧	3.4份	營養分析	全穀雜糧	2.1份	營養分析	全穀雜糧	1.7份	營養分析	全穀雜糧	2.4份								
		豆魚蛋肉	1.5份		豆魚蛋肉	0.4份		豆魚蛋肉	0.9份		豆魚蛋肉	1.1份		豆魚蛋肉	1.8份								
		蔬菜	0.2份		蔬菜	0.1份		蔬菜	0.2份		蔬菜	0.2份		蔬菜	0.2份								
		乳品	0.0份		乳品	0.0份		乳品	0.0份		乳品	0.3份		乳品	0.0份								
		水果	1.0份		水果			水果	1.0份		水果	1.0份		水果	1.0份								
		油脂與堅果種	0.6份		油脂與堅果種	0.6份		油脂與堅果種	0.6份		油脂與堅果種子	0.6份		油脂與堅果種	0.6份								
		熱量	443大卡		熱量	298大卡		熱量	307大卡		熱量	339大卡		熱量	395大卡								

設計:至芃企業有限公司

*食材來源一律使用國產豬肉

承辦人:

幼兒園黃淑宜主任

校長:

崙坪國民小學林盛基校長

*營養分析僅為預估食用值