

類別	3月4日				星期一		3月5日				星期二		3月6日				星期三		3月7日				星期四		3月8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																
上午點心	田園蔬菜粥＋小魚豆干	紅蘿蔔	0.3		客家版條湯				水煎包＋午乳品	水煎包	10個		鹹米苔目湯	米苔目	0.3		蛋餅＋米漿	蛋餅皮	1包			洗選蛋	5個			米漿	1瓶		(936ML)															
		馬鈴薯	1顆				板條	0.3				絞赤肉		0.1																														
		高麗菜	0.2				赤肉絲	0.1				綠豆芽		0.1																														
		白米	0.3				綠豆芽	0.2				乾蝦仁		庫存																														
		蒜苗	0.2				芹菜	0.1				韭菜		庫存																														
		豆干	0.1				紅蘿蔔	庫存				乾香菇絲		庫存																														
		油花生	0.1																																									
		小魚干	0.1																																									
	午點												午點				午點																											
下午點心	日式關東煮＋水果				南瓜煎餅	南瓜	0.3		大滷麵	大白菜	0.1		高麗菜水餃	奇美水餃	21顆		香菇肉燥飯	白米	0.6			絞赤肉	0.4			洋蔥	0.2			豆干丁	0.1			紅蔥頭	庫存			乾香菇絲	庫存					
		白蘿蔔	0.2				糯米粉	0.6				豆腐		1盒																														
		油豆腐丁	0.2				洗選蛋	3顆				紅蘿蔔		庫存																														
		玉米條	2條								蔥	庫存																																
		小貢丸	0.1								赤肉絲	庫存																																
		柴魚	1								油麵	0.3																																
		香蕉	6根								雞蛋	2顆																																
											火龍果	2個							蓮霧	6個																								
	午點												午點				午點																											
營養分析	營養分析	全穀雜糧	1.9份		營養分析	全穀雜糧	1.8份		營養分析	全穀雜糧	2.0份		營養分析	全穀雜糧	1.6份		營養分析	全穀雜糧	1.9份			豆魚蛋肉	1.8份			豆魚蛋肉	1.8份			豆魚蛋肉	1.8份			豆魚蛋肉	1.8份			豆魚蛋肉	1.8份					
		豆魚蛋肉	1.2份				豆魚蛋肉	0.6份				豆魚蛋肉		0.6份				豆魚蛋肉	0.5份				豆魚蛋肉	0.5份				豆魚蛋肉		0.5份				豆魚蛋肉	0.5份				豆魚蛋肉	0.5份				
		蔬菜	0.9份				蔬菜	0.3份				蔬菜		0.1份				蔬菜	0.2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	0.0份				乳品	0.0份				乳品		0.0份				乳品	0.0份				乳品	0.0份				
		水果	0.6份				水果	0.0份				水果		1.0份				水果	0.5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	0.5份				油脂與堅果種	0.6份				油脂與堅果種		0.0份				油脂與堅果種子	0.4份				油脂與堅果種子	0.6份				油脂與堅果種子		0.6份				油脂與堅果種子	0.6份				油脂與堅果種子	0.6份				
		熱量	304大卡				熱量	206大卡				熱量		248大卡				熱量	203大卡				熱量	360大卡				熱量		360大卡				熱量	360大卡				熱量	360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:

幼兒園主任黃淑宜

校長:

崙坪國民小學校長林盛基

*營養分析僅為預估食用值

類別	3月11日				星期一		3月12日		星期二		3月13日		星期三		3月14日		星期四		3月15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					
上午點心	蔥肉餡餅＋蔥仁漿				海鮮蔬菜麵	細油麵	0.4		吐司夾蛋				高麗菜包＋豆漿				廣東粥＋青菜	絞赤肉	0.1										
		蔥肉餡餅	10個			鯛魚	1包			晨光吐司	1條			高麗菜包	11個			白米	0.3										
						白蝦仁	0.1			洗選蛋	5個			65G				洗選蛋	2個										
						芹菜	庫存											玉米粒	1罐										
		糙米薏仁漿	1瓶			青江菜	0.1																						
		(936ML)				薑	庫存																						
	午點												午點				午點												
下午點心	玉米排骨湯				水果洋芋沙拉	馬鈴薯(整顆)	2個		雞絲飯				香菇蛋花麵線	乾香菇	庫存		地瓜餅												
		玉米條	0.6				白米	0.6							地瓜	0.6													
		小排骨	0.2			沙拉<桂冠>(100g)	庫存			紅蘿蔔	庫存			青江菜	0.1			糯米粉	1包										
						白煮蛋	5個			清雞絲	0.2			三環麵線	庫存														
						大蘋果	1個			小黃瓜	0.1			雞蛋	2個														
		水果								水果													水果						
營養分析	營養分析	全穀雜糧	1.8份		營養分析	全穀雜糧	1.6份		營養分析	全穀雜糧	2.4份		營養分析	全穀雜糧	2.6份		營養分析	全穀雜糧	3.2份										
		豆魚蛋肉	0.5份			豆魚蛋肉	1.3份			豆魚蛋肉	1.0份			豆魚蛋肉	0.5份			豆魚蛋肉	0.5份										
		蔬菜	0.0份			蔬菜	0.1份			蔬菜	0.1份			蔬菜	1.0份			蔬菜	0.5份										
		乳品	0.0份			乳品	0.0份			乳品	0.0份			乳品	0.0份			乳品	0.0份										
		水果	1.0份			水果	0.5份			水果	1.0份			水果	1.0份			水果	1.0份										
		油脂與堅果種子	0.5份			油脂與堅果種子	0.6份			油脂與堅果種子	0.6份			油脂與堅果種子	0.4份			油脂與堅果種子	0.6份										
		熱量	246大卡			熱量	269大卡			熱量	333大卡			熱量	323大卡			熱量	361大卡										

設計:至芄企業有限公司

*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	3月18日				星期一		3月19日		星期二		3月20日		星期三		3月21日		星期四		3月22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
上午點心	鍋燒烏龍麵	花魚板	0.1		小米粥+青菜	小米	0.1		芝麻包+午乳品				磨菇鐵板麵	油麵	0.4		米粉湯	芹菜		庫存			
		赤絞肉	0.1			白米	0.2			芝麻包	11個			洋蔥	庫存			赤絞肉	0.1				
		小白菜	0.1							玉米粒	庫存			小白菜	0.1								
		大烏龍麵	0.3			洋蔥	一顆			赤肉絲	庫存			粗米粉	0.3								
		豆皮捲	0.1			洗選蛋	0.3			磨菇醬(台塑)	1瓶			乾香菇絲	庫存								
						青江菜	0.3			洋菇	0.1												
										紅蘿蔔	庫存												
	午點												午點				午點						
下午點心	什錦果麥+鮮奶	什錦果麥<家庭	庫存		蔬菜煎餅	高麗菜	0.2		日式鮭魚炊飯				馬拉糕+豆漿				照燒雞翅						
						中筋麵粉	庫存			白米	0.3			馬拉糕	11個			雞翅	10支				
						洗選蛋	0.2			鮭魚	0.5												
		鮮奶(936ML)	1瓶			紅蘿蔔	0.1			鴻喜菇(150G)	1包			低糖豆漿	1瓶								
						玉米粒	庫存					(936ML)											
										水果											水果		
		水果																水果					
營養分析	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	2.8份		營養分析	全穀雜糧	2.1份		營養分析	全穀雜糧		1.0份			
		豆魚蛋肉	0.8份			豆魚蛋肉	0.5份			豆魚蛋肉	1.0份			豆魚蛋肉	0.6份			豆魚蛋肉	2.3份				
		蔬菜	0.1份			蔬菜	0.8份			蔬菜	0.1份			蔬菜	0.3份			蔬菜	0.1份				
		乳品	0.0份			乳品	0.0份			乳品	0.0份			乳品	0.0份			乳品	0.0份				
		水果	1.0份			水果	0.0份			水果	1.0份			水果	1.0份			水果	1.0份				
		油脂與堅果種子	0.3份			油脂與堅果種子	0.5份			油脂與堅果種子	0.5份			油脂與堅果種子	0.3份			油脂與堅果種子	0.5份				
		熱量	262大卡			熱量	234大卡			熱量	356大卡			熱量	273大卡			熱量	328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	3月25日				星期一		3月26日				星期二		3月27日				星期三		3月28日				星期四		3月29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		
上午點心	起司蛋餅＋鮮奶				鮮魚粥	白米	0.3		刈包夾蛋＋牛乳品	刈包	6個		擔仔麵	絞赤肉	0.1		肉包＋黑芝麻豆漿													
		洗選蛋	6個			鯛魚	庫存			洗選蛋	6個							小肉包	10個											
		蛋餅皮	5個			芹菜	庫存																							
		起司片	1包			小白菜	0.1																							
						薑	庫存																							
						蛤蜊	0.2														黑芝麻豆漿	1瓶								
																					936ML									
	午點															午點					午點									
下午點心	滷肉飯	白米	0.6		烤地瓜＋豆漿	冰烤地瓜	11條		蔬菜手卷	元本山海苔	2包		麻油雞湯				蕃茄什菇湯麵	白油麵	0.4											
		絞赤肉	0.4					四季豆		0.6		麻油		庫存		牛番茄		0.2												
		洋蔥	0.2			豆漿	1瓶			沙拉	1條			薑片	庫存			鴻喜菇	1包											
						(936ML)				素肉鬆	庫存			骨腿丁	0.6			美白菇	1包											
		紅蔥頭	庫存					紅豆絲		庫存		高麗菜		0.3		高麗菜		0.2												
營養分析	營養分析	全穀雜糧	2.9份	營養分析	全穀雜糧	2.7份	營養分析	全穀雜糧	1.9份	營養分析	全穀雜糧	1.0份	營養分析	全穀雜糧	1.8份															
		豆魚蛋肉	1.7份		豆魚蛋肉	0.5份		豆魚蛋肉	0.5份		豆魚蛋肉	1.8份		豆魚蛋肉	0.3份															
		蔬菜	0.2份		蔬菜	0.0份		蔬菜	0.0份		蔬菜	0.5份		蔬菜	0.5份															
		乳品	0.4份		乳品	0.0份		乳品	0.0份		乳品	0.0份		乳品	0.0份															
		水果	1.0份		水果	0.0份		水果	1.0份		水果	1.0份		水果	1.0份															
		油脂與堅果種子	0.6份		油脂與堅果種子	0.3份		油脂與堅果種子	0.6份		油脂與堅果種子	0.6份		油脂與堅果種子	0.5份															
		熱量	483大卡		熱量	240大卡		熱量	258大卡		熱量	305大卡		熱量	244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

幼兒園主任黃淑宜

崙坪國民小學校長林盛基