

桃園市觀音區新坡國小114學年度上學期第6週午餐菜單食材表

日期	10月6日		10月7日		10月8日		10月9日		10月10日	
星期	星期一		星期二		星期三		星期四		星期五	
主食	中秋節		五穀飯		茄汁肉醬通心麵		糙米飯		雙十節	
主要食材			產銷履歷白米、五穀米		通心麵、豬絞肉、洋蔥、三色豆、大番茄、美白菇		產銷履歷白米、糙米			
主菜	-		香烤雞排*1		鹹酥雞丁		沙茶魚丁		-	
主要食材			雞排		帶骨鹹酥雞丁		飛扁魚丁、高麗菜、黑木耳、胡蘿蔔、豆捲			
副菜	-		奶香白菜		-		芹香干絲		-	
主要食材			大白菜、胡蘿蔔、奶粉、起司粉、奶油				豆干絲、海帶絲、肉絲、胡蘿蔔、芹菜			
青菜	-		有機蔬菜		有機蔬菜		有機蔬菜		-	
主要食材			有機青油菜		有機荷葉白菜		有機小松菜			
湯品	-		鮮蔬豆腐湯		玉米濃湯		鮮菇蛋花湯		-	
主要食材			絲瓜、板豆腐、香菇、大骨		玉米粒、馬鈴薯、洗選蛋、洋蔥、小米、胡蘿蔔		洗選蛋、金針菇、黑蠔菇、大骨			
附餐	-		水果		鮮奶		水果+奶酪		-	
主要食材			黃金奇異果		鮮奶		紅地球葡萄+穀物奶酪			
菜單營養分析	全穀雜糧類	0.0份	全穀雜糧類	4.6份	全穀雜糧類	4.0份	全穀雜糧類	5.0份	全穀雜糧類	0.0份
	豆魚蛋肉類	0.0份	豆魚蛋肉類	3.2份	豆魚蛋肉類	4.0份	豆魚蛋肉類	2.4份	豆魚蛋肉類	0.0份
	蔬菜類	0.0份	蔬菜類	1.4份	蔬菜類	1.0份	蔬菜類	1.2份	蔬菜類	0.0份
	油脂與堅果種子類	0.0份	油脂與堅果種子類	2.7份	油脂與堅果種子類	3.2份	油脂與堅果種子類	2.8份	油脂與堅果種子類	0.0份
	水果類	0.0份	水果類	1.0份	水果類	0.0份	水果類	1.0份	水果類	0.0份
	乳品類	0.0份	乳品類	0.1份	乳品類	0.8份	乳品類	0.3份	乳品類	0.0份
	熱量	.0份	熱量	793.5份	熱量	869.0份	熱量	791.0份	熱量	.0份

★食材來源一律使用國產豬肉、非基改豆製品

菜單設計：呂湘蘋營養師

食材供應商：軒泰食品

★本菜單中可能含有食品過敏原：(一)甲殼類及其製品。(二)芒果及其製品。(三)花生及其製品。(四)牛奶、羊奶及其製品。(五)蛋及其製品。(六)堅果類及其製品。(七)芝麻及其製品。(八)含麩質之穀物及其製品。(九)大豆及其製品。(十)魚類及其製品。(十一)使用亞硫酸鹽類等。不適合對其過敏體質者食用

★因應季節變化菜色會作微調