

桃園市觀音區新坡國小114學年度下學期第2週午餐菜單食材表

日期	3月2日		3月3日		3月4日		3月5日		3月6日	
星期	星期一		星期二		星期三		星期四		星期五	
主食	糙米飯		紅藜小米飯		夏威夷炒飯		糙米飯		糙米飯	
主要食材	產銷履歷白米、糙米		產銷履歷白米、小米、紅藜麥		產銷履歷白米、糙米、火腿丁、洗選蛋、洋蔥、玉米粒、三色豆、蝦仁、鳳梨罐		產銷履歷白米、糙米		產銷履歷白米、糙米	
主菜	三杯豆腐		沙茶魚丁		-		蕪菁燒雞		黃金咖哩豬	
主要食材	油豆腐、杏鮑菇、脆筍片、九層塔		飛扁魚丁、高麗菜、黑木耳、胡蘿蔔、乾豆捲				骨髓丁、結頭菜、胡蘿蔔		豬肉、馬鈴薯、南瓜、洋蔥、胡蘿蔔	
副菜	紅絲炒蛋		小瓜炒豆干		豬肉餡餅*1		白菜滷		金菇燴鮮瓜	
主要食材	洗選蛋、胡蘿蔔、玉米粒		小黃瓜、豆乾丁、絞肉		豬肉餡餅*1		大白菜、肉絲、黑木耳、胡蘿蔔、乾豆捲、蝦米、乾香菇		大黃瓜、金針菇、肉絲、蟬味棒、木耳絲	
青菜	有機蔬菜		有機蔬菜		有機蔬菜		有機蔬菜		有機蔬菜	
主要食材	有機青江菜		有機黑葉白菜		有機青油菜		有機小松菜		有機小白菜	
湯品	冬瓜銀耳珍珠湯		紫菜蛋花湯		玉米濃湯		薏仁排骨湯		涼薯雞湯	
主要食材	黑粉圓、冬瓜磚、白木耳		洗選蛋、大骨、紫菜		玉米粒、馬鈴薯、洋蔥、洗選蛋、小米、胡蘿蔔		馬鈴薯、大薏仁、排骨丁		刈薯、香菇、雞排丁	
附餐	乳品		水果+乳品		鮮奶		水果+乳品		乳品	
主要食材	鮮奶		甜桃、保久乳		鮮奶		芭樂、保久乳		優酪乳	
菜單營養分析	全穀雜糧類	5.2份	全穀雜糧類	5.0份	全穀雜糧類	5.8份	全穀雜糧類	5.3份	全穀雜糧類	5.5份
	豆魚蛋肉類	2.0份	豆魚蛋肉類	2.7份	豆魚蛋肉類	1.5份	豆魚蛋肉類	2.2份	豆魚蛋肉類	2.3份
	蔬菜類	0.9份	蔬菜類	2.0份	蔬菜類	0.9份	蔬菜類	1.6份	蔬菜類	1.8份
	油脂與堅果種子類	2.0份	油脂與堅果種子類	0.0份	油脂與堅果種子類	2.3份	油脂與堅果種子類	2.3份	油脂與堅果種子類	2.2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	0.8份	乳品類	0.8份	乳品類	0.8份	乳品類	0.8份	乳品類	0.8份
	熱量	746.5份	熱量	782.5份	熱量	764.5份	熱量	859.5份	熱量	821.5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