

桃園市觀音區新坡國小114學年度下學期第6週午餐菜單食材表

日期	3月30日		3月31日		4月1日		4月2日		4月3日	
星期	星期一		星期二		星期三		星期四		星期五	
主食	糙米飯		黃金黑米飯		茄汁肉醬筆管麵		糙米飯		兒童節放假	
主要食材	產銷履歷白米、糙米		產銷履歷白米、黑糙米、玉米粒		筆管麵、絞肉、大番茄、美白菇、洋菇罐頭、起司粉		產銷履歷白米、糙米		-	
主菜	梅干百頁		打拋豬		-		蒜蓉豆豉魚		-	
主要食材	百頁豆腐、絞肉、麵輪、梅乾菜		絞肉、玉米粒、大番茄、洋蔥、九層塔、魚露				鯛魚丁、凍豆腐、青蔥、黑豆豉		-	
副菜	菜圃蛋		銀芽雞絲		香酥雞塊薯條		彩繪花椰		-	
主要食材	洗選蛋、碎圃、胡蘿蔔、青蔥		綠豆芽、雞肉絲、芹菜、胡蘿蔔		麥克雞塊、地瓜薯條		青花菜、白花菜、肉絲、彩椒		-	
青菜	有機蔬菜		有機蔬菜		有機蔬菜		有機蔬菜		-	
主要食材	有機山茼蒿		有機小松菜		有機青油菜		有機黑葉白菜		-	
湯品	黑糖地瓜甜湯		冬瓜雞湯		巧達濃湯		薑絲赤肉湯		-	
主要食材	地瓜、黑糖、薑片		冬瓜、雞排丁、雞架、紅棗		馬鈴薯、玉米粒、洋蔥、培根、奶粉		胛心肉片、冬粉、金針花		-	
附餐	乳品		水果+乳品		鮮奶布丁+蘋果汁		水果+乳品		-	
主要食材	鮮奶		草莓、保久乳		鮮奶布丁、蘋果汁		香蕉、保久乳		-	
菜單營養分析	全穀雜糧類	5.7份	全穀雜糧類	5.3份	全穀雜糧類	5.7份	全穀雜糧類	5.3份	全穀雜糧類	0.0份
	豆魚蛋肉類	2.6份	豆魚蛋肉類	2.3份	豆魚蛋肉類	2.0份	豆魚蛋肉類	2.5份	豆魚蛋肉類	0.0份
	蔬菜類	0.7份	蔬菜類	1.6份	蔬菜類	1.1份	蔬菜類	1.4份	蔬菜類	0.0份
	油脂與堅果種子類	2.2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	2.3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	0.5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	0.5份	乳品類	0.0份	乳品類	0.0份
	熱量	830.5份	熱量	867.0份	熱量	785.0份	熱量	757.0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