

桃園市觀音區新坡國小114學年度下學期第7週午餐菜單食材表

日期	4月6日		4月7日		4月8日		4月9日		4月10日	
星期	星期一		星期二		星期三		星期四		星期五	
主食	清明節補假		紅藜小米飯		上海菜飯		糙米飯		糙米飯	
主要食材			產銷履歷白米、紅藜麥、小米		產銷履歷白米、糙米、小松菜、培根、絞肉、蝦米、乾香菇		產銷履歷白米、糙米		產銷履歷白米、糙米	
主菜	-		味噌肉片		三杯雞		蔥燒魚丁		檸香烤雞翅*1	
主要食材			肉片、洋蔥、金針菇、胡蘿蔔		骨腿丁、豆乾丁、豬血糕、九層塔		鯰魚丁、杏鮑菇、洋蔥、青蔥		雞翅、檸檬汁	
副菜	-		黃金海帶根		-		南瓜燴豆腐		奶油白菜	
主要食材			海帶根、玉米粒、肉絲		-		油豆腐、南瓜、青蔥		大白菜、青花菜、起司絲、火腿丁、胡蘿蔔、奶粉	
青菜	-		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		有機荷葉白菜		有機小松菜		青油菜	
湯品	-		山藥雞骨湯		酸辣湯		番茄蛋花湯		蛤蠣冬瓜湯	
主要食材			山藥、雞架、枸杞		板豆腐、脆筍絲、洗選蛋、胡蘿蔔、乾木耳		大番茄、洗選蛋、大骨		冬瓜、蛤蠣	
附餐	-		水果+乳品		鮮奶		水果+乳品		乳品	
主要食材			蘋果、保久乳		鮮奶		小番茄、保久乳		優酪乳	
菜單營養分析	全穀雜糧類	0.0份	全穀雜糧類	5.4份	全穀雜糧類	5.5份	全穀雜糧類	5.3份	全穀雜糧類	5.2份
	豆魚蛋肉類	0.0份	豆魚蛋肉類	2.0份	豆魚蛋肉類	2.5份	豆魚蛋肉類	2.8份	豆魚蛋肉類	2.0份
	蔬菜類	0.0份	蔬菜類	1.4份	蔬菜類	0.9份	蔬菜類	1.2份	蔬菜類	1.5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	2.4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	0.0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
	熱量	.0份	熱量	846.5份	熱量	822.3份	熱量	894.5份	熱量	770.5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