

桃園市觀音區新坡國小114學年度下學期第14週午餐菜單食材表

日期	5月25日		5月26日		5月27日		5月28日		5月29日	
星期	星期一		星期二		星期三		星期四		星期五	
主食	糙米飯		薏仁飯		客家炒米苔目		糙米飯		糙米飯	
主要食材	產銷履歷白米、糙米		產銷履歷白米、小薏仁		米苔目、綠豆芽、肉絲、胡蘿蔔、韭菜、芹菜、蝦米、乾香菇		產銷履歷白米、糙米		產銷履歷白米、糙米	
主菜	蠔油豆腸		可樂豬腳		豬棒腿*1		泰式檸檬魚		親子丼	
主要食材	豆腸、洋蔥、杏鮑菇、胡蘿蔔、小黃瓜		肉丁、豬腳丁、豆干、花生、可樂		豬棒腿*1		金目鱸魚、板豆腐、大番茄、洋蔥、檸檬、魚露		骨髓丁、洋蔥、洗選蛋、胡蘿蔔、海苔	
副菜	海芽炒蛋		蛋香櫛瓜拌麵線		-		綜合地瓜球		海帶干絲	
主要食材	洗選蛋、玉米粒、海帶芽		櫛瓜、白麵線、洗選蛋、枸杞				地瓜球		海帶絲、豆干絲、肉絲、芹菜、胡蘿蔔	
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		有機荷蘭葉白菜		有機空心菜		有機莧菜		有機黑葉白菜	
湯品	綠豆QQ湯		蘿蔔魚丸湯		番茄蔬菜湯		四神排骨湯		小魚味噌湯	
主要食材	綠豆、QQ結		白蘿蔔、虱目魚丸、芹菜		馬鈴薯、大番茄、雞架		馬鈴薯、排骨、四神		板豆腐、小魚乾、海帶芽、柴魚片	
附餐	乳品		水果+乳品		鮮奶		水果+產履豆漿		乳品	
主要食材	鮮奶		蘋果、保久乳		鮮奶		香蕉、產銷履歷豆漿		優酪乳	
菜單營養分析	全穀雜糧類	5.6份	全穀雜糧類	5.4份	全穀雜糧類	5.7份	全穀雜糧類	5.9份	全穀雜糧類	5.4份
	豆魚蛋肉類	2.1份	豆魚蛋肉類	2.5份	豆魚蛋肉類	2.5份	豆魚蛋肉類	2.4份	豆魚蛋肉類	2.8份
	蔬菜類	0.8份	蔬菜類	1.1份	蔬菜類	0.9份	蔬菜類	0.7份	蔬菜類	1.0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	2.3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	788.5份	熱量	877.0份	熱量	831.3份	熱量	894.8份	熱量	836.5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