

桃園市觀音區新坡國小114學年度下學期第16週午餐菜單食材表

日期	6月8日		6月9日		6月10日		6月11日		6月12日	
星期	星期一		星期二		星期三		星期四		星期五	
主食	糙米飯		紅藜地瓜飯		粉紅醬野菇螺旋麵		糙米飯		糙米飯	
主要食材	產銷履歷白米、糙米		產銷履歷白米、地瓜、紅藜麥		螺旋麵、豬絞肉、洋蔥、黑蠔菇、白精靈菇、小番茄、鮮奶油		產銷履歷白米、糙米		產銷履歷白米、糙米	
主菜	麻婆豆腐		傳香豬排*1		-		豆瓣魚		鹹水鴨	
主要食材	板豆腐、毛豆、豬絞肉、胡蘿蔔、青蔥		醬燒大排*1				旗魚丁、凍豆腐、洋蔥、青蔥		鴨丁、脆筍片、青花菜、杏鮑菇	
副菜	美味蒸蛋		蝦香蘿蔔絲		卡拉雞排*1		玉米豆干丁		咖哩雙薯	
主要食材	洗選蛋		白蘿蔔、豬肉絲、青蔥、乾香菇、蝦米		卡拉雞排*1		豆干丁、玉米粒、毛豆、胡蘿蔔		馬鈴薯、地瓜、白花菜、胡蘿蔔、椰漿	
青菜	有機蔬菜		有機蔬菜		蒜香花椰菜		有機蔬菜		有機蔬菜	
主要食材	有機荷葉白菜		有機廣島菜		青花菜、白花菜、彩椒		有機空心菜		有機山菠菜	
湯品	芋香西米露		剝皮辣椒雞湯		紫菜吻魚湯		冬瓜大骨湯		香菇雞湯	
主要食材	芋頭、西谷米、椰漿、奶粉		雞排、杏鮑菇、雞架、剝皮辣椒、乾香菇		大骨、吻仔魚、紫菜		冬瓜、大骨、乾豆捲、紅棗		刈薯、香菇、雞丁、雞架	
附餐	乳品		水果+乳品		鮮奶		水果+乳品		乳品	
主要食材	鮮奶		荔枝、保久乳		鮮奶		芒果、保久乳		優酪乳	
菜單營養分析	全穀雜糧類	6.0份	全穀雜糧類	5.4份	全穀雜糧類	5.5份	全穀雜糧類	5.6份	全穀雜糧類	6.0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	3.2份	豆魚蛋肉類	2.5份
	蔬菜類	0.5份	蔬菜類	1.2份	蔬菜類	1.3份	蔬菜類	0.9份	蔬菜類	1.2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	2.5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	0.1份	水果類	1.0份	水果類	0.0份
	乳品類	1.0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	838.3份	熱量	878.8份	熱量	843.5份	熱量	938.8份	熱量	861.8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