

桃園市觀音區新坡國小 112學年度下學期第4週午餐菜單食材表

日期	4月15日		4月16日		4月17日		4月18日		4月19日	
星期	星期一		星期二		星期三		星期四		星期五	
主食	糙米飯		燕麥飯		什錦炒米粉		糙米飯		糙米飯	
主要食材	產銷履歷白米、糙米		產銷履歷白米、燕麥		赤肉絲、米粉、生香菇		產銷履歷白米、糙米		產銷履歷白米、糙米	
主菜	蔥油雞		家常滷肉		-		味噌肉片		義式烤雞翅	
主要食材	雞丁、杏鮑菇、洋蔥		赤肉丁、涼薯、八角粒九層塔		-		赤肉片、木耳、紅蘿蔔		雞翅、蒜泥、蕃茄醬	
副菜	醬燒豆腐		乾扁菜豆		樹子蒸魚		黃金海根		京醬百頁	
主要食材	油豆腐丁、絞赤肉、生香菇		煮花生、小黃瓜、馬鈴薯		鬼頭刀丁、豆腐、破布子		海帶絲、玉米粒、赤肉絲		百頁豆腐、杏鮑菇、洋蔥	
青菜	產銷蔬菜		有機蔬菜		有機蔬菜		有機蔬菜		有機蔬菜	
主要食材	小白菜		荷葉白菜		青江菜		青松菜		青油菜	
湯品	玉米蘿蔔湯		蕃茄蛋花湯		蘿蔔貢丸湯		冬瓜蛤蜊湯		山藥養生湯	
主要食材	大骨、蘿蔔、玉米		大骨、洗選蛋、玉米粒		大骨、白蘿蔔、小貢丸		冬瓜、大骨、文蛤		山藥、大骨、枸杞	
附餐	乳品		水果		乳品		水果		乳品	
主要食材	鮮奶		蘋果		鮮奶		香蕉		優酪乳	
菜單營養分析	全穀雜糧類	4.0份	全穀雜糧類	3.9份	全穀雜糧類	3.0份	全穀雜糧類	3.9份	全穀雜糧類	4.0份
	豆魚蛋肉類	2.4份	豆魚蛋肉類	2.3份	豆魚蛋肉類	2.2份	豆魚蛋肉類	2.0份	豆魚蛋肉類	2.4份
	油脂與堅果種子類	3.0份	油脂與堅果種子類	3.0份	油脂與堅果種子類	3.0份	油脂與堅果種子類	3.1份	油脂與堅果種子類	3.0份
	蔬菜類	1.2份	蔬菜類	1.3份	蔬菜類	1.3份	蔬菜類	1.4份	蔬菜類	0.8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	0.0份	乳品類	0.8份	乳品類	0.0份	乳品類	0.8份
	熱量	745.0份	熱量	673.0份	熱量	662.5份	熱量	657.5份	熱量	735.0份

★食材來源一律使用國產豬肉

菜單設計：呂湘蘋營養師 食材供應商：至芃企業有限公司

★因應季節變化菜色會作微調

