

桃園市觀音區新坡國小 112學年度下學期第13週午餐菜單食材表

日期	5月6日		5月7日		5月8日		5月9日		5月10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		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、小薏仁		絞赤肉、玉米粒、蕃茄醬		產銷履歷白米、糙米		產銷履歷白米、糙米	
主菜	蠔油松子豆腸		鹽酥鯖魚		-		香滷豬腳		醬烤雞排	
主要食材	豆腸、松子、杏鮑菇		鯖魚、虱目魚排		-		赤肉丁、豬腳丁、筍干		雞排、蒜泥、薑末	
副菜	紅蘿蔔炒蛋		桂竹筍肉絲		黎麥嫩雞		蛤蠣絲瓜		鮮蔬粉絲煲	
主要食材	紅蘿蔔絲、洗選蛋		桂竹筍、赤肉絲、黃豆醬		清雞丁、馬鈴薯、小黃瓜		絲瓜、文蛤、薑絲		絞赤肉、冬粉、大白菜	
青菜	產銷蔬菜		有機蔬菜		-		有機蔬菜		有機蔬菜	
主要食材	油菜		黑葉白菜				青江菜		青松菜	
湯品	綠豆芋圓湯		紫菜蛋花湯		玉米濃湯		金針排骨湯		玉米黃芽湯	
主要食材	綠豆、芋圓、砂糖		薑絲、大骨、洗選蛋		玉米粒、洗選蛋、馬鈴薯		薑絲、背骨、乾金針		黃豆芽、玉米條、大骨	
附餐	乳品		水果		乳品		水果		乳品	
主要食材	鮮奶		香蕉		鮮奶		蘋果		優酪乳	
菜單營養分析	全穀雜糧類	5.1份	全穀雜糧類	3.8份	全穀雜糧類	3.3份	全穀雜糧類	4.2份	全穀雜糧類	4.3份
	豆魚蛋肉類	1.8份	豆魚蛋肉類	2.0份	豆魚蛋肉類	1.5份	豆魚蛋肉類	2.2份	豆魚蛋肉類	2.2份
	油脂與堅果種子類	3.2份	油脂與堅果種子類	3.3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
	蔬菜類	1.0份	蔬菜類	0.9份	蔬菜類	0.5份	蔬菜類	1.5份	蔬菜類	1.1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	781.0份	熱量	647.0份	熱量	611.0份	熱量	691.5份	熱量	748.5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