

桃園市觀音區新坡國小 112學年度下學期第14週午餐菜單食材表

日期	5月13日		5月14日		5月15日		5月16日		5月17日	
星期	星期一		星期二		星期三		星期四		星期五	
主食	糙米飯		小米飯		夏威夷炒飯		糙米飯		糙米飯	
主要食材	產銷履歷白米、糙米		產銷履歷白米、小米		赤肉絲、三色粒、洗選蛋		產銷履歷白米、糙米		產銷履歷白米、糙米	
主菜	親子丼		瓜子肉燥		-		照燒雞丁		豆豉蒸魚	
主要食材	雞丁、洗選蛋、洋蔥		絞赤肉、花瓜、洋蔥		-		雞丁、紅蘿蔔、馬鈴薯		鱸魚丁、豆豉、豆腐	
副菜	海帶干絲		金沙筍白筍		滷豆干		蝦醬高麗菜		鵪鶉蛋燒黃瓜	
主要食材	白干絲、海帶絲、芹菜		茭白筍、熟鹹蛋、絞蒜頭		豆干、豬血糕丁、杏鮑菇		高麗菜、紅蘿蔔、蝦醬		鳥蛋、大黃瓜、木耳朵	
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	空心菜		小白菜		白莧菜		小松菜		奶油白菜	
湯品	小魚味噌湯		刈薯肉絲湯		巧達濃湯		冬瓜大骨湯		蕃茄蔬菜湯	
主要食材	海帶芽、豆腐、味噌		薑絲、涼薯、赤肉絲		奶油、玉米濃湯、培根		薑絲、大骨、冬瓜		大白菜、玉米條、牛蕃茄	
附餐	乳品		水果		乳品		水果		乳品	
主要食材	鮮奶		黃金奇異果		鮮奶		香蕉		優酪乳	
菜單營養分析	全穀雜糧類	3.8份	全穀雜糧類	3.9份	全穀雜糧類	4.4份	全穀雜糧類	4.0份	全穀雜糧類	3.8份
	豆魚蛋肉類	2.7份	豆魚蛋肉類	2.0份	豆魚蛋肉類	1.9份	豆魚蛋肉類	1.7份	豆魚蛋肉類	1.6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	3.0份	油脂與堅果種子類	3.0份
	蔬菜類	1.1份	蔬菜類	1.6份	蔬菜類	1.1份	蔬菜類	1.7份	蔬菜類	1.7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	751.0份	熱量	658.0份	熱量	733.0份	熱量	645.0份	熱量	683.5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