

桃園市觀音區新坡國小 112學年度下學期第17週午餐菜單食材表

日期	6月3日		6月4日		6月5日		6月6日		6月7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		日式炒烏龍麵		糙米飯		糙米飯	
主要食材	產銷履歷白米、糙米		產銷履歷白米、薏仁		小烏龍麵、肉絲、高麗菜		產銷履歷白米、糙米		產銷履歷白米、糙米	
主菜	蕃茄燒豆包		鹹酥雞		-		冬瓜燒雞		三杯魚丁	
主要食材	炸豆包、牛蕃茄、洋蔥		雞丁、豆干、地瓜粉		-		骨腿丁、雞丁、冬瓜		鮑魚丁、杏鮑菇、洋蔥	
副菜	香Q滷蛋		螞蟻上樹		綜合滷味		京醬百頁		蝦香蘿蔔絲	
主要食材	剝殼白蛋、紅辣椒、醬油		冬粉、絞赤肉、高麗菜		海帶結、豬血糕、黑豆干		百頁豆腐、杏鮑菇、洋蔥		紅蘿蔔絲、赤肉絲、白蘿蔔絲	
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	莧菜		小白菜		空心菜		青江菜		塔菇菜	
湯品	雙豆粉圓湯		紫菜蛋花湯		黃芽味噌湯		山藥排骨湯		玉米濃湯	
主要食材	紅豆、綠豆、長粉圓		薑絲、洗選蛋、大骨、紫菜		黃豆芽、味噌、豆腐		馬鈴薯、山藥、龍骨丁		玉米粒、洗選蛋、馬鈴薯	
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	4.6份	全穀雜糧類	4.1份	全穀雜糧類	3.6份	全穀雜糧類	4.2份	全穀雜糧類	4.0份
	豆魚蛋肉類	2.1份	豆魚蛋肉類	2.4份	豆魚蛋肉類	1.5份	豆魚蛋肉類	2.4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	0.9份	蔬菜類	0.9份	蔬菜類	1.5份	蔬菜類	1.5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	757.0份	熱量	684.5份	熱量	657.0份	熱量	706.5份	熱量	697.5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