桃園市觀音區新坡國小113學年度上學期第17週午餐菜單食材表

日期	12月16日		12月17日		12月18日		12月19日		12月20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		鮮菇麵線羹		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		紅麵線、金針菇、脆筍絲、胡蘿蔔、乾木耳、柴魚片		產銷履歷白米、糙米		產銷履歷白米、糙米	
主菜	薑母鴨		洋芋燉肉		-		鹹水雞		檸香椒鹽魚丁	
主要食材	鴨丁、高麗菜、豬血糕		肉丁、馬鈴薯、洋蔥、胡蘿蔔				雞丁、青花菜、杏鮑菇、筍片、木耳		水滷、甜不辣	
副菜	豆薯肉末		珍菇鮮瓜		鮮肉包*1		土豆麵筋		茄汁豆腐	
主要食材	刈薯、玉米粒、絞肉、胡蘿蔔		大黃瓜、秀珍菇、乾木耳、胡蘿蔔		鮮肉包*1		油麵筋泡、花生、乾香菇		板豆腐、大番茄、絞肉、三色豆、青蔥	
青菜	有機蔬菜		有機青菜		青菜		有機青菜		有機青菜	
主要食材	有機青油菜		有機廣島菜		有機黑葉白菜		有機小松菜		有機荷葉白菜	
湯品	紫菜蛋花湯		剝皮辣椒雞湯		-		小魚味噌湯		客家鹹湯圓	
主要食材	洗選蛋、紫菜		雞丁、雞架、杏鮑菇、乾香菇、剝皮辣椒		-		板豆腐、小魚乾、柴魚片、海帶芽		湯圓、綠豆芽、肉絲、韭菜、乾香菇、蝦米	
附餐	乳品		水果		鮮奶		水果		乳品	
主要食材	鮮奶		小番茄		鮮奶		芭樂		優酪乳	
菜單營養分析	全穀雜糧類	5.1份	全穀雜糧類	5.3份	全穀雜糧類	4.5份	全穀雜糧類	5.0份	全穀雜糧類	5.3份
	豆魚蛋肉類	2.0份	豆魚蛋肉類	2.1份	豆魚蛋肉類	1.2份	豆魚蛋肉類	2.3份	豆魚蛋肉類	3.3份
	蔬菜類	0.9份	蔬菜類	1.6份	蔬菜類	0.9份	蔬菜類	1.0份	蔬菜類	0.8份
	油脂與堅果種子類	2.8份	油脂與堅果種子類	2.6份	油脂與堅果種子類	2.6份	油脂與堅果種子類	3.0份	油脂與堅果種子類	3.1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	775.5份	熱量	745.5份	熱量	664.5份	熱量	742.5份	熱量	898.0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

★因應季節變化菜色會作微調