

桃園市觀音區新坡國小113學年度下學期第3週午餐菜單食材表

日期	2月24日		2月25日		2月26日		2月27日		2月28日	
星期	星期一		星期二		星期三		星期四		星期五	
主食	糙米飯		地瓜飯		芋香瘦肉鹹粥		糙米飯		和	
主要食材	產銷履歷白米、糙米		產銷履歷白米、地瓜		產銷履歷白米、高麗菜、絞肉、芋頭、玉米粒、芹菜		產銷履歷白米、糙米			
主菜	香酥魚片*1		黑胡椒雞柳		-		蕪菁燒雞		平	
主要食材	金鑽魚排*1		雞肉、綠豆芽、洋蔥、胡蘿蔔、黑胡椒粒				雞丁、結頭菜、胡蘿蔔			
副菜	番茄豆腐		奶油玉米*1		家鄉滷肉		筍香肉絲		紀	
主要食材	板豆腐、大番茄、絞肉、青蔥		玉米、奶油		豬肉、杏鮑菇、洋蔥、乾香菇		乾筍乾、五花肉片、朴菜			
青菜	有機蔬菜		有機蔬菜		青菜		有機蔬菜		念	
主要食材	有機青油菜		有機日本茼蒿		有黑葉白菜		有機青松菜			
湯品	玉米濃湯		四神湯		-		蛤蠣海帶湯		日	
主要食材	玉米粒、馬鈴薯、洗選蛋、洋蔥、胡蘿蔔、小米		四神、排骨丁		-		海帶、蛤蠣、大骨			
附餐	乳品		水果		鮮奶		水果		-	
主要食材	鮮奶		芭樂		鮮奶		蘋果			
菜單營養分析	全穀雜糧類	5.5份	全穀雜糧類	6.2份	全穀雜糧類	4.5份	全穀雜糧類	4.5份	全穀雜糧類	0.0份
	豆魚蛋肉類	3.4份	豆魚蛋肉類	1.6份	豆魚蛋肉類	2.0份	豆魚蛋肉類	3.1份	豆魚蛋肉類	0.0份
	蔬菜類	0.6份	蔬菜類	0.9份	蔬菜類	1.2份	蔬菜類	1.5份	蔬菜類	0.0份
	油脂與堅果種子類	3.0份	油脂與堅果種子類	2.7份	油脂與堅果種子類	2.5份	油脂與堅果種子類	2.6份	油脂與堅果種子類	0.0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	0.0份
	熱量	910.0份	熱量	758.0份	熱量	727.5份	熱量	762.0份	熱量	.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