

# 桃園市觀音區新坡國小113學年度下學期第8週午餐菜單食材表

| 日期     | 3月31日          |        | 4月1日                 |        | 4月2日               |        | 4月3日     |      | 4月4日     |      |
|--------|----------------|--------|----------------------|--------|--------------------|--------|----------|------|----------|------|
| 星期     | 星期一            |        | 星期二                  |        | 星期三                |        | 星期四      |      | 星期五      |      |
| 主食     | 糙米飯            |        | 麥片飯                  |        | 番茄雞肉義大利麵           |        | 清明連假     |      | 清明連假     |      |
| 主要食材   | 產銷履歷白米、糙米      |        | 產銷履歷白米、麥片            |        | 筆管麵、雞丁、洋蔥、秀珍菇、大番茄  |        |          |      |          |      |
| 主菜     | 堅果蜜汁豆干         |        | 花瓜燒雞                 |        | -                  |        | -        |      | -        |      |
| 主要食材   | 豆干丁、杏鮑菇、核桃、南瓜子 |        | 雞丁、大溪豆干、花瓜、胡蘿蔔       |        |                    |        |          |      |          |      |
| 副菜     | 三色蛋            |        | 寧波年糕                 |        | 雞塊薯條               |        | -        |      | -        |      |
| 主要食材   | 洗選蛋、皮蛋、鹹蛋      |        | 寧波年糕、小白菜、肉絲、胡蘿蔔、乾香菇絲 |        | 雞塊*2、地瓜薯條          |        |          |      |          |      |
| 青菜     | 有機蔬菜           |        | 有機蔬菜                 |        | 有機蔬菜               |        | -        |      | -        |      |
| 主要食材   | 有機奶油白菜         |        | 有機小松菜                |        | 有機塔菇菜              |        |          |      |          |      |
| 湯品     | 銀耳福圓甜湯         |        | 肉骨茶湯                 |        | 巧達濃湯               |        | -        |      | -        |      |
| 主要食材   | 白木耳、黑粉圓、桂圓乾、枸杞 |        | 白蘿蔔、龍骨丁、乾豆捲、肉骨茶包     |        | 馬鈴薯、玉米粒、洗選蛋、洋蔥、火腿丁 |        |          |      |          |      |
| 附餐     | 乳品             |        | 水果                   |        | 鮮奶                 |        | -        |      | -        |      |
| 主要食材   | 鮮奶             |        | 芭樂                   |        | 鮮奶                 |        |          |      |          |      |
| 菜單營養分析 | 全穀雜糧類          | 4.5份   | 全穀雜糧類                | 5.5份   | 全穀雜糧類              | 5.0份   | 全穀雜糧類    | 0.0份 | 全穀雜糧類    | 0.0份 |
|        | 豆魚蛋肉類          | 2.6份   | 豆魚蛋肉類                | 2.3份   | 豆魚蛋肉類              | 2.5份   | 豆魚蛋肉類    | 0.0份 | 豆魚蛋肉類    | 0.0份 |
|        | 蔬菜類            | 0.9份   | 蔬菜類                  | 1.3份   | 蔬菜類                | 1.3份   | 蔬菜類      | 0.0份 | 蔬菜類      | 0.0份 |
|        | 油脂與堅果種子類       | 3.2份   | 油脂與堅果種子類             | 2.7份   | 油脂與堅果種子類           | 3.2份   | 油脂與堅果種子類 | 0.0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      | 0.0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             | 796.5份 | 熱量                   | 771.5份 | 熱量                 | 834.0份 | 熱量       | .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