

2021/03/08 ~ 2021/03/12

客戶名稱:彰化縣大城鄉大城國中

	主食	第一道	第二道	第三道	第四道	第五道
03/08 (一)午	白米飯	豬肉燴飯	海結滷豆干	炒茼蒿	結頭菜湯	鮮奶(自備)
		肉片(貴) 9kg 洋蔥(絲) 8kg 玉米三色 3kg 蛋(kg)和記 4kg 香菇絲 0.3kg 玉米粒小(康) 6kg 3K蘑菇醬 1罐 3K黑胡椒醬 1罐	海帶結(kg) 8.5kg 非四分豆干(kg)榮 8.5kg 紅蘿蔔(中丁) 3kg 滷包1/50(pc) 3pc	山茼蒿清 22kg	結頭菜(中丁) 10kg 大骨(香里) 2kg 香菜 0.1kg	光泉鮮奶(200) 0瓶
熱量: 840.8卡 全穀根莖類 6份 豆魚肉蛋類: 2.3份 蔬菜類: 2.1份 油脂與堅果: 2.4份 水果: 0份 乳品: 1份						
03/09 (二)午	十穀米飯	筍干雞	蔥燒胡瓜	炒青江菜	味噌豆腐湯	
	十穀米kg 4kg	雞翅丁 27kg 筍干(學.段) 7kg 薑片(kg) 0.2kg	胡瓜(片) 19kg 肉片(貴) 3kg 細美力菇 3kg 紅蘿蔔(絲) 1kg	青江菜(清) 22kg	非4.3k豆腐板榮 2.55板 洋蔥小丁 3kg 味噌(kg) 3kg 柴魚片(kg) 0.1kg 大骨(香里) 2kg	
熱量: 770.8卡 全穀根莖類 5.9份 豆魚肉蛋類: 2.4份 蔬菜類: 2份 油脂與堅果: 2.3份 水果: 0份 乳品: 0份						
03/10 (三)午	白米飯	炸魷魚排	砂鍋白菜滷	炒菠菜	豬血湯	
		魷魚排60g(CAS) 295pc	大白菜(清) 24kg 金針菇(學) 3kg 肉絲(貴) 3kg 紅蘿蔔(絲) 1kg 乾木耳絲(kg) 0.1kg	菠菜(清) 22kg	酸菜絲 2.5kg 豬血丁(kg) 12kg 韭菜(段) 1.5kg 大骨(香里) 2kg 紅蔥頭kg(沫) 0.2kg	
熱量: 790卡 全穀根莖類 6份 豆魚肉蛋類: 2.3份 蔬菜類: 2份 油脂與堅果: 2.3份 水果: 0份 乳品: 0份						
03/11 (四)午	白米飯	黑胡椒豬柳	塔香海茸	炒高麗菜	紅豆紫米湯	
		豬柳(貴) 18kg 洋蔥(絲) 10kg 紅蘿蔔(絲) 1.5kg 蔥 0.2kg 3K黑胡椒醬 1罐	海茸(段)Kg 19kg 肉絲(貴) 4kg 九層塔 0.2kg 紅蘿蔔(絲) 1kg	高麗菜(清) 22kg 蝦米 0.1kg 紅蘿蔔(絲) 1.5kg	紅豆(kg) 6kg 黑糯米(kg) 2.5kg 台糖1K二砂包 7包	
熱量: 782卡 全穀根莖類 5.9份 豆魚肉蛋類: 2.4份 蔬菜類: 2.1份 油脂與堅果: 2.4份 水果: 0份 乳品: 0份						
03/12 (五)午	糙米飯	辣子雞丁	蕃茄炒蛋	炒油菜	金茸三絲湯	
	糙米(KG) 0kg	雞翅丁 28kg 青椒(片) 3kg 紅蘿蔔(片) 1.5kg 乾辣椒(kg) 0.3kg	蛋(kg)和記 17kg 蕃茄(上) 11.5kg 3.15K可果美蕃茄醬/桶 1罐	油菜(清) 22kg	金針菇(學) 3kg 紅蘿蔔(絲) 1.5kg 乾木耳絲(kg) 0.1kg 細美力菇 1.5kg 蚵白菜(清) 5.5kg 大骨(香里) 2kg	
熱量: 792卡 全穀根莖類 6份 豆魚肉蛋類: 2.5份 蔬菜類: 2份 油脂與堅果: 2.3份 水果: 0份 乳品: 0份						

△本校園一律使用國產豬肉食材△

營養師 :

午餐秘書 :

校長 :