

供應人數： 30 人

日期	10月 4/18/25 日 星期一			10月 5/12/19/26 日 星期二			10月 6/13/20/27 日 星期三			10月 7/14/21/28 日 星期四			10月 1/8/15/22/29 日 星期五					
項目	菜名	食材內容	每人份量(g)	菜名	食材內容	每人份量(g)	菜名	食材內容	每人份量(g)	菜名	食材內容	每人份量(g)	菜名	食材內容	每人份量(g)			
早點	蔥油餅 加蛋	蔥油餅	100	堅果饅頭	冷藏堅果饅頭	100	鮭魚壽司	白飯	50	起司蛋餅	冷凍蛋餅皮	80	全麥土司 加蛋	土司(含全穀粉)	100			
		雞蛋	10					壽司海苔片	2		切片乾酪	10		雞蛋	10			
								鮭魚罐頭	10									
								花胡瓜	5									
	全脂鮮乳	全脂鮮乳	200	米漿	米漿	200	無糖優酪乳	無糖優酪乳	120	火龍果	火龍果	100	全脂鮮乳	全脂鮮乳	200			
午點	山藥 雞肉丁 白米 糙米 粥	山藥	10	綠豆 花 薏仁 豆	綠豆	30	綜合 菇 蘿 蔔 糕 湯	冷藏廣式蘿蔔糕	50	蒸 地 瓜	地瓜	200	蓮子 排 骨 湯	蓮子	50			
		雞肉丁	15		薏仁	15		秀珍菇	10					排骨	150			
		白米	20		豆花	2		金針菇	10									
		糙米	5					白精靈菇	10									
								豬下肩肉	10									
	芭樂	芭樂	100	香蕉	香蕉	100	蘋 果	蘋果	100	豆 漿	豆漿	200	甜 橙	甜橙	100			

食譜設計:潘如軒

園主任:王靖甯

【備註】

*若午餐由國小(中)部供應者，午餐右方欄位均免填寫。

*每人份量：請填寫每人攝取重量(公克)。