

供應人數： 28 人

日期	05月 06/13 日 星期一			05月 7/14 日 星期二			05月 1/8/15日 星期三			05月 2/9/16日 星期四			05月 3/10/17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	蔬菜煎餃	時蔬	20	飯糰	米	50	水煮蛋	水煮蛋	65	起司蛋糕	起司	10	牛奶麥片	水果麥片	30	
		麵粉	5		豬絞肉	15		葡萄	100		蛋	20		全脂鮮奶	200	
		蛋	10		蛋	15					蛋餅皮	50				
	蘋果	蘋果	150		優酪乳		全脂鮮奶	全脂鮮奶	200	優酪乳	150	香蕉	香蕉	120		
午點	鮮肉包	鮮肉包	50	蔬菜蛋餅	蛋餅皮	50	蒸地瓜	地瓜	150	鮮蔬湯	玉米筍	10	綠豆湯	綠豆湯	200	
					玉米粒	10					時蔬	20				
					洋蔥	5					南瓜	15				
	全脂鮮奶	全脂鮮奶	200		雞蛋	20	豆漿	豆漿	200							
日期	05月 20/27 日 星期一			05月 21/28 日 星期二			05月 22/29日 星期三			05月 23/30 日 星期四			05月 24/31 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	牛奶麥片	燕麥片	20	珍珠丸	糯米	20	蘿蔔糕	蘿蔔糕	150	筍香肉包	筍香肉包	150	時蔬蔥抓餅	蔥抓餅皮	30
			全脂鮮乳	200		豬絞肉	50		全脂鮮乳	200			時蔬		10	
香蕉		香蕉	120	杏仁堅果飲	杏仁堅果飲	150	橘子	橘子	100	糙米漿	糙米漿	200	全脂鮮奶	全脂鮮乳	200	
午點	洋蔥餅	麵粉	5	時蔬關東煮	玉米筍	20	鹹粥	白飯	50	排骨玉米湯	排骨	20	水果優格	優格	120	
		洋蔥	10		紅蘿蔔	10		雞肉	20		玉米	20		蘋果	30	
		蛋	10		南瓜	10		香菇	20		白蘿蔔	20		鳳梨	20	
	時蔬	20	時蔬		20	玉米	20				番茄	10				
豆漿	豆漿	200														

食譜設計:沈宴竹

園主任:潘諾瑪

【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)。

本校一縷採用國產豬、牛肉食材