

臺南市立新市國民中學 114學年度第一學期第18週午餐食譜

| 12月29日 (星期一) | | 12月30日 (星期二) | | 12月31日 (星期三) | | 1月1日 (星期四) | | 1月2日 (星期五) | |
|--------------|------|--------------|------|-------------------|------|------------|--|----------------|------|
| 主食：白米飯(畢業旅行) | | 主食：胚芽飯(畢業旅行) | | 主食：白米飯(蔬食日)(畢業旅行) | | 1/1元旦放假 | | 主食：烏龍麵 | |
| 泰式打拋雞 | 數量 | 沙茶蔥爆腿肉絲 | 數量 | 三杯鮑百 | 數量 | | | 沙茶鍋燒烏龍麵 | 數量 |
| 雞絞肉 | 51 | 腿肉絲 | 57 | 百葉豆腐丁 | 19 | | | 烏龍麵 | 150 |
| 蒜末 | 0.5 | 蔥段 | 1.2 | 冷凍米血塊(裁切) | 9 | | | 豬肉絲 | 15 |
| 牛番茄 | 7 | 薑片 | 0.4 | 杏鮑菇 | 23 | | | 小白菜段 | 16 |
| 九層塔 | 0.5 | 蒜碎 | 0.4 | 九層塔 | 0.6 | | | 高麗菜大塊 | 19 |
| 辣椒末 | 0.3 | 沙茶醬 3K/罐 | 1 | 薑片 | 0.4 | | | 鮮香菇 | 2.5 |
| 魚露 500ml/瓶 | 9 | 醬油(箱) | 庫存 | 辣椒 | 0.1 | | | 小貢丸 3K/包 | 5 |
| 檸檬原汁 950g/瓶 | 2 | | | 麻油 3公升/桶 | 1 | | | 燕餃 90g/盒 | 20 |
| 素蠔油 6K/桶 | 1 | | | 二砂糖、醬油 | 庫存 | | | 原作魚子蛋餃 104g/盒 | 30 |
| 醬油(箱) | 1 | | | | | | | 台式熱狗切片 1K/包 | 14 |
| 二砂糖(箱) | 庫存 | | | | | | | 洗選蛋 | 13.5 |
| | | | | | | | | 大黑輪 | 6 |
| | | | | | | | | 青蔥花 | 0.3 |
| | | 胚芽米 | 0.5 | | | | | 沙茶醬 3K/罐 | 1 |
| | | | | | | | | 胡椒粉 1斤/包 | 庫存 |
| 蒜炒高麗菜 | 數量 | 蒜炒白花椰 | 數量 | 吻仔魚炒蛋 | 數量 | | | 紅燒什錦 | 數量 |
| 高麗菜加工 | 27 | 冷凍白花椰 | 39 | 吻仔魚 | 11 | | | 凍豆腐 | 25 |
| 紅蘿蔔片 | 0.2 | 紅蘿蔔片 | 0.2 | 白蘿蔔細絲 | 11.5 | | | 金針菇 | 4.5 |
| 蒜碎 | 0.1 | 蒜碎 | 0.1 | 洗選蛋 | 23.5 | | | 玉米塊 | 7.5 |
| 精鹽(袋) | 1 | | | 蔥花 | 0.4 | | | 海帶結 | 7 |
| | | | | 蒜碎 | 0.3 | | | 大黑豆干丁(2*2) | 7 |
| | | | | 胡椒粉、醬油 | 庫存 | | | 醬油、素蠔油 | 庫存 |
| 薑炒黑葉白菜 | 數量 | 薑炒菠菜 | 數量 | 薑炒小松菜 | 數量 | | | | |
| 有機黑葉白菜加工 | 24 | 菠菜加工 | 27.5 | 有機小松菜加工 | 24 | | | | |
| 薑絲 | 0.1 | 薑絲 | 0.1 | 薑絲 | 0.1 | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| 蘿蔔玉米排骨湯 | 數量 | 冬瓜排骨湯 | 數量 | 玉米濃湯 | 數量 | | | 麵包 | 數量 |
| 白蘿蔔大塊 | 23.5 | 冬瓜大塊 | 24 | 火腿丁 1K/包 | 4 | | | 巧克力麵包(小) 60g/個 | 782 |
| 玉米塊 | 9 | 排骨 | 9 | 洋蔥小丁 | 7.5 | | | | |
| 排骨 | 9 | 薑絲 | 0.2 | 馬鈴薯小丁 | 7 | | | | |
| 芹菜珠 | 0.2 | 雞粉、香油 | 庫存 | 冷凍玉米粒 1K/包 | 13 | | | | |
| 烹大師鯉魚粉 1K/包 | 1 | | | 玉米醬 2.95K/罐 | 3 | | | | |
| 胡椒粉 1斤/包 | 庫存 | | | 洗選蛋 | 11 | | | | |
| | | | | 太白粉 | 庫存 | | | | |
| | | | | 奶粉 1.5K/包 | 1 | | | | |
| | | | | 無鹽奶油 450g/包 | 2 | | | | |
| | | | | 甘露梨 120g | 585 | | | 三和滋生豆奶 200ml/杯 | 782 |

本校一律使用國產豬、牛肉食材

本校營養午餐有供應甲殼類、花生、牛奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質穀物、大豆、魚類等其製品