

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			
烹大師鰹魚粉 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