

新市國中114學年度第二學期第4週午餐食譜

3月2日 (星期一)		3月3日 (星期二)		3月4日 (星期三)		3月5日 (星期四)		3月6日 (星期五)	
主食：白米飯		主食：白米飯(蔬食日)		主食：白米飯		主食：白米飯		主食：牛排麵	
沙茶蔥爆腿肉絲	數量	樹子蒸鯛魚	數量	醬爆骨腿	數量	客家小炒	數量	紅燒豬肉麵	數量
腿肉絲	78	鯛魚切丁	52	骨腿丁	72	豆干切片	24	牛排麵	126
蔥段	1.7	洋蔥大絲	13	冷凍米血塊(裁切)	15	豬肉絲	21	腓肉丁	36
薑片	0.5	薑絲	0.7	洋蔥大塊	13	乾魷魚(切)	2.5	軟骨丁	33
蒜碎	0.6	樹子(破布子) 3K/桶	2	甜麵醬2.6K/桶	1	芹菜段	8	白蘿蔔大塊	37
沙茶醬 3K/罐	1	醬油(箱)	庫存	醬油、二砂糖	庫存	蔥段	0.4	紅蘿蔔大塊	10.5
醬油(箱)	1	玻璃紙(包)	2			辣豆瓣醬 3L/桶	1	小白菜段	22.5
						醬油(箱)	庫存	生薑片	0.7
								青蔥段	0.5
								辣豆瓣醬 3L/桶	1
								素蠔油 6K/桶	1
								醬油	庫存
								滷包 400g/包	1
薑炒山東大白菜	數量	番茄炒蛋	數量	蒜炒高麗菜	數量	蒜炒白花椰	數量		
山東大白菜加工	39.5	牛番茄	18	高麗菜加工	35.5	生鮮白花椰菜加工	41.5		
紅蘿蔔片	0.4	洗選蛋	41.5	紅蘿蔔片	0.3	紅蘿蔔片	0.2		
薑絲	0.2	番茄醬 3.33K/罐	1	蒜碎	0.2	蒜碎	0.2		
薑炒菠菜	數量	蒜炒小黃瓜	數量	薑炒青江菜	數量	薑炒蚵白菜	數量		
菠菜加工	36	小黃瓜切片	35	有機青江菜加工	32	有機蚵白菜加工	32		
薑絲	0.2	蒜碎	0.2	薑絲	0.2	薑絲	0.2		
蘿蔔玉米排骨湯	數量	紅豆紫米湯圓	數量	榨菜肉絲湯	數量	玉米濃湯	數量	麵包	數量
白蘿蔔大塊	31.5	紅豆	11.5	榨菜絲 600g/包	20	火腿丁 1K/包	6	香濃巧克力捲 40g/個	約785份
玉米塊	12	紫米	5	豬肉絲	12	洋蔥小丁	9.5		
排骨	12	紅白小湯圓	20	青蔥花	0.2	馬鈴薯小丁	9.5		
芹菜珠	0.3	二砂糖(箱)	1	雞粉 1K/罐	庫存	冷凍玉米粒 1K/包	17		
烹大師鰹魚粉1K/包	庫存			香油 3L/桶	1	玉米醬 2.95K/罐	4		
胡椒粉 1斤/包	1					洗選蛋	14.5		
						太白粉	3.5		
						奶粉 1.5K/包	1		
						無鹽奶油450g/包	2	三和滋生豆奶 200ml/杯	約785份

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