

臺南市立新市國民中學 114學年度第二學期第5週午餐食譜

3月9日 (星期一)		3月10日 (星期二)		3月11日 (星期三)		3月12日 (星期四)		3月13日 (星期五)	
主食：白米飯		主食：藜麥飯		主食：白米飯		主食：白米飯(蔬食日)		主食：粥	
秀珍菇燴雞腿肉	數量	花生滷肉	數量	蜜汁豬排	數量	香菇素肉燥	數量	皮蛋瘦肉粥	數量
骨髓丁	69	生花生(乾)	5	豬里肌 100g/片	795	素肉燥	39	白米	29
秀珍菇	18	五花肉丁	6	地瓜粉	18	豆干丁(1cm*1cm)	10	豬肉絲	18
青蔥段	0.3	腱肉丁	63	沙拉油 18L/桶	4	乾香菇絲	0.6	洗選蛋	18
蒜仁	0.3	海帶結	10	糖、鹽、味精、黑胡椒	庫存	醬油、素蠔油、二砂糖	庫存	皮蛋 240粒/箱	1
辣椒	0.1	素蠔油 6K/桶	1	多磷酸鈉、大蒜、白胡椒	庫存			皮蛋/顆	115
醬油、素蠔油	庫存	冰糖 3K/包	1	桂枝、八角、小茴、花椒	庫存			冷凍玉米粒 1K/包	19
		醬油、滷包	庫存	山奈、丁香、紫蘇、甘草	庫存			紅蘿蔔小丁	9
				乙基麥芽醇、肉桂、紅椒色素	庫存			毛豆仁 500g/包	9
								芹菜珠	0.7
								油蔥酥 600g/包	1
		藜麥	0.7					胡椒粉 1斤/包	庫存
油蔥豆芽	數量	蒜香大黃瓜	數量	蒜炒綠花椰	數量	玉米炒蛋	數量	滷筍干	數量
豆芽菜	33	大黃瓜切塊	45	生鮮綠花椰菜加工	41	冷凍玉米粒 1K/包	25	筍乾	34
韭菜段	0.5	紅蘿蔔片	0.2	紅蘿蔔片	0.2	洗選蛋	34	五花肉丁	9
油蔥酥 600g/包	庫存	蒜碎	0.2	蒜碎	0.2	青蔥花	0.3	蒜碎	0.8
						黑胡椒顆粒 600g/包	庫存	素蠔油 6K/桶	1
								醬油、冰糖	庫存
薑炒油菜	數量	薑炒黑葉白菜	數量	蒜炒大陸妹	數量	薑炒小松菜	數量		
油菜加工	32	有機黑葉白菜加工	32	大陸妹加工	33	有機小松菜加工	32		
薑絲	0.2	薑絲	0.2	蒜碎	0.2	薑絲	0.2		
里港餛飩湯	數量	翡翠蛋花魚丸湯	數量	冬瓜排骨湯	數量	花生玉米蘿蔔排骨湯	數量	麵包	數量
里港文富餛飩 1.5K/包	21	翡翠 300g/盒	24	冬瓜大塊	32	生花生(乾)	5	藍莓麵包(小) 60g/個	779
芹菜珠	0.3	洗選蛋	11.5	排骨	12	玉米塊	11	統一AB原味優酪乳 206ml/瓶	779
胡椒粉 1斤/包	庫存	虱目魚丸(小) 3K/包	4	薑絲	0.3	紅蘿蔔大塊	5		
烹大師鱈魚粉 1K/包	2	太白粉	3	雞粉、香油	庫存	排骨	12		
		雞粉、香油	庫存			芹菜珠	0.3		
草莓 60g (每人4顆)	779					鱈魚粉、胡椒粉	庫存		

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