

臺南市立新市國民中學 114學年度第二學期第12週午餐食譜

4月27日 (星期一)		4月28日 (星期二)		4月29日 (星期三)		4月30日 (星期四)		5月1日 (星期五)	
主食：白米飯		主食：白米飯(蔬食日)		主食：紫米飯		主食：米糕		勞動節放假	
泰式打拋雞	數量	炒什錦	數量	可樂滷肩排肉	數量	古早味魚鬆米糕	數量		
雞絞肉	63	素火腿 1K/條	15	肩排肉	69	糯米	60		
蒜末	0.7	大黑輪	24	腱肉丁	9	胡椒粉 1斤/包	2		
牛番茄	12	西洋芹加工	19.5	可口可樂 2L/瓶	2	油蔥酥 600g/包	2		
九層塔	0.7	辣椒末	0.3	辣椒	0.1	醬油(箱)	庫存		
辣椒末	0.4	辣豆瓣醬 3L/桶	1	蔥段	0.3				
魚露 500ml/瓶	12			薑片	0.4				
檸檬原汁 950g/瓶	3			蒜仁	0.3				
素蠔油 6K/桶	1			冰糖 3K/包	1				
二砂糖(箱)	1			醬油、素蠔油、二砂糖、滷包、米酒	庫存				
醬油(箱)	1			紫米	0.7	鮭魚鬆 15g/包	782		
蒜炒白花椰	數量	黑木耳炒蛋	數量	培根高麗菜	數量	香滷肉燥	數量		
生鮮白花椰菜加工	38.5	洗選蛋	37	高麗菜加工	34.5	低脂絞肉	42		
紅蘿蔔片	0.2	黑木耳絲(乾) 600g/包	2	培根	3	油豆腐丁(2*2)	21		
蒜碎	0.2	青蔥花	0.5	蒜碎	0.2	紅蔥頭末	0.5		
精鹽(袋)	1	紅蘿蔔絲	5			蒜末	0.5		
		鹽、醬油	庫存			油蔥酥 600g/包	庫存		
						素蠔油 6K/桶	1		
蒜炒大陸妹	數量	薑炒青松菜	數量	薑炒青油菜	數量	涼拌小黃瓜	數量		
大陸妹加工	32	有機青松菜加工	30.5	有機青油菜加工	30.5	小黃瓜切片(圓薄片)	33.5		
蒜碎	0.2	薑絲	0.2	薑絲	0.2	蒜碎	0.9		
						辣椒切段(1.5cm)	0.2		
						白醋、鹽、二砂糖、沙拉油	庫存		
冬瓜肉片湯	數量	什錦羹湯	數量	養生蒜頭香菇雞湯	數量	紫菜蛋花湯	數量		
冬瓜大塊	32	桶筍絲	12	骨腿丁	33	紫菜 120g/包	5		
火鍋肉片	12	金針菇	7	蒜仁	2	洗選蛋	13.5		
薑絲	0.3	紅蘿蔔絲	5	乾香菇(朵)	0.7	青蔥花	0.2		
雞粉、香油	庫存	黑木耳絲(乾) 600g/包	1			大骨	3		
		洗選蛋	13.5			香油、雞粉	庫存		
		大骨	3						
		太白粉	3						
		烏醋 5L/桶	1			刷蛋菠蘿麵包(小) 60g/個	782		
		香油 3L/桶	庫存	百香果原汁(盒裝) 90g	783	福樂蘋果牛奶 200ml/瓶	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