

110學年度第2學期臺南市立頂洲國小營養午餐食譜菜單

第19週

日期	主食	主菜				副菜				青菜				湯類				水果
		名稱	廠商	數量	單位	名稱	廠商	數量	單位	名稱	廠商	數量	單位	名稱	廠商	數量	單位	
6月13日 星期一	香Q白飯	香酥圓鱈魚片				酸菜麵腸				蠔油油菜				蘿蔔魚丸湯				
		圓鱈魚片		120	片	鹹菜絲		3	Kg	油菜		7	Kg	白蘿蔔		3	Kg	
6月14日 星期二	白飯	油豆腐滷肉臊				南瓜雞丁				有機蔬菜				大黃瓜雞湯				乳品
		絞肉		6	Kg	雞胸切丁		6	Kg	有機蔬菜		7	Kg	大黃瓜		3	Kg	
6月15日 星期三	肉絲蛋拌飯	滷包		1	包	南瓜		3	Kg	沙茶醬		自備		骨腿		3	Kg	水果
		油豆腐		2	Kg	紅蘿蔔		1	條									
6月16日 星期四	白飯	洋蔥				洋蔥		2	Kg	蒜香青花菜				海芽豆腐湯				水果
		肉絲		6	Kg	肉片		6	Kg	青花菜		7	Kg	海芽		自備		
6月17日 星期五	油蔥湯拉麵	雞蛋		4	Kg	豆干		3	Kg	紅蘿蔔		1	條	嫩豆腐		8	盒	
		薑末		0.3	Kg	高麗菜		4	顆	紅蔥醬		自備		味噌		自備		
6月17日 星期五	油蔥湯拉麵	青蔥		0.3	Kg	辣椒		0.5	Kg	沙茶有機蔬菜				蔬菜龍骨湯				水果
		香酥雞丁				蔬菜豆腐煲				有機蔬菜		7	Kg	龍骨丁		3	Kg	
6月17日 星期五	油蔥湯拉麵	雞胸切丁		9	Kg	豆芽菜		4	Kg	沙茶醬		自備		金針菇		3	Kg	
		地瓜		3	Kg	粗豆腐		1	板					高麗菜		3	顆	
6月17日 星期五	油蔥湯拉麵	媽媽拉麵				絞肉		自備		香酥馬鈴薯條				油蔥湯				
		肉絲		3	Kg	生薑切末		0.3	Kg	馬鈴薯條		3	包	豆芽菜		4	Kg	
6月17日 星期五	油蔥湯拉麵	油蔥酥				青蔥		0.3	Kg					韭菜		0.5	Kg	
		黑胡椒粒				乳瑪琳		自備						油蔥醬		自備		