

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12週

日期	主食	主菜					副菜					青菜					湯類					水果			
		名稱	廠商	數量	單位	總數	單位	名稱	廠商	數量	單位	總數	單位	名稱	廠商	數量	單位	總數	單位	名稱	廠商	數量	單位	總數	單位
4月25日 星期一	海鮮粥 （一蔬食）	海鮮粥					醬燒豆腐					蒜炒青江菜					冰烤地瓜								
		魷魚圈		1	包		粗豆腐		1	板		青江菜		7	Kg		冰烤地瓜		120	份					
		筍絲		4	Kg		蔥段		0.3	Kg		蒜末		0.3	Kg										
		芹菜		0.5	Kg		鴻喜菇		2	Kg															
		魚丸		1	包		雪白菇		2	Kg															
4月26日 星期二	白飯	三杯棒腿					打拋豬肉					有機蔬菜					巧達濃湯								
		小棒腿		12	Kg		絞肉		3	Kg		有機蔬菜		7	Kg		馬鈴薯		2	Kg					
		薑片		0.3	Kg		牛番茄		4	Kg		蒜末		0.3	Kg		洋蔥		1	Kg					
							蒜末		0.3	Kg							鮮奶油		1	瓶					
4月27日 星期三	古早味炒米粉	古早炒米粉					醬爆雞丁					蒜炒油菜					蔭鳳梨苦瓜雞湯								
		肉絲		3	Kg		雞清肉丁		6	Kg		油菜		7	Kg		蔭鳳梨		2	瓶					
		高麗菜		4	Kg		小黃瓜		2	Kg		蒜末		0.3	Kg		骨腿丁		6	Kg					
		紅蘿蔔		1	條		蒜末		0.3	Kg							苦瓜		2	條					
		芹菜		0.5	Kg																				
		香菇		0.5	Kg																				
4月28日 星期四	白飯	滷棒腿					浮水魚羹					有機蔬菜					醬瓜雞湯								
		大棒腿		120	支		魚羹		1	包		有機蔬菜		7	Kg		醬瓜		1	罐					
		滷包		自備			大白菜		4	Kg		蒜末		0.3	Kg		光雞丁		6	Kg					
							筍絲		3	Kg															
							黑木耳		0.5	Kg															
4月29日 星期五	海苔飯捲 D I Y	泰式醬豬排					玉米蒸蛋					蒜炒鵝白菜					茶壺湯								
		里肌肉片		120	片		雞蛋		5	Kg		鵝白菜		7	Kg		蝦仁		1	Kg					
		泰式甜辣醬		1	瓶		玉米粒		2	Kg		蒜末		0.3	Kg		雞胸肉		3	Kg					
		海苔片		120	小包		蔥末		0.3	Kg							白蘿蔔		2	條					
							毛豆仁		1	Kg							杏鮑菇		0.5	Kg					
																	大骨粉		1	包					