

## 110學年度第2學期台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 （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						乳品			
		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									
																				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						水果			
		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						水果			
		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DIY	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											