**台南市立山上國中營養午餐菜單及食材**

 103學年度 第2學期 第19 週

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **日期**  **星**  **期**  | **供應人數** |  **菜 名**  | **食材****內容** |
| **主 食** | **副 食** |
| 6月15日 | 星期一 | 80人 | wer白 飯 | 1.筍干扣肉 | 筍干、五花肉丁、梅花肉丁、茶葉蛋、扁蒲、金針菇、冬瓜、蛤蜊 |
| 2.茶葉蛋 |
| 3.扁蒲燴金針菇 |
| 4.冬瓜蛤蜊湯 |
| 6月16日 | 星期二 | 100人 | wer烏龍麵 | 1.肉絲炒烏龍麵 | 豬肉絲、豆芽菜、紅蘿蔔、香菇、青蔥、生粉角、綠豆 |
| 2.QQ綠豆湯 |
| 6月17日 | 星期三 | 100人 | wer白 飯 | 1.炸雞翅 | 雞大翅、海茸、蒜仁、九層塔、豆薯、豬肉絲、四神包、薏仁、豬小腸 |
| 2.塔香海茸 |
| 3.豆薯炒肉絲 |
| 4.四神湯(四神包、薏仁、豬小腸) |
| 6月18日 | 星期四 | 100人 |  (蔬果日) | 1.炒飯 (高麗菜、紅蘿蔔、洋蔥、雞蛋) | 高麗菜、紅蘿蔔、洋蔥、香菇、油豆腐、冬瓜糖塊 |
| 2.油豆腐滷香菇 |
| 3.水果 |
| 4.冬瓜茶 |
| 6月19日 | 星期五 | ***端午節******佳節愉快*** |

設計人：蔣佳穎

**台南市立山上國中一週菜單採購表**

 103學年度 第2學期 第19週

|  |  |
| --- | --- |
| 日期 星期 | **採購內容及數量** |
| 6月15日 | 星期一 | * 今日教職員與畢業生一起用餐，辦公室不備餐，準備80份即可。

筍干1.5公斤、五花肉丁1.5公斤、梅花肉丁2公斤茶葉蛋80顆扁蒲(刨絲)3.5公斤、金針菇0.5公斤冬瓜(切小塊) 2公斤、蛤蜊1.5公斤 |
| 6月16日 | 星期二 | * 9年級畢業，飯量、菜量今日開始請減少40人份~

豬肉絲2公斤、高麗菜2公斤、、蒜仁0.2公斤、烏龍麵15公斤紅蘿蔔絲1公斤、溼香菇1.5公斤、青蔥0.5公斤綠豆2公斤、生粉角0.6公斤薏仁0.3公斤(週三 四神湯使用) |
| 6月17日 | 星期三 | 調理雞大翅100支海茸5公斤、蒜仁0.2公斤、九層塔0.2公斤豆薯(切絲)4公斤、青蔥0.2公斤、豬肉絲1公斤四神包1包、豬小腸1公斤、 |
| 6月18日 | 星期四 | 高麗菜2公斤、洋蔥(切細丁)1.5公斤、甜玉米1.5公斤雞蛋2公斤、紅蘿蔔(切細丁)0.5公斤、青蔥0.2公斤四角油豆腐100塊、濕香菇(切片) 1公斤、蒜仁0.2公斤冬瓜糖塊5塊 |
| 6月19日 | 星期五 | ***端午節******佳節愉快*** |

連絡人:蔣佳穎護理師 電話：(06)5781023轉20 (健康中心)