**台南市立山上國中營養午餐菜單及食材**

103學年度 第一學期 第18週

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **日期**    **星**  **期** | | **供應人數** | **菜 名** | | **食材**  **內容** |
| **主 食** | **副 食** |
| 12  月  29  日 | 星  期  一 | 138人 | wer白 飯 | 1. 南瓜滷肉 | 南瓜、芋頭、豬肉丁、五花肉丁、梅花肉丁、高麗菜、紅蘿蔔、筍干、油豆腐、地瓜、湯圓、紅豆 |
| 2. 炒高麗菜 |
| 3. 筍干滷油豆腐 |
| 4. 湯圓 |
| 12  月  30  日 | 星  期  二 | 138人 | wer麥片飯 | 1. 黑椒骨排 | 黑椒骨排、包心菜、海帶根、筍絲、雞排丁 |
| 2. 開陽白菜 |
| 3. 炒海帶根 |
| 4. 筍絲雞湯 |
| 12  月  31  日 | 星  期  三 | 138人 | wer  蔬食日 | 1. 大腸麵線 | 當歸麵線、豬小腸、高麗菜、小貢丸、香菜、花枝丸 |
| 2. 炸花枝丸(二粒/人) |
| 3. 麵包 |
|  |
| 1  月  1  日 | 星  期  四 | 138人 |  | | |
| 1  月  2  日 | 星  期  五 | 138人 | **元 旦 補 假** | | |

設計人：張芳蓓 護理師 電話：(06)5781023轉20 (健康中心)

**台南市立山上國中一週菜單採購表**

103學年度 第一學期 第18週

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 日期  星期 | | **採購內容及數量** |
| 12  月  29  日 | 星  期  一 | 1. 南瓜滷肉：南瓜(切大丁)3.5公斤、芋頭(切大丁)1公斤、豬肉丁4公斤、五花肉丁2公斤、梅花肉丁2公斤 2. 炒高麗菜 (高麗菜、紅蘿蔔)：高麗菜9.5公斤、紅蘿蔔0.5公斤 3. 筍干滷油豆腐：筍干3.5公斤、油豆腐138塊(約3.5公斤,偏小塊) 4. 湯圓：地瓜(切丁) 3公斤、包餡甜湯圓(口味綜合)16盒、小湯圓3公斤、甜紅豆3罐 |
| 12  月  30  日 | 星  期  二 | 1. 黑椒骨排：黑椒骨排138片 2. 開陽白菜：包心菜10公斤 3. 炒海帶根：海帶根7公斤 4. 筍絲雞湯：筍絲2.5公斤、雞排丁4公斤 |
| 12  月  31  日 | 星  期  三 | 1. 大腸麵線：當歸麵線8.5公斤、豬小腸4公斤、高麗菜2公斤、小貢丸1公斤、香菜0.3公斤 2. 炸花枝丸(二粒/人)：花枝丸276粒 3. 麵包138個 |
| 1  月  1  日 | 星  期  四 |  |
| 1  月  2  日 | 星  期  五 | **元 旦 補 假** |

設計人：張芳蓓 護理師 電話：(06)5781023轉20 (健康中心)