**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)