

## 臺南市立新市國民中學 114學年度第二學期第16週午餐食譜

5月25日 (星期一)		5月26日 (星期二)		5月27日 (星期三)		5月28日 (星期四)		5月29日 (星期五)	
主食：白米飯		主食：白米飯		主食：白米飯(蔬食日)		主食：胚芽飯		主食：牛排麵	
黑胡椒雞丁	數量	炸香腸	數量	紅燒獅子頭	數量	瓜仔肉燥	數量	紅燒豬肉麵	數量
去皮清肉丁	66	信功香腸(1人1條) 約42-45g/條	39	素紅燒獅子頭 2顆/人	1560	溫體豬絞肉(瘦肉)	69	牛排麵	120
洋蔥大塊	17	沙拉油 18L/桶	3	山東大白菜加工	14	脆花瓜 3K/罐	3	腓肉丁	36
黑胡椒醬 2.3K/桶	1			蔥段	0.3	蒜末	0.8	軟骨丁	33
醬油(箱)	1			薑片	0.4	蔥末	0.4	白蘿蔔大塊	37
二砂糖(箱)	庫存			醬油(箱)	庫存	乾香菇絲	0.7	紅蘿蔔大塊	10.5
素蠔油 6K/桶	1			太白粉	1.5	油蔥酥 600g/包	1	小白菜段	22.5
						醬油、素蠔油、二砂糖	庫存	生薑片	0.7
								青蔥段	0.5
								辣豆瓣醬 3L/桶	1
								素蠔油 6K/桶	1
						胚芽米	0.7	醬油	庫存
								滷包 400g/包	1
蒜炒白花椰	數量	咖哩馬鈴薯	數量	玉米炒蛋	數量	涼拌小黃瓜	數量		
生鮮白花椰菜加工	37	馬鈴薯中丁	34	冷凍玉米粒 1K/包	25	小黃瓜切片(圓薄片)	33.5		
紅蘿蔔片	0.2	洋蔥中丁	18.5	洗選蛋	33.5	蒜碎	0.9		
蒜碎	0.2	紅蘿蔔中丁	3.5	青蔥花	0.3	辣椒	0.2		
精鹽(袋)	1	咖哩塊 1K/盒	3	黑胡椒顆粒 600g/包	庫存	白醋 5L/桶	1		
		咖哩粉 1K/袋	1			二砂糖、沙拉油、鹽	庫存		
金針絲瓜	數量	薑炒蚵白菜	數量	薑炒小松菜	數量	蒜炒高麗菜	數量		
絲瓜(去皮)	53.5	有機蚵白菜加工	30.5	有機小松菜加工	30.5	高麗菜加工	34.5		
金針菇	3	薑絲	0.2	薑絲	0.2	紅蘿蔔片	0.2		
蒜碎	0.3					蒜碎	0.2		
鮮筍排骨湯	數量	海芽味噌湯	數量	里港餛飩湯	數量	冬瓜肉片湯	數量	麵包	數量
鮮筍片	22.5	板豆腐	30	里港文富餛飩 1.5K/包	21	冬瓜大塊	32	香濃巧克力捲 40g/個	778
排骨	12	味噌 3K/箱	3	芹菜珠	0.3	火鍋肉片	12		
薑絲	0.2	乾海帶芽	0.5	胡椒粉、鰹魚粉	庫存	薑絲	0.3		
芹菜珠	0.3	青蔥花	0.2	大骨	3	雞粉、香油	庫存		
烹大師鰹魚粉 1K/包	庫存	烹大師鰹魚粉 1K/包	庫存						
胡椒粉 1斤/包	1	香油 3L/桶	1						
				紅龍果 130g	780			蘋果好朋友 300cc/瓶	778

本校一律使用國產豬、牛肉食材

本校營養午餐有供應甲殼類、花生、牛奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質穀物、大豆、魚類等其製品