

臺南市立新市國民中學 114學年度第二學期第19週午餐食譜

6月15日 (星期一)		6月16日 (星期二)		6月17日 (星期三)		6月18日 (星期四)		6月19日 (星期五)	
主食：蕎麥飯		主食：白米飯(蔬食日)		主食：白米飯		主食：義大利麵			
沙茶蔥爆腿肉絲	數量	酥炸虱目魚排	數量	北京烤鴨	數量	奶油白醬培根義大利麵	數量		
溫體腿肉絲	52	原作放大版虱目魚排 60片/箱(67g/片)	10	烤鴨/隻	34	螺旋麵 500g/包	50		
蔥段	1.4	沙拉油 18L/桶	2	高麗菜加工	24	洋蔥小丁	18.5		
薑片	0.4			甜麵醬 3100g/桶	2	雪白菇	12		
蒜碎	0.5			蒜碎	0.7	玉米筍切丁(不要太小)	6.5		
沙茶醬 3K/罐	1			精鹽、二砂糖、沙拉油	庫存	白醬 3.3K/桶	9		
醬油(箱)	1					奶粉 1.5K/包	2		
						培根	30		
						蘑菇	6		
						蒜末	0.6		
蕎麥	0.5								
油蔥豆芽	數量	洋蔥炒蛋	數量	大黃瓜炒魚丸	數量	蒜炒綠花椰	數量		
豆芽菜	23	洋蔥大絲	21	大黃瓜切塊	28	生鮮綠花椰菜加工	25.5		
韭菜段	0.5	洗選蛋	20	虱目魚丸(小) 3K/包	2	紅蘿蔔片	0.2		
油蔥酥 600g/包	庫存			紅蘿蔔片	0.2	蒜碎	0.2		
				蒜碎	0.2				
薑炒青江菜	數量	薑炒黑葉白菜	數量	薑炒小松菜	數量	玉米濃湯	數量		
青江菜加工	22	有機黑葉白菜加工	22	有機小松菜加工	22	火腿丁 1K/包	4		
薑絲	0.2	薑絲	0.2	薑絲	0.2	洋蔥小丁	7		
						馬鈴薯小丁	7		
						冷凍玉米粒 1K/包	13		
						玉米醬 2.95K/罐	3		
						洗選蛋	10.5		
						太白粉	2		
						奶粉 1.5K/包	1		
						無鹽奶油 450g/包	2		
蘿蔔玉米排骨湯	數量	什錦泡菜湯	數量	豆薯蛋花湯	數量	麵包	數量		
白蘿蔔大塊	23	韓式泡菜 3K/包	4	豆薯絲	12.5	愛心牛奶球 55g/包	589		
玉米塊	8.5	高麗菜中塊	9	洗選蛋	7				
排骨	9	金針菇	2.5	青蔥花	0.8				
芹菜珠	0.2	板豆腐	15	大骨	3				
烹大師鱈魚粉1K/包	1	韓式年糕	6	香油、胡椒粉、二砂糖、精鹽	庫存				
胡椒粉 1斤/包	庫存	大骨	3						
		烹大師鱈魚粉1K/包	庫存						
愛文芒果 300g	588					義美鮮奶 200ml/瓶	589		

端午節放假

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