

臺南市立新市國民中學 114學年度第二學期第8週午餐食譜

3月30日 (星期一)		3月31日 (星期二)		4月1日 (星期三)		4月2日 (星期四)		4月3日 (星期五)	
主食：白米飯		主食：胚芽飯		主食：白米飯(蔬食日)		主食：雞滷飯			
黑胡椒雞丁	數量	紅燒豬肉	數量	樹子蒸鱸魚	數量	雞滷飯	數量		
去皮清肉丁	69	紅蘿蔔大塊	2.5	鱸魚切丁	51	白米	庫存		
洋蔥大絲	15.5	白蘿蔔大塊	23	洋蔥大絲	14	雞肉絲 1K/包	54		
黑胡椒醬 2.3K/桶	1	腱肉丁	60	薑絲	0.7	油蔥酥 600g/包	2		
醬油、二砂糖、素蠔油	庫存	五花肉丁	6	樹子(破布子) 3K桶	2	低脂絞肉	45		
		青蔥段	0.3	醬油(箱)	庫存	油豆腐丁(2*2)	14		
		薑片	0.4	玻璃紙	2	紅蔥頭末	0.5		
		素蠔油 6K/桶	1			蒜末	0.5		
		醬油、二砂糖、辣豆瓣醬、滷包	庫存			素蠔油 6K/桶	1		
						米酒	庫存		
		胚芽米	0.7						
蒜炒小黃瓜	數量	蒜炒白花椰	數量	番茄炒蛋	數量	蒜炒高麗菜	數量		
小黃瓜切片	34.5	生鮮白花椰菜加工	40	牛番茄	18	高麗菜加工	34.5		
蒜碎	0.2	紅蘿蔔片	0.2	洗選蛋	41.5	紅蘿蔔片	0.3		
精鹽	1	蒜碎	0.2	番茄醬 3.33K/罐	1	蒜碎	0.2		
薑炒小松菜	數量	蒜炒空心菜	數量	薑炒黑葉白菜	數量	蘿蔔米血排骨湯	數量		
有機小松菜加工	31	空心菜加工	33.5	有機黑葉白菜加工	31	白蘿蔔大塊	31		
薑絲	0.2	蒜碎	0.2	薑絲	0.2	冷凍米血塊(裁切)	12		
						排骨	12		
						芹菜珠	0.3		
						鯉魚粉、胡椒粉	庫存		
豆薯肉絲湯	數量	大頭菜排骨湯	數量	什錦羹湯	數量	麵包	數量		
豆薯絲	17.5	大頭菜大塊	32	桶筍絲	12	巧克力麵包(小) 60g/個	780		
新鮮木耳絲	2	排骨	12	金針菇	7	三和滋生豆奶 200ml/杯	780		
蔥花	0.2	香菜	0.3	紅蘿蔔絲	5				
豬肉絲	12			黑木耳絲(乾) 600g/包	1				
				洗選蛋	13.5				
				大骨	3				
				太白粉	3				
				烏醋 5L/桶	1				
				香油 3L/桶	庫存				
				富士蘋果 270g	781				

調整為放假日(逢4/4(六)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