

2022/12/5				2022/12/6				2022/12/7				2022/12/8				2022/12/9				
星期一				星期二				星期三				星期四				星期五				
主食(食材)	數量	單位	備註	主食(食材)	數量	單位	備註	主食(食材)	數量	單位	備註	主食(食材)	數量	單位	備註	主食(食材)	數量	單位	備註	
白飯				燕麥飯				麵食				有機糙米飯				小米飯				
主菜：瓜仔肉燥				主菜：香鬆魚柳				主菜：義大利肉醬麵				主菜：馬鈴薯燉肉				主菜：海鮮煲				
低脂絞肉	33	kg	CAS	虱目魚柳	29	kg		貝殼麵	28	kg	3-5天訂 \$40/500g	豬肉丁	24	kg	CAS、胛心	小魚丸	9	kg	CAS	
瓜仔罐	2	罐		味島海苔	3	包		鮮香菇	4	kg		馬鈴薯	12	kg	去皮	虱目魚肚	13	kg	煮湯切塊	
蒜碎	1	kg		味島鰹魚	3	包		鮑魚菇	3.5	kg		紅蘿蔔	3	kg	去皮	虱目魚皮	13	kg	煮湯要切	
				小袋子	半斤/包			洋蔥	8.5	kg	去皮	辣椒	0.1	kg		肉絲	6	kg	CAS	
								紅蘿蔔	3	kg	去皮	滷包	3	包						
								低脂絞肉	12	kg	CAS									
								番茄醬	1	罐										
副菜：螞蟻上樹				副菜：黑胡椒豆芽菜				副菜：榨菜茼蒿絲				副菜：薑絲豆皮								
冬粉	2.5	捆		豆芽菜	30	kg	不漂白	蘑菇醬	1.5	罐		榨菜絲	12	kg	HACCP	豆菊	15	kg	非基改	
高麗菜	15	kg	去粗葉、高山	紅蘿蔔	1.4	kg	去皮	牛排醬	1	罐		茼蒿絲	5	包	HACCP	紅蘿蔔	2	kg	去皮	
沙茶醬	0.5	瓶		蒜碎	0.4	kg						紅蘿蔔	2	kg	去皮	薑絲	0.6	kg	不漂白	
豆瓣醬	少許		辣味	黑胡椒醬	1	罐						毛豆仁	3	kg	CAS	濕木耳	6	kg		
醬油	少許											蒜碎	0.4	kg						
副菜：奶油花椰菜				副菜：蒜炒有機蔬菜				副菜：燙青花菜				副菜：開陽白菜				副菜：芹香高麗菜				
白花椰菜	28	kg	加工	有機蔬菜	38	kg		綠花椰菜	15	kg	CAS	大白菜	35	kg	去粗葉	高麗菜	27	kg	去粗葉	
培根碎片	3	kg	CAS	蒜碎	0.4	kg						紅蘿蔔	1	kg	去皮	芹菜	2.5	kg	去菜葉	
蒜碎	0.4	kg										薑絲	0.1	kg	不漂白					
乳香玉米濃湯粉	2	kg	小磨坊									扁魚	0.1	kg						
湯：紫菜蛋花湯				湯：南瓜濃湯				湯：雙菇鮮味湯				湯：蟹肉蛋花湯				湯：筍絲大骨湯				
雞蛋	10.8	kg		南瓜	12	kg	去皮籽	白蘿蔔	22	kg	去皮	雞蛋	17	kg		鮮竹筍絲	19	kg		
紫菜	0.6	kg		青蔥	0.7	kg	去蔥尾	鮮香菇	2	kg		青蔥	2.3	kg	去蔥尾	乾香菇	0.5	kg		
青蔥	0.9	kg	去蔥尾	雞蛋	8.4	kg		秀珍菇	2.5	kg		蟹肉棒	1	包	章Q	嫩薑絲	0.5	kg		
鰹魚粉	少許			玉米濃湯粉	5	包		雞骨	6	kg	CAS冷藏	鰹魚粉	少許			大骨	6	kg	CAS	
																鰹魚粉	少許			
																副菜：巧克力麵包(大)				
飲品-優酪乳								水果				水果				巧克力麵包	600	份		

執行秘書： 護理師： 總務主任： 校長：

本校一律使用國產豬、牛肉食材