

2020/6/29				2020/6/30				2020/7/1				2020/7/2				2020/7/3			
星期一				星期二				星期三				星期四 期末考				星期五 期末考			
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			減量69人	白飯			減量69人	麵食			減量69人	有機糙米飯			減量69人	白飯			減量69人
主菜：什錦肉絲				主菜：薑絲蒸魚				主菜：漢堡				主菜：親子丼				主菜：鳥蛋肉燥			
肉絲	18	15kg	CAS	水晶魚	490	425份	切片、開殼/份、包減半後約13%	漢堡麵包	622	份		洋蔥	17	15kg	去皮	鳥蛋	9	8kg	HACCP
玉米粒	12	10kg	非基改、CAS	水晶魚備份	40	35份	切片、開殼/份、包減半後約13%					雞蛋	16	14kg		低脂絞肉	24	21kg	CAS
乾香菇	0.3	0.2kg		豆腐	4	3板	非基改、HACCP					青蔥	1.2	1kg	去蔥尾	蒜碎	0.4	0.4kg	
紅蘿蔔	4.7	4kg	去皮	豆豉	2	2包						去骨帶皮腿排肉丁	36	30kg	CAS切丁	滷包	3	3包	
胡椒鹽	0.5	包		老薑絲	1	1kg	不漂白	幼1-4：備份1 5-6：備份10 廚9+樣3 辦：45				鴻禧菇	2.5	2kg					
												米酒	1	1罐					
												味醂	1	1桶					
												醬油	少許						
副菜：青蔥蒸蛋				副菜：咖哩花椰菜				副菜：肉排				副菜：玉米毛豆炒肉				副菜：沙茶高麗菜豆干			
雞蛋	24	21kg		冷凍白花椰菜	34	30kg	CAS	肉排	545	份	70-80g/份、HACCP	玉米粒	12	10kg	非基改、CAS	高麗菜	10	8.5kg	去粗葉
青蔥	0.6	0.5kg	去蔥尾	咖哩粉	0.5	盒						毛豆仁	6	5kg	CAS	黑豆干丁	18	15kg	9丁、非基改、HACCP
柴魚	0.5	包										紅蘿蔔	6	5kg	去皮	蒜碎	0.5	0.4kg	
								含備份				低脂絞肉	3	3kg	CAS	沙茶醬	0.5	瓶	
																	醬油	少許	
副菜：蒜炒高麗菜				副菜：蒜炒有機蔬菜				副菜：清炒小黃瓜				副菜：蒜炒有機蔬菜				副菜：蒜炒絲瓜			
高麗菜	34	29kg	去粗葉	有機蔬菜	35	30kg	民安	小黃瓜	25	21kg		有機蔬菜	35	30kg		絲瓜	33	29kg	去頭尾、去皮
紅蘿蔔	1.5	1.3kg	去皮	蒜碎	0.4	0.4kg						蒜碎	0.4	0.4kg		冬粉	0.9	0.8捆	
蒜碎	0.4	0.4kg														蒜碎	0.4	0.4kg	
湯：胡瓜排骨湯				湯：關東煮				湯：南瓜濃湯				湯：筍片龍骨湯				湯：菇菇肉絲湯			
胡瓜	23	20kg	去皮籽	白蘿蔔	16	14kg	去皮	南瓜	12	10kg	去皮籽	筍片	8	7kg		金針菇	6	5kg	
龍骨	9	9kg	CAS	秀珍菇	4	3.5kg		青蔥	0.7	0.6kg	去蔥尾	龍骨	9	9kg	CAS	鮮香菇	2	1.7kg	
				黑輪條	6	6kg	CAS	雞蛋	8.4	7.2kg						杏鮑菇	2	1.7kg	
								玉米濃湯粉	5	4包						肉絲	3	3kg	CAS
				水果 減量															