

臺南市立新市國民中學 114學年度第一學期第15週午餐食譜

12月8日 (星期一)		12月9日 (星期二)		12月10日 (星期三)		12月11日 (星期四)		12月12日 (星期五)	
主食：白米飯		主食：白米飯		主食：藜麥飯		主食：白米飯(蔬食日)		主食：粥	
醬爆骨腿	數量	薑汁燒肉	數量	香滷肉燥	數量	蒸蒲燒鯛魚	數量	皮蛋瘦肉粥	數量
骨腿丁	72	豬肉片	63	低脂絞肉	63	蒲燒鯛魚 55g	782	白米	庫存
冷凍米血塊(裁切)	15	火鍋肉片	14	油豆腐丁(2*2)	16	洋蔥大絲	16	豬肉絲	18
洋蔥大塊	13	洋蔥粗絲	12	紅蔥頭末	0.5			洗選蛋	18
甜麵醬2.6K/桶	1	蒜泥	0.9	蒜末	0.5			皮蛋 240粒/箱	1
醬油(箱)	庫存	薑泥	0.9	油蔥酥 600g/包	2			皮蛋 /顆	115
二砂糖(箱)	2	味醂 1.8L/罐	3	醬油、二砂糖	庫存			冷凍玉米粒 1K/包	19
		醬油、二砂糖	庫存	素蠔油 6K/桶	1			紅蘿蔔小丁	9
								毛豆仁 500g/包	9
								芹菜珠	0.7
								油蔥酥 600g/包	1
				藜麥	0.7			胡椒粉 1斤/包	庫存
蒜炒高麗菜	數量	蒜香大黃瓜	數量	油蔥豆芽	數量	蔥花炒蛋	數量	滷筍干	數量
高麗菜加工	36	大黃瓜切塊	45	豆芽菜	33	洗選蛋	43.5	筍乾	36
紅蘿蔔片	0.3	紅蘿蔔片	0.2	韭菜段	0.5	青蔥花	3	五花肉丁	9
蒜碎	0.2	蒜碎	0.2	油蔥酥 600g/包	庫存			蒜碎	0.8
								冰糖 3K/包	1
								醬油、素蠔油	庫存
薑炒菠菜	數量	薑炒黑葉白菜	數量	蒜炒綠花椰	數量	薑炒小松菜	數量		
菠菜加工	37	有機黑葉白菜加工	32	生鮮綠花椰菜加工	42.5	有機小松菜加工	32		
薑絲	0.2	薑絲	0.2	紅蘿蔔片	0.3	薑絲	0.2		
				蒜碎	0.2				
什錦羹湯	數量	翡翠蛋花湯	數量	冬瓜排骨湯	數量	白蘿蔔玉米排骨湯	數量	麵包	數量
桶筍絲	12	翡翠 300g/盒	25	冬瓜大塊	32	白蘿蔔大塊	31.5	芝麻包 30g/粒	782
金針菇	7	洗選蛋	14	排骨	12	玉米塊	12		
紅蘿蔔絲	5	太白粉	3	薑絲	0.3	排骨	12		
黑木耳絲(乾) 600g/包	1	雞粉、香油	庫存	雞粉、香油	庫存	芹菜珠	0.3		
洗選蛋	13.5					烹大師鰹魚粉 1K/包	庫存		
大骨	3					胡椒粉 1斤/包	1		
太白粉	3.5								
烏醋 5L/桶	1								
愛妃蘋果 250g	781							乳香世家杯奶脆片 245ml/杯	782

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