

## 臺南市立新市國民中學 114學年度第二學期第13週午餐食譜

5月4日 (星期一)		5月5日 (星期二)		5月6日 (星期三)		5月7日 (星期四)		5月8日 (星期五)	
主食：白米飯		主食：藜麥飯		主食：白米飯(蔬食日)		主食：白米飯		主食：麵	
醬爆骨腿	數量	紅燒豬肉	數量	樹子蒸鯛魚	數量	酥炸排骨酥	數量	豆芽菜麵	數量
骨腿丁	69	紅蘿蔔大塊	2.5	鯛魚切丁	51	豬腿肉	81	豆芽麵	99
冷凍米血塊(裁切)	15	白蘿蔔大塊	22	洋蔥大絲	13.5	地瓜粉	15	豆芽菜	28.5
洋蔥大塊	15	腱肉丁	60	薑絲	0.7	沙拉油 18L/桶	4	蒜碎	2
甜麵醬 2.6K/桶	1	五花肉丁	6	樹子(破布子) 3K/桶	2	鹽、麩酸鈉、胡椒、蒜頭粉	庫存	低脂絞肉	9
醬油、二砂糖	庫存	青蔥段	0.3	醬油(箱)	庫存	肉桂、大茴、小茴、丁香	庫存	東成辣椒醬 5L/桶	3
		薑片	0.4	玻璃紙(包)	1	花椒、甘草、糖、五香粉	庫存	醬油(箱)	庫存
		辣豆瓣醬 3L/桶	1						
		滷包 400g/包	1						
		醬油、二砂糖、素蠔油	庫存						
		藜麥	0.7						
蒜炒大黃瓜	數量	油蔥豆芽	數量	番茄炒蛋	數量	蒜炒綠花椰	數量	紅燒滷味	數量
大黃瓜切塊	44	豆芽菜	32.5	牛番茄	18	生鮮綠花椰菜加工	38	海帶結	18
紅蘿蔔片	0.3	韭菜段	0.5	洗選蛋	42	紅蘿蔔片	0.2	大黑豆干丁(2*2)	20
蒜碎	0.2	油蔥酥 600g/包	1	番茄醬 3.33K/罐	1	蒜碎	0.2	五花肉丁	6
								腱肉丁	3
								素蠔油 6K/桶	1
								醬油、糖	庫存
薑炒油菜	數量	薑炒小白菜	數量	蒜炒空心菜	數量	薑炒蚵白菜	數量	海芽味噌湯	數量
油菜加工	30.5	小白菜加工	30.5	有機空心菜加工	31	有機蚵白菜加工	30.5	板豆腐	30
薑絲	0.2	薑絲	0.2	蒜碎	0.2	薑絲	0.2	味噌 3K/箱	3
								乾海帶芽	0.5
								青蔥花	0.2
								鱈魚粉、香油	庫存
蘿蔔玉米排骨湯	數量	翡翠蛋花魚丸湯	數量	玉米濃湯	數量	榨菜肉絲湯	數量	麵包	數量
白蘿蔔大塊	31.5	翡翠 300g/盒	24	火腿丁 1K/包	6	榨菜絲 600g/包	19	切達起司貝果 111g/個	779
玉米塊	12	洗選蛋	12	洋蔥小丁	9.5	豬肉絲	12		
排骨	12	虱目魚丸(小) 3K/包	4	馬鈴薯小丁	9.5	青蔥花	0.2		
芹菜珠	0.3	太白粉	3	冷凍玉米粒 1K/包	17	雞粉、香油	庫存		
煮大師鱈魚粉 1K/包	1	雞粉 1K/罐	1	玉米醬 2.95K/罐	4				
胡椒粉 1斤/包	庫存	香油 3L/桶	庫存	洗選蛋	14.5				
				太白粉	3				
				奶粉 1.5K/包	1				
黃金奇異果 100g	779			無鹽奶油 450g/包	2			三和滋生豆奶 200ml/杯	779

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