

臺南市立新市國民中學 114學年度第二學期第14週午餐食譜

5月11日 (星期一)		5月12日 (星期二)		5月13日 (星期三)		5月14日 (星期四)		5月15日 (星期五)	
主食：白米飯		主食：白米飯(蔬食日)		主食：包高粽		主食：白米飯		主食：炒飯	
嫩薑絲黑木耳燒雞腿肉	數量	蒸蒲燒鯛魚	數量	肉包	數量	咖哩豬肉	數量	烏魚子炒飯	數量
骨腿丁	63	蒲燒鯛魚 55g	781	桂冠肉包 70g/個	781	腱肉丁	60	白米	32
洋蔥大絲	12.5	洋蔥大絲	14			五花肉丁	6	糙米	17
新鮮木耳絲	2					洋蔥大塊	9	紅藜麥	1.5
薑絲	0.4					馬鈴薯大塊	20.5	烏魚子 10台斤/箱	1
青蔥段	0.3					紅蘿蔔大塊	2	洗選蛋	15.5
辣椒	0.1					毛豆仁 500g/包	4	胡蘿蔔絲(手切成末)	10.5
醬油(箱)	1					咖哩塊 1K/盒	4	青蔥花	9
素蠔油 6K/桶	1					咖哩粉 1K/袋	1	黑胡椒顆粒、沙拉油	庫存
海苔粉 200g/包	1								
蒜炒白花椰	數量	蔥花炒蛋	數量	粽子	數量	小黃瓜炒蛋	數量	蒜炒高麗菜	數量
生鮮白花椰菜加工	38	洗選蛋	44.5	蛋黃香菇肉粽 150g/個	781	小黃瓜切片	24.5	高麗菜加工	33.5
紅蘿蔔片	0.2	青蔥花	3			洗選蛋	22.5	紅蘿蔔片	0.2
蒜碎	0.2					蒜碎	0.3	蒜碎	0.2
精鹽(袋)	1					精鹽、二砂糖、沙拉油	庫存		
油蔥酥炒地瓜葉	數量	薑炒小松菜	數量	黑胡椒毛豆	數量	薑炒黑葉白菜	數量	紫菜蛋花湯	數量
地瓜葉加工	30.5	有機小松菜加工	30.5	生毛豆莢	39	有機黑葉白菜加工	30.5	紫菜 120g/包	5
油蔥酥 600g/包	庫存	薑絲	0.2	黑胡椒顆粒 600g/包	1	薑絲	0.2	洗選蛋	14
蒜碎	0.2			香油 3L/桶	庫存			青蔥花	0.2
								大骨	3
								香油、雞粉	庫存
什錦羹湯	數量	芋頭西米露	數量	冬瓜貢丸排骨湯	數量	鮮筍排骨湯	數量	麵包	數量
桶筍絲	12	芋頭中丁	20	冬瓜大塊	32	鮮筍片	22.5	金榜題名蛋糕 60g/個	779
金針菇	7	西谷米	8	小貢丸 3K/包	3	排骨	12		
紅蘿蔔絲	5	椰漿 400ml/罐	11	排骨	12	薑絲	0.3		
黑木耳絲(乾) 600g/包	1	二砂糖(箱)	2	薑絲	0.3	芹菜珠	0.3		
洗選蛋	13.5	統一冰塊 600g/包	60	雞粉、香油	庫存	鰹魚粉、胡椒粉	庫存		
大骨	3								
太白粉	3								
烏醋 5L/桶	1								
香油 3L/桶	1								
胡椒粉 1斤/包	1			鳳梨 130g	781			活益比菲多 160ml/瓶	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