臺中市九德國民小學111學年度第1學期　8-9 月　第 1 週營養午餐食譜表

供應人數：1630　　**（肉品及可食豬肉部位　皆使用國產豬）**

日期	8月29日　星期一				8月30日　星期二				8月31日　星期三				9月1日　星期四				9月2日　星期五			
飯					燕麥飯				特餐				糙米飯				十穀米飯(蔬食日)			
項目	菜名	材料	每人(g)	採購量(kg)	菜名	材料	每人(g)	採購量(kg)	菜名	材料	每人(g)	採購量(kg)	菜名	材料	每人(g)	採購量(kg)	菜名	材料	每人(g)	採購量(kg)
主菜					古早味肉燥	粗絞肉	74	120	鮮筍粥	肉絲	13	21	卡滋虱目魚塊	虱目魚塊	60	4920P	黑椒油腐丁	油腐丁	61	100
						紅蔥末	1	2		鮮筍絲	28	45		(3塊/人.桂冠)				洋蔥大丁	18	30
						乾香菇絲	1	2		生香菇	3	5		胡椒鹽		1盒		白精靈菇	7	12
						豆乾丁	25	40		胡蘿蔔絲	6	10		百頁豆腐	###	250		生香菇切	7	12
						鴿蛋	25	40		雞蛋	11	18		蝦餅		4包		紅甜椒切	6	10
						油腐丁	12	20		芹菜去葉	1	2		蒜末		2		蘑菇醬		1桶
										紅蔥頭切片	1	2		青蔥		2		黑胡椒醬		2桶
										冬蝦	0	0.6						蒜片	1	1
						燕麥	9	15		乾香菇絲	1	1.5		先送十穀米	9	15				
副菜					胡瓜甜不辣	胡瓜切	80	130					蝦仁冬粉	冬粉	15	24	義式烘蛋	洗選蛋	61	100
						胡蘿蔔切	6	10						小蝦仁-漁會	9	15		洋蔥絲	12	20
						黑蠔菇	7	12	義式肉片	小肉片	57	93		粗絞肉	7	12		胡蘿蔔絲	6	10
						肉片	6	9		洋蔥大丁	31	50		胡蘿蔔絲	6	10		乳酪絲		4包
						甜不辣絲-漁	12	20		番茄	18	30		木耳絲	4	6		青豆仁	6	10
						蒜末	1	1		胡蘿蔔絲	5	8		大白菜切	28	45		義式起司粉		2
						青蔥	1	1		義式香料		1大罐		蒜末	1	1		紅椒絲	3	5
														青蔥	1	1		黃椒絲	3	5
時蔬青菜					青江菜	青江菜切	80	130	小白菜	小白菜切	80	130	有機空心菜	有機空心菜切	80	130	福山萵苣	福山萵苣切	80	130
						蒜末	1	1		薑絲	1	1		紅蔥末	1	1		蒜末	1	1
						金針菇	3	4.5		胡蘿蔔片	2	3		粗絞肉	4	6		鮑魚菇	2	4
湯					關東煮湯	白蘿蔔大丁	18	30	刈包	刈包	60	1630P	肉羹湯	鮮筍絲	26	42	薑汁豆花	豆花		70盒
						紅蘿蔔大丁	6	10						金針菇	3	5		熟花生片	6	10
						玉米段	12	20						木耳	2	3		薑汁		3罐
						黑輪條	6	10						胡蘿蔔絲	4	6		薑末	1	1
						小貢丸	6	10		先送糙米	9	15		肉絲	13	21		芋圓	3	5
						大骨	6	9						雞蛋	12	20		地瓜圓	3	5
						柴魚片		1大包						九層塔	1	1		二砂		20包
														青蔥	1	1				
														柴魚片		1大包				
營養供應比例	熱量(大卡)		0		熱量(大卡)		848.0		熱量(大卡)		660.1		熱量(大卡)		854.3		熱量(大卡)		690.4	
	全穀雜糧類(份)				全穀雜糧類(份)		5.5		全穀雜糧類(份)		5		全穀雜糧類(份)		5.5		全穀雜糧類(份)		5.5	
	豆魚蛋肉類(份)				豆魚蛋肉類(份)		4.0		豆魚蛋肉類(份)		2.2		豆魚蛋肉類(份)		4.3		豆魚蛋肉類(份)		2.1	
	蔬菜類(份)				蔬菜類(份)		2.0		蔬菜類(份)		1.7		蔬菜類(份)		1.5		蔬菜類(份)		1.5	
	油脂與堅果種子類(份)				油脂與堅果種子類(份)		2.5		油脂與堅果種子類(份)		2.3		油脂與堅果種子類(份)		2.5		油脂與堅果種子類(份)		2.5	
	水果類(份)				水果類(份)		0		水果類(份)		0		水果類(份)		0		水果類(份)		0	
	乳品類(份)				乳品類(份)		0		乳品類(份)		0		乳品類(份)		0		乳品類(份)		0	

臺中市九德國民小學111學年度第1學期　9 月　第　2 週營養午餐食譜表

供應人數：1630　　**（肉品及可食豬肉部位　　皆使用國產豬）**

日期	9月5日　星期一				9月6日　星期二				9月7日　星期三				9月8日　星期四				9月9日　星期五		
飯	**小米飯**				**紫米飯**				**特餐**				**薏仁飯**				**中秋連假**		
項目	菜名	材料	每人(g)	採購量(kg)	菜名	材料	每人(g)	採購量(kg)	菜名	材料	每人(g)	採購量(kg)	菜名	材料	每人(g)	採購量(kg)	菜名	材料	採購量(kg)
主菜	**麻油燜鴨**	鴨肉丁	80	130	**韓式棒棒腿**	棒棒腿	110	3260pc	**白醬義大利麵**	白油麵	155	252	**口水雞**	冷藏含皮雞胸丁	88	144			
		薑片	1	2		雞蛋	10	16		洋蔥切	18	30		小黃瓜絲	25	40			
		米血丁	25	40		蒜泥	2	3		胡蘿蔔小丁	6	10		紅蘿蔔絲	4	6			
		玉米段	18	30						三色豆	9	15		青蔥	1	1			
										玉米粒15K	9	15		薑絲	1	1			
						黏師父酥炸粉		1大袋		絞肉	18	30		蒜泥	1	1			
						味霖		5大罐		義大利香料粉		1P		乾辣椒	0	0.6			
		小米	9	15		韓式辣椒醬500g		2大盒		白醬奶油		4大包		碎花生	1	1.8			
		先送紫米	9	15		熟白芝麻		0.7		起司粉		3包		芝麻醬		1大桶			
副菜	**蛋酥白菜**	雞蛋	15	25	**金茸冬瓜**	冬瓜大丁	58	95		蒜泥		3	**海鮮蒸蛋**	洗選蛋	58	95			
		大白菜切	74	120		金絲菇	15	25		培根片	12	20		冷凍白蝦仁	2	5			
		紅蘿蔔絲	3	5		豬肉片	9	15	**十三香三節翅**	三節翅	100	1630P		生香菇	3	5			
		金針菇	6	10		木耳絲	5	8		薑片		1		乾海帶芽	0	0.5			
		乾香菇	1	1		胡蘿蔔絲	5	8		蒜仁		1		芹菜去葉	1	2			
		香菜	1	2		粗蒜末	1	1		冰糖		3							
		冬蝦	1	2		蝦皮	1	1		十三香香料粉		1包							
										花椒粉		1盒							
										先送小薏仁	9	15							
時蔬青菜	**油菜**	油菜切	80	130	**空心菜**	空心菜切	80	130	**高麗菜**	高麗菜切	80	130	**有機鵝白菜**	有機鵝白菜	80	130			
		蒜末	1	1		蒜末	1	1		胡蘿蔔片	3	5		薑絲	1	1			
		秀珍菇	2	3		胡蘿蔔絲	3	5		蒜末	1	1		秀珍菇	3	5			
湯	**金針湯**	乾金針	1	2	**海芽蛋花湯**	乾海芽	1	2	**南瓜濃湯**	南瓜去皮切	28	45	**蒲瓜龍骨湯**	蒲瓜切	37	60			
		殺菁脆筍片	25	40		雞蛋	7	12		洋蔥切	12	20		小魚丸	4	6			
		大骨丁	9	15		薑絲	1	1.5		雞蛋	18	30		龍骨丁	9	15			
		薑片	1	1		青蔥	1	1		火腿丁	4	6		香菜	0	0.6			
		香菜	1	1						無鹽奶油		1大條							
		肉片	6	9						白汁粉		4包							
營養供應比例	熱量(大卡)		693.4		熱量(大卡)		691.6		熱量(大卡)		685.3		熱量(大卡)		789.0700864		熱量(大卡)		0
	全穀雜糧類(份)		5.5		全穀雜糧類(份)		5.5		全穀雜糧類(份)		5		全穀雜糧類(份)		5.5		全穀雜糧類(份)		
	豆魚蛋肉類(份)		2.0		豆魚蛋肉類(份)		2.0		豆魚蛋肉類(份)		2.6		豆魚蛋肉類(份)		3.5		豆魚蛋肉類(份)		
	蔬菜類(份)		1.9		蔬菜類(份)		1.7		蔬菜類(份)		1.2		蔬菜類(份)		1.5		蔬菜類(份)		
	油脂與堅果種子類(份)		2.5		油脂與堅果種子類(份)		2.5		油脂與堅果種子類(份)		2.5		油脂與堅果種子類(份)		2.3		油脂與堅果種子類(份)		
	水果類(份)				水果類(份)				水果類(份)				水果類(份)				水果類(份)		
	乳品類(份)				乳品類(份)				乳品類(份)				乳品類(份)				乳品類(份)		

菜單設計 ：　　中投蔬果　　午餐秘書 ：　　校長

~~本菜單由中投蔬果有限公司供應~~　　電話 ： 04-22600637　　傳真 ： 04-22600639

臺中市九德國民小學111學年度第1學期　9 月　第 3 週營養午餐食譜表

供應人數：1630　　**（肉品及可食豬肉部位　　皆使用國產豬）**

日期	9月12日　星期一				9月13日　星期二				9月14日　星期三				9月15日　星期四				9月16日　星期五			
飯	**麥片飯**				**地瓜飯**				**特餐**				**蕎麥飯**				**有機糙米飯**			
項目	菜名	材料	每人(g)	採購量(kg)	菜名	材料	每人(g)	採購量(kg)	菜名	材料	每人(g)	採購量(kg)	菜名	材料	每人(g)	採購量(kg)	菜名	材料	每人(g)	採購量(kg)
主菜	**蒙古烤肉**	火鍋肉片	68	111	**茄汁義式肉丸**	洋蔥	12	20	**雞絲涼麵**	白油麵	155	252	**泰式檸檬魚**	水黛魚丁30%	86	140	**椒麻雙色豆腐煲**	板豆腐切	52	19板
		高麗菜切	25	40		柴魚絲		2大包		清雞丁	50	81		新鮮檸檬汁		3罐		豬血切大丁	25	40
		洋蔥	12	20		番茄糊		2罐		紅蘿蔔絲	6	10		洋蔥切	6	10		肉絲	7	12
		豆干片	18	30		海苔絲		2		小黃瓜絲	31	50		檸檬	1	2		金針菇	6	10
		九層塔	1	2		獅子頭CAS	40	1650P		蒜泥	1	1.5		香菜	1	2		花椒粉		1包
		蒜末	1	2		香菜		2		花生粉	2	3		蒜泥	1	1		香菜	0	0.6
		紅蘿蔔片	3	5						香菜	1	2		泰式甜辣醬		10罐		紅椒絲	6	10
		烤肉醬		3大罐						芝麻醬		1大桶								
						地瓜切		30		花生醬		1大桶								
副菜	**絲瓜麵線**	絲瓜去皮	74	120	**鐵板油腐**	嫩油腐丁	37	60	**肉圓**	肉圓		1630P	**田園四色**	小黃瓜切	22	35	**麻藥蛋**	水煮蛋		1650P
		白麵線切	15	25		玉米粒	9	15		蒜泥		1		絞肉	6	9		洋蔥小丁	12	20
		雞蛋	11	18		紅蘿蔔小丁	9	15		香菜		1		胡蘿蔔小丁	7	12		青蔥		3
		青蔥	1	2		百頁豆腐切	18	30						玉米粒	28	45		蒜泥		2
		薑絲	1	1		杏鮑菇切	12	20						馬鈴薯小丁	25	40				
						紅椒絲	9	15						蒜末	1	1				
						黃椒絲	9	15												
						絞肉	7	12												
		麥片		15		青蔥	1	2						有機白米	55	90				
										蕎麥	9	15		有機糙米	18	30				
時蔬青菜	**青江菜**	青江菜切	80	130	**地瓜葉**	地瓜菜	80	130	**小白菜**	小白菜切	80	130	**有機莧菜**	有機白莧菜切	80	130	**空心菜**	空心菜	80	130
		蒜末	1	1		蒜末	1	1		薑絲	1	1		蒜末	1	1		蒜末	1	1
		杏鮑菇	3	5		紅蘿蔔絲	3	5		鮑魚菇	3	5.4		胡蘿蔔絲	2	3		秀珍菇	2	3
湯	**麻油雞湯**	骨腿丁	15	24	**榨菜粉絲湯**	榨菜絲CAS	28	45	**酸辣湯**	殺菁筍絲	9	15	**青木瓜龍骨湯**	青木瓜大丁	37	60	**檸檬愛玉**	冬瓜磚		22塊
		玉米段	18	30		豬肉絲	9	15		榨菜絲	4	6		龍骨丁	9	15		山粉圓	1	2
		高麗菜切	18	30		冬粉(3K)	4	6		肉絲	6	9		薑片	1	1.2		二砂		1箱
		紅棗		2包		青蔥	1	1		板豆腐4.5切絲	25	6板		枸杞		2包		愛玉切	37	60
		薑片	1	2						木耳絲	3	5						檸檬		2斤
		藥膳包		20小包						胡蘿蔔絲	3	5						黑糖		15包
		麻油		2大桶						豬血絲	4	6								
										青蔥	1	2								
營養供應比例	熱量(大卡)		763.9		熱量(大卡)		702.4		熱量(大卡)		689.8		熱量(大卡)		684.5		熱量(大卡)		680.3	
	全穀根莖類(份)		5.5		全穀根莖類(份)		5.5		全穀根莖類(份)		5.0		全穀根莖類(份)		5.5		全穀根莖類(份)		5.5	
	豆魚肉蛋類(份)		2.8		豆魚肉蛋類(份)		2.2		豆魚肉蛋類(份)		2.6		豆魚肉蛋類(份)		2.0		豆魚肉蛋類(份)		2.1	
	蔬菜類(份)		2.1		蔬菜類(份)		1.8		蔬菜類(份)		1.4		蔬菜類(份)		1.5		蔬菜類(份)		1.1	
	油脂類(份)		2.5		油脂類(份)		2.3		油脂類(份)		2.5		油脂類(份)		2.5		油脂類(份)		2.5	
	水果類(份)				水果類(份)				水果類(份)				水果類(份)				水果類(份)			
	乳品類(份)				乳品類(份)				乳品類(份)				乳品類(份)				乳品類(份)			

菜單設計 ：　　中投蔬果　　午餐秘書 ：　　校長

~~本菜單由中投蔬果有限公司供應~~　　電話 ： 04-22600637　　傳真 ： 04-22600639

臺中市九德國民小學111學年度第1學期　9 月　第　4 週營養午餐食譜表

供應人數：1630　　（肉品及可食豬肉部位　皆使用國產豬）

日期	9月19日　星期一				9月20日　星期二				9月21日　星期三				9月22日　星期四				9月23日　星期五			
飯	南瓜飯				小米飯				特餐				五穀飯				糙米飯			
項目	菜名	材料	每人(g)	採購量(kg)	菜名	材料	每人(g)	採購量(kg)	菜名	材料	每人(g)	採購量(kg)	菜名	材料	每人(g)	採購量(kg)	菜名	材料	每人(g)	採購量(kg)
主菜	糖醋排骨	豬肉丁	37	60	蔥爆烤鴨	烤鴨丁	74	120	清水米糕	長糯米	18	30	蒲燒鯛魚	鯛魚片80-100	80	1630P	紅燒豆包	炸豆包切4	49	80
		排骨丁	31	50		米血丁-如記	15	25		乾香菇絲	1	2		百頁豆腐切	9	15		冷凍玉米粒	9	15
		鳳梨去皮	12	20		洋蔥絲	21	35		冬蝦	1	2		熟白芝麻	1	2		彩色甜椒絲	6	10
		紅番茄	12	20		百頁豆腐切	18	30		肉絲	25	40		薑絲		1		洋蔥大丁	6	10
		彩色甜椒片	9	15		九層塔	1	2		粗絞肉	12	20		青蔥		2		青蔥	1	1
		粗蒜末	1	1		青蔥	1	2		紅蔥末	3	5		燒鰻醬		6桶		薑片	1	1
		青蔥	1	2		蒜片	1	2		鵪鶉蛋	18	30		~~PP紙~~		~~65張~~		蒜仁	1	1
		番茄糊		2大罐		甜麵醬		3大罐		香菜	2	2.5						杏鮑菇	22	36
										蒜泥	1	1								
		南瓜大丁	18	30		小米	9	15						糙米	9	15				
副菜	麻油鮮菇	高麗菜切	43	70	鮪魚炒蛋	雞蛋	61	100	章魚燒	花枝丸cas		3260pc	蒲瓜鮮匯	蒲瓜切	71	115	佛跳牆	大白菜切	37	60
		玉米段	31	50		洋蔥丁	15	25		柴魚片		3包		肉片	9	15		胡蘿蔔片	6	10
		杏鮑菇切	18	30		胡蘿蔔絲	3	5		海苔粉		1包		玉米筍	1	2		鴿蛋	15	25
		生香菇切	6	9		鮪魚罐大	5	4罐						木耳	6	9		殺菁筍片	15	24
		角螺	4	7		青蔥	1	2						胡蘿蔔切	6	10		芋頭丁	18	29
		薑母鴨藥包		12包										蝦皮	1	1		素排骨酥	7	12
		薑片		2						五穀米	9	15		青蔥	1	2		油腐丁	25	40
																		乾香菇	1	1.5
																		香菜	1	1
																		蒜仁	1	2
時蔬青菜	油菜	油菜切	80	130	高麗菜	高麗菜切	80	130	大陸妹	福山萵苣切	80	130	有機豆芽菜	有機豆芽菜	80	130	青江菜	青江菜切	80	130
		蒜末	1	1		胡蘿蔔絲	2	4		蒜末	1	1		韭菜	1	1		蒜末	1	1
		金針菇	3	4.5		蒜末	1	1		粗絞肉	2	3		火腿片	3	4.5		白精靈菇	2	4
湯	柴香味噌湯	板豆腐切	25	10板	冬瓜魚丸湯	冬瓜大丁	31	50	豬血湯	豬血丁	18	30	鮮筍湯	鮮筍切	34	55	銀耳蓮子湯	白木耳	2	2.5
		高麗菜切	15	25		小魚丸	6	9		酸菜絲	3	5		大骨丁	11	18		蓮子	2	3.6
		魚丁	6	9		薑絲	1	1		上肉片	7	12		香菜	0	0.6		桂圓	1	1.8
		青蔥		1		香菜	0	0.6		殺菁筍片CAS	13	21		虱目小魚丸	7	12		紅棗	0	0.6
		味噌		4箱						薑絲	1	1						台糖貳砂		20包
		柴魚片		1大包						香菜	1	2								
營養供應比例	熱量(大卡)		715.6		熱量(大卡)		792.6		熱量(大卡)		747.2		熱量(大卡)		699.2		熱量(大卡)		774.2	
	全穀根莖類(份)		5.5		全穀根莖類(份)		5.5		全穀根莖類(份)		5.5		全穀根莖類(份)		5.5		全穀根莖類(份)		5.5	
	豆魚肉蛋類(份)		2.3		豆魚肉蛋類(份)		3.4		豆魚肉蛋類(份)		2.8		豆魚肉蛋類(份)		2.2		豆魚肉蛋類(份)		3.2	
	蔬菜類(份)		1.9		蔬菜類(份)		1.5		蔬菜類(份)		1.5		蔬菜類(份)		2.0		蔬菜類(份)		1.5	
	油脂類(份)		2.5		油脂類(份)		2.5		油脂類(份)		2.5		油脂類(份)		2.2		油脂類(份)		2.5	
	水果類(份)				水果類(份)				水果類(份)				水果類(份)				水果類(份)			
	乳品類(份)				乳品類(份)				乳品類(份)				乳品類(份)				乳品類(份)			

臺中市九德國民小學111學年度第1學期　9 月　第　5 週營養午餐食譜表

供應人數：1630　　**(肉品及可食豬肉部位　　皆使用國產豬)**

日期	9月26日　星期一				9月27日　星期二				9月28日　星期三				9月29日　星期四				9月30日　星期五			
飯	**小米飯**				**紅米燕麥飯**				**特餐**				**薏仁飯**				**黑米飯**			
項目	菜名	材料	每人(g)	採購量(kg)	菜名	材料	每人(g)	採購量(kg)	菜名	材料	每人(g)	採購量(kg)	菜名	材料	每人(g)	採購量(kg)	菜名	材料	每人(g)	採購量(kg)
主菜	**三杯雞**	骨腿丁	79	129	**紅麴豬腳**	肉丁	26	42	**鹹米苔目**	米苔目	110	180	**香酥鯖魚**	醃製鯖魚75	75	1350P	**香菇素肉燥**	碎豆輪3K	4	6
		米血丁CAS	18	30		豬腳丁Q	49	80		肉絲	37	60		胡椒鹽		1P		乾香菇絲	1	2
		玉米段	18	30		蘿蔔切	22	36		高麗菜絲	31	50		~~耐炸油~~		~~3P~~		洋蔥丁	25	40
		九層塔	1	1.5		熟花生		15		胡蘿蔔絲	6	10						碎乾丁	43	70
		蒜片	1	1.5		蒜仁	1	2		韭菜	3	5						鵪鶉蛋	12	20
		薑片		2		薑片	1	1		乾香菇絲	1	1.5						蒜末	1	2
		麻油		2大桶		粗冰糖(3K)		1包		鮮紅蔥末	2	3						鮮紅蔥末	1	2
		先送紅米	3	5		紅麴醬		3罐		蝦皮	1	1								
		先送燕麥	6	10		(豬腳45%)				青蔥	1	2		先送黑米	3	5				
		小米	9	15										先送糙米	6	10				
副菜	**螞蟻上樹**	寬冬粉	13	21	**嫩炒海根**	海帶根	45	74	**黑糖雙色花捲**	黑糖雙色花捲	60	1630P	**柴香大根**	白蘿蔔大丁	34	55	**鐵板三菇**	小黃瓜片厚	31	50
		高麗菜切	31	50		豆干片	34	55		(七品蓮)				豬肉丁	30	48		杏鮑菇	9	24
		粗絞肉	7	12		豬肉絲	9	15						油腐丁	21	33		冷凍青花菜	15	24
		胡蘿蔔絲	6	9		芹菜去葉	2	3						米血丁-如記	15	24		油腐丁	18	30
		木耳絲	4	6		粗蒜末	1	1						冷凍青花菜	10	16		洋蔥大丁	6	10
		蒜末	1	1		青蔥		2		先送小薏仁	9	15		胡蘿蔔大丁	4	7		雪白菇	6	10
		青蔥	1	1										粗蒜末	1	1		紅蘿蔔切片	3	5
		乾香菇絲	1	2										雙魚柴魚片		2包		奶油		2條
時蔬青菜	**油菜**	油菜切	80	130	**有機空心菜**	有機空心菜切	80	130	**青江菜**	青江菜切	80	130	**高麗菜**	高麗菜切	81	130	**小白菜**	小白菜切	80	130
		蒜末	1	1		蒜末	1	1		蒜末	1	1		胡蘿蔔絲	3	4		薑絲	1	1
		金針菇	3	4.5		黑蠔菇	3	5.4		鮑魚菇	3	5.4		蒜末	1	1		胡蘿蔔切	2	4
湯	**酸白菜湯**	酸白菜	10	16	**香菇雞湯**	骨腿丁	13	21	**地瓜排骨湯**	地瓜中丁	15	25	**冬菜鴨肉湯**	冬菜	4	2大罐	**綠豆地瓜湯**	綠豆	10	16
		肉片	9	15		冬瓜中丁	28	45		栗子	2	4		鴨丁Q	15	24		地瓜大丁	25	40
		凍豆腐	12	20		鈕菇	1	1.5		龍骨丁	11	18		殺菁筍片CAS	22	36		砂糖		20包
		大白菜切	25	40		桶蔭瓜		1桶		杏鮑菇	11	18		薑絲	1	1.5		芋圓	6	9
		秀珍菇	7	12		薑片	1	1.5		高麗菜切片	12	20		青蔥	1	2		地瓜圓	4	6
		薑絲	1	1						芹菜去葉	1	1								
營養供應比例	熱量(大卡)		680.1		熱量(大卡)		753.3		熱量(大卡)		574.3		熱量(大卡)		762.9		熱量(大卡)		682.7	
	全穀根莖類(份)		5.5		全穀根莖類(份)		5.5		全穀根莖類(份)		5.0		全穀根莖類(份)		5.5		全穀根莖類(份)		5.5	
	豆魚肉蛋類(份)		1.9		豆魚肉蛋類(份)		2.8		豆魚肉蛋類(份)		1.2		豆魚肉蛋類(份)		3.0		豆魚肉蛋類(份)		1.9	
	蔬菜類(份)		1.7		蔬菜類(份)		1.8		蔬菜類(份)		1.5		蔬菜類(份)		1.5		蔬菜類(份)		1.8	
	油脂類(份)		2.5		油脂類(份)		2.5		油脂類(份)		2.2		油脂類(份)		2.5		油脂類(份)		2.5	
	水果類(份)				水果類(份)				水果類(份)				水果類(份)				水果類(份)			
	乳品類(份)				乳品類(份)				乳品類(份)				乳品類(份)				乳品類(份)			

菜單設計 ：　　中投蔬果　　午餐秘書 ：　　校長

~~本菜單由中投蔬果有限公司供應~~　　電話 ： 04-22600637　　傳真 ： 04-22600639

※參照新版營養成份資料庫-廢棄率: 骨腿(肉雞)28%、雞腿 40%、雞翅45%　雞胸丁20%、 雞排(肉雞)36%、 排骨丁40%　龍骨丁60%.鴨丁21%.軟骨丁10%.雞蛋13%