

新北市金山國小附設幼兒園午餐週期性食譜設計表

(第二十一週)

(108學年度上學期)

| 項目 日期 | 主 食 | 副 食 | | 水果 或 飲品 | 備 註 |
|-------------------------|---------------|---------|---|---------------|--------|
| | | 菜名 | 材 料 名 稱 及 份 量 | | |
| 01 13 星 期 一 | 白飯 | 白斬肉 | 三層肉帶皮 4KG (不要太肥) | 蘋果 15 粒 | |
| | | 薑絲海龍 | 海龍 3KG、蔥 1 把、薑絲 0.3KG、有機蔬菜 4KG | | |
| | | 丸子湯 | 鱈魚丸 2kg、芹菜 0.6kg | | |
| 01 14 星 期 二 | 白飯 | 蔬菜 | 有機蔬菜 | 火龍果 15 粒 | |
| | | 瓜仔肉 | 絞肉 4kg、 <u>花瓜 2 瓶</u> 、 | | |
| | | 蘆筍炒菇 | 蘆筍 1.5kg、鴻喜菇 1.5kg、紅蘿蔔 0.5kg 精靈菇 1.5KG | | |
| | | 蛤蠣湯 | <u>蛤蠣 4kg</u> 、薑絲 0.3kg | | |
| 01 15 星 期 三 | 炒什錦 麵 條 | 炒麵條 | <u>麵條</u> 、細肉絲 3KG、豆芽菜 2KG、韭菜 1KG、 紅 0.5KG 蘿蔔、有機蔬菜 | 木瓜 9 顆 | |
| | | 綜合羹湯 | 肉羹花枝羹魷魚羹各 1KG、大白菜 2KG、紅蘿 蔔 1KG、香菜一把 | | |
| 01 16 星 期 四 | 白飯 | 菜圃蛋 | <u>蛋 45 粒</u> 、菜圃 1KG、蔥一把 | 水梨 15 粒 | |
| | | 蔬菜 | 有機蔬菜 4kg | | |
| | | 台式滷肉 | 梅花肉塊 5KG、蒜苗 0.5KG | | |
| | | 黃瓜湯 | 大黃瓜 4KG、大骨 | | |
| 01 17 星 期 五 | 義大利麵 | 義大利麵 | <u>螺旋義大利麵</u> 、洋菇(1.5kg)、洋蔥(1kg)、三 色冷凍蔬菜(2 包)、綠花椰(2kg 挑好的)、 <u>番 茄醬(1 罐)</u> 、絞肉(3kg)、有機蔬菜 4kg | 香蕉 50 根 | |
| | | 鳳梨苦瓜排骨湯 | 排骨肉 3KG、苦瓜 3KG、 <u>豆瓣醬一瓶</u> | | |
| 01 20 星 期 一 | 綜合湯麵 | 什錦麵 | <u>關廟麵</u> 、肉絲 3kg、豆芽菜 2kg、 韭菜 0.6kg、貢丸 2kg、魚餃 3 盒、燕餃 3 盒 | 芭樂 18 粒 | |
| | | 蔬菜 | 有機蔬菜 4kg | | |

保育組：

單位主管：

校長：