

# 新北市金山國小附幼午餐週期性食譜設計表

(第五週)

(108學年度下學期)

| 項<br>目<br>日<br>期        | 主<br>食 | 副<br>食 |  | 水<br>果<br>或<br>飲<br>品 | 備<br>註 |
|-------------------------|--------|--------|--|-----------------------|--------|
|                         |        | 菜<br>名 | 材<br>料<br>名<br>稱<br>及<br>份<br>量                          |                       |        |
| 03<br>23<br>星<br>期<br>一 | 白飯     | 臺式滷雞腿  | 雞腿 95 隻、剝好蒜頭 0.3KG、青蔥一把、海帶結 2KG                          | 芭樂 18 粒               |        |
|                         |        | 蔬菜     | 有機蔬菜 4KG   |                       |        |
|                         |        | 山藥排骨湯  | 排骨肉 2kg、山藥 3KG、枸杞一包                                      |                       |        |
| 03<br>24<br>星<br>期<br>二 | 白飯     | 豆鼓蚵仔   | 豆腐 3KG、豆鼓一瓶、鮮蚵 3KG                                       | 奇異果 50 粒              |        |
|                         |        | 蔬菜     | 有機蔬菜 4KG   |                       |        |
|                         |        | 蔥爆肉絲   | 豬肉絲(粗) 4kg、蔥一把   |                       |        |
|                         |        | 金針排骨湯  | 排骨 2KG、金針 0.5KG  |                       |        |
| 03<br>25<br>星<br>期<br>三 | 什錦炒麵   | 炒麵     | 細肉絲(2KG)、高麗菜 2KG、豆芽菜 1KG、木耳 0.5KG、紅蘿蔔 1KG、油麵<br>地瓜薯條 3 包 | 木瓜 9 粒                |        |
|                         |        | 香菇肉羹湯  | 乾香菇、肉羹 3KG、竹筍 3KG、有機蔬菜                                   |                       |        |
| 03<br>26<br>星<br>期<br>四 | 白飯     | 白斬肉    | 三層肉 5KG  | 葡萄 5KG                |        |
|                         |        | 清蒸鱈魚   | 鱈魚(中 50 片)、薑絲 0.3KG、有機蔬菜 4KG                             |                       |        |
|                         |        | 蘿蔔貢丸湯  | 白蘿蔔 4KG、香菇貢丸 3KG、芹菜 0.3KG                                |                       |        |
| 03<br>27<br>星<br>期<br>五 | 炒飯     | 肉絲蛋炒飯  | 細肉絲 3KG、高麗菜 2KG、紅蘿蔔 0.5KG<br>蝦米少許、雞蛋 20 粒                | 蓮霧 50 粒               |        |
|                         |        | 蔬菜     | 有機蔬菜 4KG   |                       |        |
|                         |        | 關東煮湯   | 黑輪 1.5KG、白蘿蔔 3KG、甜不辣 1.5KG<br>玉米 12 根                    |                       |        |

保育組

單位主管

校長