


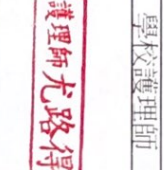
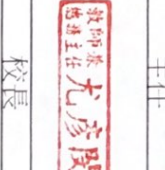


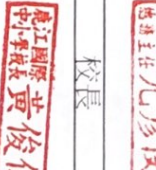


12月2日(一)	12月3日(二)	12月4日(三)	12月5日(四)	12月6日(五)	廠商營養師
白飯 炸雞排(炸) 豆腐肉燥(豆) 焗烤三色 淺色蔬菜 蘿蔔排骨湯 數量 805.2 脂肪 28 醣類 105.5 蛋白質 32.8	胚芽飯 壽喜豬肉 香菇蒸蛋 咖哩雞 淺色蔬菜 豆薯鮮菇湯 數量 777.5 脂肪 25.5 醣類 105.5 蛋白質 31.5	日式烏龍麵 炸雞腿(炸) 烤牛角(加) 小黃瓜甜不辣(加)(海) 淺色蔬菜 味噌豆腐湯(豆) 數量 887.8 脂肪 29 醣類 120.5 蛋白質 36.2	五穀飯 蒜泥白肉 鴿蛋滷味 高麗菜冬粉 淺色蔬菜 馬鈴薯濃湯(苺) 數量 831.8 脂肪 25 醣類 119 蛋白質 32.7	白飯 冬瓜鴨肉 滷蛋 三丁腰果 淺色蔬菜 冬粉三絲湯 數量 781 脂肪 115 醣類 115 蛋白質 28.5	廠商食品技師  營養師 黃俊偉 營養師 黃俊偉 營養師 黃俊偉 營養師 黃俊偉
白飯 醬燒豬排 鐵板豆腐(豆) 什錦銀芽 深色蔬菜 冬瓜香菇湯 數量 747.2 脂肪 24 醣類 103.5 蛋白質 29.3	糙米飯 麻油雞 地瓜條 豆干海帶(豆) 淺色蔬菜 麵線糊(苺) 數量 767.9 脂肪 23.5 醣類 110 蛋白質 29.1	肉燥炒麵 炸雞翅(炸) 烤饅頭(冷) 香筍雙鮮 淺色蔬菜 紅豆紫米湯 數量 844.8 脂肪 24 醣類 127 蛋白質 30.2	薏仁飯 黑胡椒豬柳 燒烤翅腿(加) 鮮味冬瓜 深色蔬菜 玉米蛋花湯 數量 781.8 脂肪 25 醣類 108 蛋白質 31.2	白飯 瓜子雞 關東煮(豆) 柳葉魚(炸)(加)(海) 深色蔬菜 柴魚海帶湯 數量 775.9 脂肪 105 醣類 105 蛋白質 31.6	廠商食品技師  營養師 尤路得 營養師 尤路得 營養師 尤路得 營養師 尤路得
白飯 花生滷肉 洋蔥吻魚炒蛋(海) 茄汁熟狗(加) 淺色蔬菜 蘿蔔芹菜湯 數量 795.6 脂肪 28 醣類 102 蛋白質 33.9	地瓜飯 鴨肉煲(豆) 滷蛋 泡菜三絲(醃) 淺色蔬菜 玉米濃湯(苺) 數量 767.2 脂肪 24 醣類 108 蛋白質 29.8	三色炒飯 烤雞腿 薯條(炸) 綠花椰木耳 淺色蔬菜 味噌豆腐湯(豆) 數量 733 脂肪 23 醣類 105 蛋白質 26.5	紫米飯 豆干滷肉(豆) 南瓜洋芋 茶碗蒸 深色蔬菜 榨菜肉絲湯(醃) 數量 774.2 脂肪 25 醣類 106.5 蛋白質 30.8	白飯 雞米花(炸) 麻婆豆腐(豆) 小黃瓜鮮菇 淺色蔬菜 紫菜蛋花湯 數量 770.1 脂肪 26.5 醣類 102.5 蛋白質 30.4	學校護理師  護理師 尤路得 護理師 尤路得 護理師 尤路得 護理師 尤路得
白飯 彩椒排骨 肉圓(加) 瓜子肉燥(醃) 淺色蔬菜 洋蔥豆腐湯(豆) 數量 764.4 脂肪 24 醣類 107.5 蛋白質 29.6	五穀飯 燒烤雞翅 炸醬肉燥(豆) 芋頭白菜 深色蔬菜 結頭菜湯 數量 739 脂肪 23 醣類 105 蛋白質 28	義大利麵 炸雞腿(炸) 丹麥饅頭(冷) 客家小卷(海) 深色蔬菜 綠豆燒仙草 數量 924.8 脂肪 30 醣類 125.5 蛋白質 38.2	胚芽飯 馬鈴薯嫩肉 香腸(加) 蒙古鮮蔬 淺色蔬菜 冬粉米血湯 數量 831.9 脂肪 25.5 醣類 117.5 蛋白質 33.1	白飯 炸雞排(炸) 玉米雞蓉 番茄炒蛋(豆) 淺色蔬菜 蘿蔔排骨湯 數量 827 脂肪 29 醣類 107 蛋白質 34.5	廠商營養師  營養師 尤路得 營養師 尤路得 營養師 尤路得 營養師 尤路得
白飯 京醬燒肉 焗烤羊芋 木須炒蛋 深色蔬菜 海帶金針菇湯 數量 749.7 脂肪 22.5 醣類 109 蛋白質 27.8	薏仁飯 芝麻雞丁 薯餅(炸)(加) 蘿蔔豆輪 酸辣湯(苺)(豆) 數量 786.5 脂肪 26.5 醣類 105.5 蛋白質 31.5	義大利麵 炸雞腿(炸) 丹麥饅頭(冷) 客家小卷(海) 深色蔬菜 綠豆燒仙草 數量 924.8 脂肪 30 醣類 125.5 蛋白質 38.2	胚芽飯 馬鈴薯嫩肉 香腸(加) 蒙古鮮蔬 淺色蔬菜 冬粉米血湯 數量 831.9 脂肪 25.5 醣類 117.5 蛋白質 33.1	白飯 炸雞排(炸) 玉米雞蓉 番茄炒蛋(豆) 淺色蔬菜 蘿蔔排骨湯 數量 827 脂肪 29 醣類 107 蛋白質 34.5	廠商營養師  營養師 尤路得 營養師 尤路得 營養師 尤路得 營養師 尤路得

金大立

廠商營養師
 營養師 黃俊偉
 營養師 黃俊偉
 營養師 黃俊偉
 營養師 黃俊偉
 廠商食品技師

 食品技師 尤路得
 食品技師 尤路得
 食品技師 尤路得
 食品技師 尤路得
 午餐秘書
 學校護理師

 護理師 尤路得
 護理師 尤路得
 護理師 尤路得
 護理師 尤路得
 校長

 校長 黃俊偉
 黃俊偉
 黃俊偉
 黃俊偉