

星期	一			二			三			四			五			六			日		
日期	7月28日	配料	數量	7月29日	配料	數量	7月30日	配料	數量	7月31日	配料	數量	8月1日	配料	數量	8月2日	配料	數量	8月3日	配料	
早餐	业藍肉絲鹹粥	米 甘藍 鹽 肉絲	30 10 0.2 3	茄汁鯖魚麵	麵條 肉絲 魚丸 甘藍	40 3 6 3	銀絲卷/饅頭 豆漿 果醬	銀絲卷	300粒	清粥	米	30	肉包/甜包子	包子	600粒	皮蛋肉絲粥	米 肉絲 皮蛋	30 3 100	清粥	米	
								黃豆果醬	15 9	豆腐乳	豆腐乳	9	紅茶/綠茶	紅茶 砂糖	15 6						
										油炸花生	油炸花	9									
	少年:肉鬆	肉鬆	3	少年:水煮蛋	雞蛋	20個	少年:炒蛋	雞蛋 鹽 沙拉油	10 少許 少許	少年:茶葉蛋	雞蛋 綠茶 滷包	30個 2 1	少年:水煮蛋	雞蛋	20個	少年:紅蘿蔔絲炒蛋	雞蛋 鹽 胡蘿蔔 沙拉油	10 0.1 3 少許	少年:蔥花蛋	雞蛋 青蔥 鹽	
午餐	簡食			酸菜鴨	太空鴨 酸菜 鹽 沙拉油	45 10 0.2 2 適量	簡食			香酥秋刀魚	秋刀魚 胡椒鹽 油炸油	30 1 適量	簡食			蔥爆肉片	肉片 洋蔥 甘藍 鹽 沙拉油	30 3 1 0.2 少許	紅燒肉角	肉角 小黃瓜 醬油 鹽 沙拉油	
	豬腳燴飯	豬腳 洋蔥 鹽 彩椒 沙拉油	60 10 0.2 10 少許	螞蟻上樹	冬粉 胡蘿蔔 醬油 沙拉油	30 6 0.2 少許	沙茶肉絲炒麵	麵條 沙茶醬 肉絲 沙拉油	22 3 9 適量 1	客家小炒	豆干 肉絲 鹽 芹菜 沙拉油	30 6 0.2 10 少許	肉醬炒米粉	米粉 肉醬罐 醬油 鹽 沙拉油	24 9 3 0.2 少許	三色菜炒蛋	雞蛋 三色菜 鹽 沙拉油	20斤 10 0.2	蒜味冬瓜	冬瓜 鹽 大蒜 沙拉油	
	青菜蛋花湯	青菜 雞蛋	10 10斤	冰品:綠豆粉圓湯	綠豆 粉圓	10 3	大頭菜排骨湯	大頭菜 肩胛排	10 6	冰品:仙草	仙草 二砂	48 3	青菜蛋花湯	青菜 雞蛋	10 10斤	冰品:檸檬愛玉	檸檬 愛玉	3 48	胡瓜排骨湯	胡瓜 肩胛排 鹽	
		鹽	少許		二砂	3		鹽	0.2					肩胛排 鹽	6 1	炒鮮蔬	二砂	3	炒鮮蔬	二砂	
				炒鮮蔬						炒鮮蔬											
	少年:甜不辣	甜不辣 油炸油	30條 適量	少年:調味魚排	魚排 油炸油	3 適量	少年:滷雞翅	雞蛋 滷包 醬油 鹽	24 1 適量 少許	少年:小熱狗	小熱狗 油炸油	30 適量	少年:排骨酥	排骨酥 油炸油 胡椒鹽	3 適量 2	少年:沙茶炒肉片	肉片 沙茶醬 沙拉油 鹽	3 1 少許 0.2	少年:洋蔥炒肉絲	肉絲 洋蔥 沙拉油	

晚餐	滷五花肉	五花肉	36	黑豆豉肉角	肉角	36	宮保雞丁	光雞丁	33	蒜泥白肉	肉片	39	醬燒雞丁	洋蔥	10	瓜仔肉燥	花瓜	10	黑豆豉排骨	黑豆豉				
		滷包	1		黑豆豉	6		彩椒	15		大蒜	2		甘藍	10		絞肉	33		絞肉	33	小腩排		
	三色菜炒蛋	醬油	3	洋蔥炒培根	鹽	0.1	麻婆豆腐	鹽	0.1	雪裡紅	油膏	3	劍筍炒肉絲	光雞丁	33	白菜滷	醬油	6	絲瓜炒蛋	雞蛋				
		沙拉油	少許		沙拉油	少許		辣豆瓣	6		絞肉	20		肉絲	6		醬油	3		蝦米	3	雞蛋		
	炒鮮蔬	香油	少許	炒鮮蔬	鹽	0.2	炒鮮蔬	鹽	1	炒鮮蔬	鹽	少許	炒鮮蔬	沙拉油	少許	炒鮮蔬	鹽	0.2	炒鮮蔬	沙拉油	少許	炒鮮蔬	沙拉油	少許
		蘿蔔排骨湯	蘿蔔		10	胡瓜魚丸湯		胡瓜	10		味噌豆腐湯	豆腐		10	蘿蔔排骨湯		蘿蔔	10		冰飲	紅茶		9	玉米排骨湯
搭配調味乳品	排骨	6	胡瓜魚丸湯	魚丸	6	味噌豆腐湯	味噌	6	蘿蔔排骨湯	排骨	10	冰飲	二砂	3	玉米排骨湯	鹽	0.1	玉米排骨湯	鹽	0.1	冰飲	二砂		
	鹽	0.1		魚丸	0.1		味噌	0.1		排骨	0.1		二砂			鹽			二砂					

數量
30
9 9
10 1 少許
27 10 6 0.2 少許
40 2 1 少碎
10 3 少許
3
5 3 少許

9

36

少許

0.1

40

20斤

少許

少許

9

3