

星期	一			二			三			四			五			六			日		
日期	8月11日	配料	數量	8月12日	配料	數量	8月13日	配料	數量	8月14日	配料	數量	8月15日	配料	數量	8月16日	配料	數量	8月17日	配料	數量
早餐	甘藍肉絲鹹粥	甘藍 鹽 米 肉絲	10 0.3 30 6	牛肉湯麵	麵條 鹽 青菜 牛肉罐	20 0.1 3 9	饅頭/銀絲卷 銀絲卷 黃豆 二砂 豆漿	280 15 5	地瓜粥	米 地瓜 香筍	30 3 9	鮮肉包/甜包子 包子 黃豆 二砂 豆漿	280 15 5	皮蛋肉絲粥	米 鹽 皮蛋 肉絲	30 0.3 60 6	清粥	米	30	鮪魚罐 鮪魚罐 紅豆絲 紅豆絲	9 9
							果醬	果醬	9	辣蘿蔔	辣蘿蔔	9	果醬	果醬	9						
	少年:肉鬆	肉鬆	3	少年:水煮蛋	雞蛋	30	少年:醬油炒	雞蛋	20	少年:玉米粒炒蛋	雞蛋 玉米粒 鹽	15 10 0.1	少年:蔥蛋	雞蛋	20	少年:水煮蛋	雞蛋	30	少年:胡蘿蔔絲炒	雞蛋 胡蘿蔔	15 3
								醬油	1		沙拉油	0.3		青蔥	1						鹽
							沙拉油	少許						沙拉油	少許					沙拉油	0.3
午餐	簡食			糖醋排骨	排骨酥 胡椒粉 醬油 油炸油	24 0.4 適量	簡食			香酥肉魚	肉魚 油炸油 胡椒鹽	20 適量 0.2	簡食			香酥雞排	雞排	24	蒜泥白肉	肉片 大蒜 鹽 醬油	24 0.2 0.4
	肉醬炒米粉	肉醬罐 米粉 醬油 鹽 沙拉油	3 24 10 0.2 0.2	醬燒茄子	茄子 醬油 鹽 沙拉油	40 3 0.2 0.2	魷魚羹燴飯	魷魚羹 青菜 鹽 沙拉油	20 10 0.1 少許	蒜味豆包	油豆包 大蒜 醬油 鹽 沙拉油	30 1 2 0.2 0.2	肉絲炒麵	肉絲 麵條 鹽 醬油 沙拉油	9 24 0.1 0.2 0.2	胡瓜魚丸	胡瓜 魚丸 鹽 醬油 沙拉油	40 6 0.2 0.2 0.2	洋蔥炒肉絲	洋蔥 肉絲 鹽 醬油 沙拉油	30 9 0.2 1 少許
	香酥雞捲	雞捲 油炸油	20 適量	炒鮮蔬	青菜 鹽 沙拉油	30 0.2 0.1				炒鮮蔬	青菜 鹽 沙拉油	30 0.2 0.1	炒香嫩雞塊	雞塊 大蒜 鹽	26 1 0.1	炒鮮蔬	青菜 鹽 沙拉油	30 0.2 0.1	炒鮮蔬	青菜 鹽 沙拉油	30 0.2 0.1
	蘿蔔排骨湯	蘿蔔 漁丸 鹽	20 3 0.2	冰品:綠豆粉圓湯	綠豆 粉圓 砂糖	20 6 3	冬瓜魚丸湯	冬瓜 魚丸 鹽	10 6 0.1	冰品:仙草	仙草 二砂	36 3	胡瓜魚丸湯	胡瓜 魚丸 鹽	10 6 0.2	冰品:檸檬愛玉	檸檬 愛玉 砂糖	3 36 2	青菜蛋花湯	青菜 蛋 鹽	10 6 0.2
	少年:洋蔥炒肉片	光雞丁 醬油 鹽	3 1 0.1	少年:滷雞翅	雞翅 滷包 鹽	3 0.1 1	少年:小熱狗	小熱狗 油炸油	3 適量	少年:炒香腸	香腸 醬油	3 1	少年:香酥黑輪	黑輪 胡椒鹽 油炸油	6 1 適量	少年:沙茶炒肉片	肉片 沙茶醬 鹽	3 1 0.1	少年:甘藍炒肉片	甘藍 肉片 鹽	1 1 0.1

