

| 統鮮美食股份有限公司 112年8-9月份食材表 石牌國小 | | | |
|------------------------------|----|----------|-------------------------------|
| 日期 | 星期 | 菜餚名稱 | 食材組合(以下食材重量均為生重) |
| 8/30 | 三 | 大麥飯 | 白米80g+大麥20g |
| | | 京醬肉柳 | 豬肉60g+洋蔥20g |
| | | 肉末粉絲 | 冬粉12g+蔬菜10g+豬絞肉5g |
| | | 豆皮白菜 | 大白菜65g+豆皮2g+時蔬3g |
| | | 認證蔬菜 | 青菜100g |
| | | 金菇海芽湯 | 海帶芽1g+金針菇10g |
| 8/31 | 四 | 海苔香鬆飯 | 白米100g+海苔香鬆 |
| | | 烤雞翅X1 | 雞翅X1 |
| | | 玉米起司奶醬炒蛋 | 雞蛋30g+玉米25g+紅蘿蔔5g+起司 |
| | | 開陽時瓜 | 時瓜60g+紅蘿蔔3g+蝦米 |
| | | 有機蔬菜 | 青菜80g |
| | | 麵線羹 | 麵線10g+筍10g+紅蘿蔔3g |
| 9/1 | 五 | 白飯 | 白米100g |
| | | 咖哩豬 | 豬肉60g+洋芋10g+時蔬15g |
| | | 柴魚關東煮 | 米血糕30g+油豆腐20g+白蘿蔔5g+蝦球5g+黑輪5g |
| | | 香菇高麗 | 高麗菜60g+紅蘿蔔2g+香菇0.1g |
| | | 認證蔬菜 | 青菜80g |
| | | 黃瓜雞湯 | 黃瓜30g+雞骨5g+紅蘿蔔2g |
| 9/4 | 一 | 蕃茄義大利麵 | 麵條120g+番茄10g+時蔬10g |
| | | 家常油腐 | 油豆腐80g+紅蘿蔔3g+毛豆2g |
| | | 可樂餅X1 | 可樂餅x1 |
| | | 韭香銀芽 | 豆芽菜60g+紅蘿蔔2g+韭菜1g |
| | | 有機蔬菜 | 青菜80g |
| | | 西谷米奶茶 | 西谷米10g+茶包+奶粉 |
| 9/5 | 二 | 有機白飯 | 有機米80g |
| | | 豆瓣醬爆肉柳 | 豬肉60g+時蔬20g |
| | | 洋蔥炒蛋 | 雞蛋40g+時蔬20g |
| | | 雙色花椰 | 花椰60g+紅蘿蔔5g |
| | | 有機蔬菜 | 青菜80g |
| | | 0 | |
| 9/6 | 三 | 蕎麥飯 | 白米80g+蕎麥20g |
| | | 甜雞醬煨雞 | 雞肉60g+洋蔥5g+豆薯15g |
| | | 香干肉絲小炒 | 豆干40g+豬肉絲10g |
| | | 清炒鮮瓜 | 時瓜65g+時蔬3g |
| | | 認證蔬菜 | 青菜80g |
| | | 玉米濃湯 | 玉米20g+雞蛋5g+紅蘿蔔5g |
| 9/7 | 四 | 小米飯 | 白米80g+小米20g |
| | | 黑胡椒肉片 | 豬肉60g+洋蔥20g |
| | | 麥香雞X1 | 麥香雞x1 |
| | | 白菜滷 | 大白菜60g+紅蘿蔔3g+香菇0.1g |
| | | 有機蔬菜 | 青菜80g |
| | | 日式味噌湯 | 豆腐20g+海芽1.5g |
| 9/8 | 五 | 白飯 | 白米100g |
| | | 蜜汁烤雞排X1 | 雞排x1 |
| | | 焗烤卡菲肉醬薯塊 | 馬鈴薯30g+豬絞肉10g+地瓜20g+紅蘿蔔10g+起司 |
| | | 油蔥四季 | 四季豆60g+彩椒3g |
| | | 認證蔬菜 | 青菜80g |
| | | 冬瓜排骨湯 | 冬瓜30g+排骨5g+薑 |

| 統鮮美食股份有限公司 112年8-9月份食材表 石牌國小 | | | |
|------------------------------|----|--------|-------------------------------|
| 日期 | 星期 | 菜餚名稱 | 食材組合(以下食材重量均為生重) |
| 9/11 | 一 | 紅藜胚芽飯 | 白米80g+紅藜麥1g+胚芽米20g |
| | | 冰糖豬腳 | 豬肉60g+豬腳10g+筍20g |
| | | 海山醬燒雞 | 黑輪35g+雞肉20g+玉米10g |
| | | 脆炒豆薯 | 豆薯60g |
| | | 有機蔬菜 | 青菜80g |
| | | 酸辣湯 | 豆腐20g+金針菇8g+紅蘿蔔2g |
| 9/12 | 二 | 有機白飯 | 有機米80g |
| | | ★炸雞翅X1 | 雞翅X1 |
| | | 五彩肉蓉 | 玉米40g+豬絞肉10g+紅蘿蔔5g+菜脯10g+毛豆3g |
| | | 快炒高麗 | 高麗菜60g+紅蘿蔔5g |
| | | 有機蔬菜 | 青菜80g |
| | | 海芽蛋花湯 | 海芽1g+雞蛋10g |
| 9/13 | 三 | 地瓜飯 | 白米80g+地瓜20g |
| | | 泡菜燒肉 | 豬肉60g+泡菜15g+紅蘿蔔5g |
| | | 安東雞粉絲煲 | 馬鈴薯30g+雞肉20g+冬粉5g+洋蔥5g |
| | | 韓拌黃芽 | 黃豆芽40g+時蔬10g+海帶芽1g |
| | | 認證蔬菜 | 青菜80g |
| | | 芹香蘿蔔湯 | 白蘿蔔30g+雞骨5g+芹菜0.1g |
| 9/14 | 四 | 白飯 | 白米100g |
| | | 沙嗲乾鍋雞 | 雞肉70g+彩椒2g |
| | | 蒸 蛋 | 雞蛋50g |
| | | 蒜拌花椰 | 花椰70g+紅蘿蔔3g |
| | | 有機蔬菜 | 青菜80g |
| | | 洋芋排骨湯 | 洋芋10g+山藥10g+大麥仁5g+排骨5g |
| 9/15 | 五 | 麻香雞肉烘飯 | 白米100g+雞肉10g |
| | | 回鍋肉 | 豬肉50g+豆干10g |
| | | 麥克雞塊X2 | 麥克雞塊x2 |
| | | 海帶三絲 | 海帶50g+時蔬10g |
| | | 認證蔬菜 | 青菜80g |
| | | 米粉湯 | 米粉10g+高麗菜10g+時蔬2g |

| 統鮮美食股份有限公司 112年8-9月份食材表 石牌國小 | | | |
|------------------------------|----|----------|--------------------------------|
| 日期 | 星期 | 菜餚名稱 | 食材組合(以下食材重量均為生重) |
| 9/18 | 一 | 小米飯 | 白米80g+小米20g |
| | | 酸甜果香雞 | 雞肉70g+鳳梨5g+洋蔥5g |
| | | 奶香豚肉煲 | 大白菜40g+凍豆腐20g+豬肉10g+金針菇5g |
| | | 川耳時瓜 | 時瓜60g+紅蘿蔔3g+川耳0.1g |
| | | 有機蔬菜 | 青菜80g |
| | | 粉圓冬瓜露 | 粉圓20g+冬瓜磚 |
| 9/19 | 二 | 焗烤青醬鮮菇燉飯 | 有機米80g+菇5g+時蔬10g+玉米5g+起司 |
| | | 蒜味豬肉條X4 | 豬肉條x4 |
| | | 鮮蔬炒雞 | 高麗菜48g+雞肉12g+時蔬5g |
| | | 豆沙包X1 | 豆沙包x1 |
| | | 有機蔬菜 | 青菜80g |
| | | 0 | |
| 9/20 | 三 | 紫米飯 | 白米80g+紫米20g |
| | | 韓式醬燒雞 | 雞肉60g+豆干20g+白芝麻 |
| | | 黑胡椒玉米肉末 | 玉米40g+馬鈴薯10g+豬絞肉10g+紅蘿蔔3g+青豆1g |
| | | 鍋燒白菜 | 白菜60g+紅蘿蔔2g+香菇0.1g |
| | | 認證蔬菜 | 青菜80g |
| | | 巧達濃湯 | 馬鈴薯20g+雞蛋5g+紅蘿蔔5g |
| 9/21 | 四 | 芝麻飯 | 白米100g+芝麻 |
| | | ★炸豬排X1 | 豬排x1 |
| | | 蕃茄炒蛋 | 雞蛋30g+蕃茄15g+洋蔥15g |
| | | 玉筍花椰 | 花椰65g+玉米筍5g |
| | | 有機蔬菜 | 青菜80g |
| | | 客家粄條湯 | 粄條10g+大白菜15g+時蔬5g |
| 9/22 | 五 | 白飯 | 白米100g |
| | | 日式咖哩雞 | 雞肉60g+馬鈴薯15g+時蔬10g |
| | | 蒲燒年糕豬 | 豬肉20g+時蔬20g+年糕10g |
| | | 脆炒四季 | 四季豆60g+紅蘿蔔3g |
| | | 認證蔬菜 | 青菜80g |
| | | 薑絲冬瓜湯 | 冬瓜30g+湯排5g |
| 9/23 | 六 | 白飯 | 白米100g |
| | | 無錫滷肉 | 豬肉60g+白蘿蔔20g |
| | | 燒烤醬蝦排X1 | 蝦排x1 |
| | | 芹香炒豆芽 | 豆芽菜60g+芹菜1g+時蔬3g |
| | | 有機蔬菜 | 青菜80g |
| | | 味噌湯 | 海帶芽1g+金針菇10g |

| 統鮮美食股份有限公司 112年8-9月份食材表 石牌國小 | | | |
|------------------------------|----|--------|--------------------------------|
| 日期 | 星期 | 菜餚名稱 | 食材組合(以下食材重量均為生重) |
| 9/25 | 一 | 什錦豬肉炒飯 | 白米100g+豬肉8g+時蔬10g |
| | | 泰式椒麻雞 | 雞肉70g+洋蔥5g+彩椒5g |
| | | 馬鈴薯燉肉 | 馬鈴薯30g+豬肉10g+地瓜20g+紅蘿蔔10g |
| | | 紅仁高麗 | 高麗菜60g+紅蘿蔔3g |
| | | 有機蔬菜 | 青菜80g |
| | | 玉米蛋花湯 | 玉米20g+雞蛋5g+紅蘿蔔5g |
| 9/26 | 二 | 有機白飯 | 有機米80g |
| | | 塔香米糕魚 | 魚丁70g+米血糕20g |
| | | 西滷肉 | 大白菜40g+豆皮2g+豬肉10g+竹筍10g+香菇0.1g |
| | | 鄉村粉絲 | 時蔬12g+冬粉10g |
| | | 有機蔬菜 | 青菜80g |
| | | 蘿蔔油腐湯 | 白蘿蔔15g+油豆腐10g+杏鮑菇10g |
| 9/27 | 三 | 五穀飯 | 白米80g+五穀米20g |
| | | 蒜泥肉片 | 豬肉60g+時蔬20g |
| | | 雞粒炒蛋 | 雞蛋30g+玉米25g+雞肉10g |
| | | 清炒鮮瓜 | 時瓜60g+紅蘿蔔5g |
| | | 認證蔬菜 | 青菜80g |
| | | 鮮蔬雞湯 | 高麗菜25g+紅蘿蔔5g+雞骨5g |
| 9/28 | 四 | 白飯 | 白米100g |
| | | 柬埔寨椰香雞 | 雞肉60g+馬鈴薯20g+椰奶+小魚干 |
| | | 蝦捲X1 | 蝦捲x1 |
| | | 肉絲豆芽 | 豆芽菜60g+紅蘿蔔2g+肉絲2g |
| | | 有機蔬菜 | 青菜80g |
| | | 番茄燉湯 | 蕃茄10g+洋芋10g+黃豆2g+芹菜2g+湯排5g |