

欣竝科技員工餐廳菜單

	1月28日		1月29日		1月30日		肉類、海鮮、辛香料、蔬菜採購勾選				雜貨採購勾選			
	星期一		星期二		星期三		品名	需採購	品名	需採購	品名	需採購	品名	需採購
主菜	黑胡椒豬肉片		宮保雞丁		控肉		排骨		蔥		二砂		番茄醬	
副餐	甜不辣		螞蟻上樹		炸鯖魚片		絞肉		薑		白糖		味增	
副餐	菜圃蛋		蔥爆什錦		客家小炒		肉絲		蒜仁		冰糖		乾魷魚	
副餐							大骨		辣椒		醋		乾蝦米	
湯品							香腸		韭菜		鹽		乾香菇絲	
	1月31日		2月1日		2月2日		大、小腸		芹菜		味精		柴魚片	
	星期四		星期五		星期六		豬肚		香菜		油		油蔥酥	
主菜	炸雞翅		糖醋雞丁				肝連		九層塔		香油		味琳	
副餐	蔥爆肉絲		瓜仔蒸肉				里肌肉		大蒜苗		醬油		鮮奶油	
副餐	蒼蠅頭		海鮮蒸蛋				控肉		玉米筍		素蠔油		無鹽奶油	
副餐							豬肉片		木耳		麵粉		冬粉	
湯品							貢丸		香菇		太白粉		鹹蛋	
採買清單	蔬菜		蔬菜		其他		肉羹		金針菇		地瓜粉		皮蛋	
	品名	數量	品名	數量	品名	數量	雞翅		杏鮑菇		粘起脆粉		雞蛋	
							棒棒腿		紅蘿蔔		胡椒鹽		百頁豆腐	
							大雞腿		白蘿蔔		胡椒粉		中華豆腐	
							去骨雞腿		馬鈴薯		黑胡椒醬		板豆腐	
							去骨雞胸		花椰菜		玉米粒		豆干	
							鱈魚		洋蔥		玉米醬		干絲	
							秋刀魚		豆芽菜		咖哩塊		豆皮	
							蝦仁				乳酪絲		甜不辣	
							花枝				維力炸醬		火鍋料	
							魚排				沙茶醬		培根	