

桃園市東勢國小113學年度上學期 第 2 週 學生午餐食譜設計表(葷) 人數:407+17人

★本校膳食一律使用國產豬、牛肉

| 菜別 | 9月2日 | | 星期一 | 9月3日 | | 星期二 | 9月4日 | | 星期三 | 9月5日 | | 星期四 | 9月6日 | | 星期五 |
|--------|--------|-----------------|--------|-------|-----------------|--------|-------|------------------|--------|-------|----------------|--------|-------|-----------------|--------|
| | 名稱 | 食材名稱 | 數量 | 名稱 | 食材名稱 | 數量 | 名稱 | 食材名稱 | 數量 | 名稱 | 食材名稱 | 數量 | 名稱 | 食材名稱 | 數量 |
| 主食 | 五穀飯 | 五穀米+ | 2 KG | 糙米飯 | | | | | | 小米飯 | 小米* | 2 KG | 糙米飯 | | |
| 主菜 | 鹽水時蔬 | 青花菜(CAS)<嘉鹿> | 10 KG | 豆瓣魚丁 | 薑絲 | 0.3 KG | 什錦炒麵 | 絞紅蔥頭 | 1 KG | 和風雞丁 | 骨腿丁(CAS)<佳世福> | 3 KG | 咕咾肉 | 洋蔥(進口)+ | 8 KG |
| | | 杏鮑菇頭(QRC) | 8 KG | | 辣豆瓣醬<十全>(640g) | 2 瓶 | | 油麵(白) | 62 KG | | 白芝麻 | 0.1 KG | | 蕃茄醬<可果美>(快餐用) | 1 桶 |
| | | 油豆腐丁(非基改)<津悅> | 10 KG | | 豆腐(切小丁)非基改) | 4 板 | | 乾蝦仁 | 0.3 KG | | 雞丁(CAS)<佳世福> | 24 KG | | 甜鳳梨角<富達>(3060g) | 2 桶 |
| | | 高麗菜(進口)+ | 10 KG | | 魚丁(少冰)(CAS)<福國 | 32 KG | | 綠豆芽(QRC) | 11 KG | | 醇米霖<穀盛>(500ml) | 1 瓶 | | 小黃瓜(QRC)<正暘> | 3 KG |
| | | | | | | | | 乾香菇絲 | 0.2 KG | | 高麗菜(進口)+ | 8 KG | | 肉丁(CAS)<津谷> | 24 KG |
| | | | | | | | | 菲菜(QRC) | 2 KG | | | | | | |
| | | | | | | | | 紅蘿蔔絲(產銷履歷) | 1 KG | | | | | | |
| | | | | | | | | 肉絲(CAS)<津谷> | 6 KG | | | | | | |
| 副菜 | 咖哩洋蔥炒蛋 | 咖哩粉<老公仔標>(262g) | 1 罐 | 炒四寶 | 絞赤肉<桃園> | 2 KG | 蔬菜關東煮 | 高麗菜(進口)+ | 8 KG | 竹筍肉絲 | 薑絲 | 0.3 KG | 家常豆腐 | 蔥 | 0.3 KG |
| | | 洋蔥(進口)+ | 18 KG | | 玉米粒(CAS)<嘉鹿> | 12 KG | | 油豆腐丁(非基改)<津悅> | 10 KG | | 肉絲(CAS)<津谷> | 6 KG | | 木耳絲(QRC) | 1 KG |
| | | 洗選蛋<東杰> | 15 KG | | 毛豆仁(CAS)(1K)<嘉鹿 | 2 包 | | 虱目魚甜不辣條(產銷) | 6 KG | | 綠竹筍 | 17 KG | | 赤肉絲<桃園> | 2 KG |
| | | 紅蘿蔔絲(產銷履歷) | 2 KG | | 馬鈴薯小丁+(QRC) | 15 KG | | 白蘿蔔(進口)(大丁)+ | 10 KG | | | | | 白豆干(四分)(非基改)< | 23 KG |
| | | | | | 紅蘿蔔小丁(產銷履歷) | 2 KG | | 紅蘿蔔大丁(產銷履歷) | 3 KG | | | | | 脆筍片<品碩豐> | 3 包 |
| | | | | | | | | | | | | | | 紅蘿蔔片(產銷履歷) | 2 KG |
| 青菜 | 履歷菜 | 薑絲 | 0.2 KG | 機蔬 | 絞蒜頭 | 0.2KG | | 絞蒜頭 | 0.2KG | 機蔬 | 絞蒜頭 | 0.2KG | | 絞蒜頭 | 0.2KG |
| | | 青菜(產銷履歷) | 32 KG | | 有機蔬菜 | 32KG | | 有機蔬菜 | 32KG | | 有機蔬菜 | 32KG | | 有機蔬菜 | 32KG |
| 湯品 | 綠豆薏仁湯 | 二砂糖 | 6KG | 冬瓜湯 | 薑絲 | 0.3 KG | 玉米蛋花湯 | 洗選蛋<東杰> | 6 KG | 福菜肉片湯 | 薑絲 | 0.3 KG | 羅宋湯 | 大白菜(QRC)+ | 4 KG |
| | | 綠豆 | 6KG | | 冬瓜(青皮)(去皮)(QRC) | 14 KG | | 玉米粒(CAS)(1K)<嘉鹿> | 6 包 | | 長福菜<品碩豐> | 4 包 | | 洋蔥(進口)+ | 3 KG |
| | | 麥片<福壽> | 2KG | | 大骨(切)<桃園> | 2 KG | | 紅蘿蔔小丁(產銷履歷) | 1 KG | | 肉片(CAS)<津谷> | 3 KG | | 馬鈴薯小丁+(QRC) | 4 KG |
| | | | | | | | | | | | | | | 牛蕃茄(QRC)<正暘> | 1 KG |
| 水果 | 優酪乳 | 優酪乳<養樂多>(125ml) | 4242 | | | | 水果 | 水果 | 426份 | | | | | | |
| | | 鮮奶<養樂多>(125ml) | 3 | | | | | | | | | | | | |
| 菜單營養分析 | 類別 | | 份量 | 類別 | | 份量 | 類別 | | 份量 | 類別 | | 份量 | 類別 | | 份量 |
| | 全穀根莖類 | | 5.2 | 全穀根莖類 | | 5.1 | 全穀根莖類 | | 4.2 | 全穀根莖類 | | 4.7 | 全穀根莖類 | | 4.6 |
| | 豆魚蛋肉類 | | 1 | 豆魚蛋肉類 | | 2.2 | 豆魚蛋肉類 | | 0.9 | 豆魚蛋肉類 | | 2.2 | 豆魚蛋肉類 | | 2.4 |
| | 油脂類 | | 3 | 油脂類 | | 3 | 油脂類 | | 3 | 油脂類 | | 3 | 油脂類 | | 3 |
| | 蔬菜類 | | 1.5 | 蔬菜類 | | 1.2 | 蔬菜類 | | 0.9 | 蔬菜類 | | 1.6 | 蔬菜類 | | 1.5 |
| | 乳品類 | | 1 | 水果類 | | | 水果類 | | 1 | 水果類 | | | 水果類 | | 0.2 |
| 熱量(大卡) | | 693 | 熱量(大卡) | | 687 | 熱量(大卡) | | 579 | 熱量(大卡) | | 669 | 熱量(大卡) | | 687 | |

設計:至芄企業有限公司

執行秘書:

校長: