桃園市東勢國小113學年度上學期 第 5 週(葷) 學生午餐食譜設計表 人數:405+16人

★本校膳食一律使用國產豬、牛肉

菜別	9月23日		星期一	9月24日		星期二	9月25日		星期三	9月26日		星期四	9月27日	
	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
主食	芝麻飯	黑白芝麻各	0.1 KG	糙米飯						紫米飯	紫糯米*	2 KG	糙米飯	
主菜	滑蛋親子丼	骨腿丁(CAS)<佳世福>	3 KG	蒜泥白肉	蒜泥	0.6 KG	咖哩什錦炒飯	蔥	0.6 KG	椒麻雞	蔥	0.3 KG	香酥鯖魚	鯖魚<福國>
		洋蔥(進口)+	3 KG		肉片(CAS)<津谷>	27 KG		洋蔥(進口)+	3 KG		骨腿丁(CAS)<佳世福>	3 KG		407+7
		綠豆芽(QRC)	5 KG		高麗菜(進口)+	10 KG		洗選蛋<東杰>	8 KG		檸檬汁(濃縮)(960c.c)	1 瓶		
		洗選蛋<東杰>	4 KG					三色粒(CAS)(1K)<富士鮮品>	2 包		絞蒜頭	0.2 KG		
		雞丁(CAS)<佳世福>	23 KG					肉絲(CAS)<津谷>	6 KG		花椒粒<飛馬>(12g)	1 包		
		紅蘿蔔絲(產銷履歷)	2 KG					玉米粒(CAS)(1K)<嘉鹿>	5 包		雞丁(CAS)<佳世福>	24 KG		
											高麗菜(進口)+	8 KG		
副菜	肉燜冬瓜	薑片	0.2 KG	香菇麵筋	油泡<勝茂>	15 KG	燴獅子頭	大白菜(進口)+	14 KG	金菇什錦	薑絲	0.3 KG	蘿蔔燒黑輪	小黑輪條<如記>(CAS)
		冬瓜(青皮)(去皮)(QRC)	36 KG		乾香菇絲	0.2 KG		木耳絲(QRC)	1 KG		木耳絲(QRC)	2 KG		白蘿蔔(進口)(大丁) +
		低脂絞肉(CAS)<津谷>	3 KG		三色粒(CAS)(1K)<富士	3 包		獅子頭(40g)(CAS)<津谷>	404+7		肉絲(CAS)<津谷>	3 KG		紅蘿蔔大丁(產銷履歷)
								紅蘿蔔絲(產銷履歷)	2 KG		金針菇(QRC)	28 KG		
											紅蘿蔔絲(產銷履歷)	2 KG		
青菜	履歷	薑絲	0.2 KG	機莧	絞蒜頭	0.2 KG				機味美	絞蒜頭	0.2 KG	黑葉	絞蒜頭
		青菜(產銷履歷)	31 KG		莧菜(有機)	31 KG					味美菜(有機)	31 KG		黑葉白菜(有機)
湯品	四喜甜湯	二砂糖	6 KG	紫菜豆腐湯	蔥	0.3 KG	蘿蔔魚丸湯	珍珠虱目魚丸(小)<源鴻億>	3 KG	金針湯	薑絲	0.3 KG	酸辣湯	木耳絲(QRC)
		長粉圓<尚旺>	3 KG		紫菜(100g)	1 包		芹菜(QRC)	0.3 KG		木耳絲(QRC)	3 KG		赤肉絲<桃園>
		綠豆	2 KG		豆腐(切小丁)非基改)(	2 板		白蘿蔔(進口)(大丁) +	10 KG		大骨(切)<桃園>	2 KG		金針菇(QRC)
		花豆	2 KG								乾金針	0.6 KG		洗選蛋<東杰>
		麥片<福壽>	2 KG											豆腐(非基改)(大板)(舖
														烏酢<穀盛>(5L)
														脆筍絲<品碩豐>
														紅蘿蔔絲(產銷履歷)
水果	鮮奶	優酪乳<養樂多>(125ml)	2				水果	水果	424份					
		鮮奶<養樂多>(125ml)	425+2											
菜單營養分析	類別		份量	類別		份量	類別		份量	類別		份量	類別	
	全穀根莖類		5	全穀根莖類		4.5	全穀根莖類		4.5	全穀根莖類		4.5	全穀根莖類	
	豆魚蛋肉類		2	豆魚蛋肉類		2.1	豆魚蛋肉類		1.8	豆魚蛋肉類		2	豆魚蛋肉類	
	油脂類		3	油脂類		4	油脂類		3	油脂類		3.1	油脂類	
	蔬菜類		1.8	蔬菜類		1	蔬菜類		0.8	蔬菜類		1.8	蔬菜類	
	乳品類		1	乳品類			水果類		1	水果類			水果類	
	熱量(大卡)		761	熱量(大卡)		678	熱量(大卡)		665	熱量(大卡)		650	熱量(大卡)	

設計:至芃企業有限公司　　執行秘書:　　校長:

星期五
數量
10 KG
20 KG
5 KG
0.2 KG
31 KG
1 KG
1 KG
2 KG
3 KG
1 板
1 桶
2 包
2 KG
份量
4.8
2.2
3
1.4
671