

桃園市東勢國小113學年度上學期 第 13 週(葷) 學生午餐食譜設計表 人數:408+15人

★本校膳食一律使用國產豬、牛肉

類別	11月18日		星期一	11月19日		星期二	11月20日		星期三	11月21日		星期四	11月22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						薏仁飯	小薏仁*	2 KG	糙米飯		
主菜	京醬雞丁	雞丁(CAS)<佳世福>	24 KG	蘿蔔燒肉	赤肉丁<桃園>	25 KG	南瓜瘦肉粥	南瓜(QRC)<正暘>	25 KG	茄汁魚丁	魚丁(少冰)(CAS)<福國>	30 KG	打拋肉	絞赤肉<桃園>	20 KG
		洋蔥(進口)+	7 KG		白蘿蔔(進口)(去皮) +	11 KG		絞赤肉<桃園>	8 KG		豆腐(非基改)(小丁)(鋪袋)	2 板		洋蔥(進口)+	8 KG
		骨腿丁(CAS)<佳世福>	3 KG		紅蘿蔔大丁(QRC)+	2 KG		油蔥酥(0.3K)	2 包		蕃茄醬<可果美>(快餐用)	1 桶		絞上肉<桃園>	4 KG
		紅蘿蔔片(QRC)+	2 KG		絞蒜頭	0.2 KG		乾蝦仁	0.3 KG		蕃茄丁<可果美>(2.55K)	1 桶		牛蕃茄(QRC)<正暘>	2 KG
		甜麵醬<十全>(3K)	1 箱					乾香菇絲	0.2 KG		薑絲	0.2 KG		魚露(500g)	1 瓶
		小黃瓜	3 KG								絞蒜頭	0.2 KG		薑絲	0.3 KG
														絞蒜頭	0.2 KG
副菜	炒四寶	玉米粒(CAS)<嘉鹿>	15 KG	什菇燴鮮	金針菇(QRC)	10 KG	筍干油豆腐	油豆腐(小三角)(非基改)(切)	15 KG	佛跳牆	大白菜(QRC)+	28 KG	銀芽三絲	綠豆芽(QRC)	26 KG
		馬鈴薯小丁(進口)+	12 KG		杏鮑菇頭(QRC)	10 KG		筍干<品碩豐>	10 包		芋頭(去皮)+(QRC)<正暘>	6 KG		紅蘿蔔絲(QRC)+	2 KG
		紅蘿蔔小丁(QRC)+	2 KG		小黃瓜(QRC)<正暘>	5 KG		絞蒜頭	0.3 KG		赤肉絲<桃園>	2 KG		木耳絲(QRC)	2 KG
		絞赤肉<桃園>	2 KG		生香菇(QRC)	3 KG					絞紅蔥頭	0.6 KG		赤肉絲<桃園>	2 KG
		毛豆仁(CAS)(1K)<嘉鹿>	2 包		紅蘿蔔絲(QRC)+	2 KG					乾蝦仁	0.2 KG		韮菜(QRC)<旭暘>	2 KG
					赤肉絲<桃園>	2 KG					乾香菇絲	0.2 KG			
青菜	履歷菜	黑葉白菜(產銷履歷)	31 KG	機小松	小松菜(有機)	31 KG				機小白	小白菜(有機)	31 KG	機塔菇	塔菇菜(有機)	31 KG
		薑絲	0.2 KG		絞蒜頭	0.2 KG					薑絲	0.2 KG		絞蒜頭	0.2 KG
湯品	冬瓜珍珠粉圓	冬瓜糖	6 個	昆布湯	乾海帶(250g)	2 包	鍋貼	巧好熟煎鍋貼(30g)(CAS)	425*2 個	大黃瓜湯	大黃瓜(去皮)+(QRC)<正暘>	14 KG	金針湯	冬粉(龍品)<信全>	3 KG
		二砂糖	5 KG		大骨(切)<桃園>	2 KG					大骨(切)<桃園>	2 KG		大骨(切)<桃園>	2 KG
		黑粉圓<尚旺>	5 KG		薑絲	0.3 KG								乾金針	0.6 KG
		長粉圓<尚旺>	3 KG											薑絲	0.3 KG
水果							水果	水果	425份	鮮奶	鮮奶<養樂多>(125ml)	419+2 瓶			
											優酪乳<養樂多>(125ml)	6 瓶			
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		6	全穀根莖類		4.5	全穀根莖類		5.5	全穀根莖類		4.7	全穀根莖類		5
	豆魚蛋肉類		1.8	豆魚蛋肉類		2	豆魚蛋肉類		1	豆魚蛋肉類		2	豆魚蛋肉類		1.8
	油脂類		3	油脂類		3	油脂類		3.1	油脂類		3	油脂類		3
	蔬菜類		1	蔬菜類		1.8	蔬菜類		0.5	蔬菜類		1.8	蔬菜類		1.7
	乳品類			水果類			水果類		1	乳品類		1	乳品類		1
熱量(大卡)			715	熱量(大卡)		645	熱量(大卡)		672	熱量(大卡)		740	熱量(大卡)		744

設計:至芃企業有限公司

執行秘書:

校長: