

桃園市東勢國小113學年度下學期 第 2 週(董) 學生午餐食譜設計表 人數:400+13人

★本校膳食一律使用國產豬、牛肉

菜別	2月17日			2月18日			2月19日			2月20日			2月21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	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	蠔油 蘿蔔 黑豆干	素蠔油<萬家香>(非基改)(6K)	1 桶	麻油 雞	薑片	0.5 KG	什錦 炒米 粉	絞紅蔥頭	0.6 KG	香酥 蝦排	蝦排(80g)(CAS)<源鴻億>	409+6 片	馬鈴 薯燒 肉	紅蘿蔔大丁(QRC)+	2 KG
		紅蘿蔔大丁(QRC)+	2 KG		骨髓丁(CAS)<超素>	3 KG		赤肉絲<桃園>	6 KG		赤肉丁<桃園>	25 KG			
		絞蒜頭	0.2 KG		高麗菜(QRC)+	8 KG		乾蝦仁	0.3 KG		絞蒜頭	0.2 KG			
		大溪黑豆干(切9丁)(非基改)<	23 KG		麻油<燈燦>(450g)	1 瓶		高麗菜(QRC)+	12 KG		馬鈴薯大丁+(QRC)	10 KG			
		白蘿蔔大丁(QRC)+	12 KG		雞丁(CAS)<佳世福>	25 KG		綠豆芽(QRC)	7 KG						
					杏鮑菇頭(加菜)	3 KG		米粉	30 KG						
								乾香菇絲	0.2 KG						
								韮菜(QRC)<旭暘>	3 KG						
副菜	鮮菇 蒸蛋			客家 蘿蔔 絲	絞紅蔥頭	0.6 KG	紅燒 什錦	薑片	0.2 KG	麻婆 豆腐	蔥	0.5 KG	炒三 絲	薑絲	0.3 KG
		年糕紙	20 張		紅蘿蔔絲(QRC)+	2 KG		紅辣椒	0.1 KG		絞赤肉<桃園>	3 KG		紅辣椒	0.1 KG
		洗選蛋<東杰>	25 KG		赤肉絲<桃園>	2 KG		紅蘿蔔大丁(QRC)+	2 KG		辣豆瓣醬<十全>(640g)	1 瓶		紅蘿蔔絲(QRC)+	2 KG
		乾香菇絲	0.1 KG		乾蝦仁	0.2 KG		海帶結<聯宏>	7 KG		豆腐(切小丁)非基改(大)	7 板		海帶絲<聯宏>	12 KG
		金針菇(加菜)	3 KG		絞蒜頭	0.2 KG		杏鮑菇頭(QRC)	8 KG					粗干絲(非基改)<津悅>	12 KG
					乾香菇絲	0.2 KG		油豆腐(小三角)(非基改)(約	15 KG						
					白蘿蔔(切絲)+(QRC)	30 KG									
青菜	履歷	薑絲	0.2 KG	機山 茼蒿	絞蒜頭	0.2 KG			黑菜	絞蒜頭	0.2 KG	機優 愛	絞蒜頭	0.2 KG	
		小松菜(產銷履歷)	31 KG		山茼蒿(有機)	31 KG		黑葉白菜(有機)		31 KG	優愛菜(有機)		31 KG		
湯品	燒仙 草	二砂糖	6 KG	高麗 菜味 噌湯	高麗菜(QRC)+	3 KG	福菜 肉片 湯	薑絲	0.3 KG	玉米 蛋花 湯	紅蘿蔔小丁(QRC)+	1 KG	青木 瓜湯	大骨(切)<桃園>	2 KG
		長粉圓<尚旺>	3 KG		乾海帶芽	0.1 KG		赤肉片<桃園>	3 KG		洗選蛋<東杰>	6 KG		枸杞	0.1 KG
		花生片(熟硬)	1 KG		味噌<十全>(3K)	1 箱		長福菜<品碩豐>	4 包		玉米粒(CAS)(1K)<富士鮮	6 包		青木瓜(去皮)+(QRC)<正	13 KG
		綠豆	2 KG		豆腐(切小丁)非基改)	2 板									
		花豆	2 KG		洋蔥(QRC)+	2 KG									
		仙草原汁<津悅>(5K)	6包												
		2包加菜		豆奶	純豆奶(產銷履歷)<正	424 瓶	水果	423+6	優酪乳	優酪乳<養樂多>(125ml)	425 瓶				
							雲水書坊			鮮奶<養樂多>(125ml)	2 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		5.1	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		2.2	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		1.2	蔬菜類		1.2	蔬菜類		0.9	蔬菜類		1.6	蔬菜類		1.5
	水果類			水果類			水果類		1	水果類			水果類		0.2
熱量(大卡)		687	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: