

桃園市東勢國小113學年度下學期 第8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 | 3月31日 | | 星期一 | 4月1日 | | 星期二 | 4月2日 | | 星期三 | 4月3日 | | 星期四 | 4月4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 | 薏仁飯 | 小薏仁* | 2 KG | 糙米飯 | | | | | | | | | | | |
| 主菜 | 蠔油 鮮菇 黑豆干 | 大溪黑豆干(切9丁)(非基) | 23 KG | 炸豬排 | 地瓜粉 | 5 KG | 雞肉 貝殼麵 | 貝殼麵(三色)(500g) | 52 包 | | | | | | |
| | | 白蘿蔔大丁+(QRC) | 12 KG | | 沙拉油<台糖>(18L) | 1 桶 | | 清雞丁(小)(CAS)<佳世福> | 7 KG | | | | | | |
| | | 紅蘿蔔大丁(產銷履歷) | 2 KG | | 里肌肉片<桃園> | 414份 | | 洋蔥(QRC)+ | 5 KG | | | | | | |
| | | 素蠔油<萬家香>(非基改) | 1 桶 | | | | | 玉米粒(CAS)(1K)<嘉鹿> | 5 包 | | | | | | |
| | | 絞蒜頭 | 0.2 KG | | | | | 青花菜(CAS)(1K)<嘉鹿> | 5 包 | | | | | | |
| | | | | | | | | 紅蘿蔔小丁(產銷履歷) | 2 KG | | | | | | |
| | | | | | | | | 絞蒜頭 | 0.2 KG | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| 副菜 | 蕃茄炒蛋 | 洗選蛋<東杰> | 25 KG | 雙色花菜 | 白花菜(CAS)<嘉鹿> | 16 KG | 茶葉蛋 (先送) 3 機小芥 | 純紅茶(60g x 10小包)<尚旺> | 1 大包 | | | | | | |
| | | 牛蕃茄(QRC)<旭暘> | 12 KG | | 青花菜(CAS)<嘉鹿> | 16 KG | | 滷包(大)(10個)<老公仔標> | 1 包 | | | | | | |
| | | 蔥 | 0.6 KG | | 赤肉片<桃園> | 2 KG | | 洗選蛋<東杰> | 425個 | | | | | | |
| | | | | | 絞蒜頭 | 0.2 KG | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| 青菜 | 履歷 | 青菜(產銷履歷) | 31 KG | 小鴨包 | 小鴨包(加菜) | 428個 | 魚羹湯 | 小芥菜(有機)<大藝> | 31 KG | | | | | | |
| | | 薑絲 | 0.2 KG | | | | | 薑絲 | 0.2 KG | | | | | | |
| 湯品 | 青木瓜湯 | 青木瓜(去皮)+(QRC)<正時> | 14 KG | 珍珠奶茶 | 黑粉圓<尚旺> | 12 KG | 魚羹湯 | 魚煨(CAS)<源鴻億> | 6 KG | | | | | | |
| | | 大骨(切)<桃園> | 2 KG | | 二砂糖 | 6 KG | | 大白菜(QRC)+ | 3 KG | | | | | | |
| | | 枸杞 | 0.1 KG | | 純紅茶(60g x 10小包) | 1 大包 | | 木耳絲(QRC) | 2 KG | | | | | | |
| | | | | | 奶粉<雀巢>(2.1K) | 1 罐 | | 脆筍絲<品碩豐> | 1 包 | | | | | | |
| | | | | | | | | 紅蘿蔔絲(產銷履歷) | 1 KG | | | | | | |
| 水果 | 優酪乳 | 優酪乳<養樂多>(125ml) | 420+2 瓶 | | | | 水果 | 水果 | 418份 | | | | | | |
| | | 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 | | | | | | |
| | 全穀根莖類 | | 4.5 | 全穀根莖類 | | 7.2 | 全穀根莖類 | | 4.1 | | | | | | |
| | 豆魚蛋肉類 | | 2.4 | 豆魚蛋肉類 | | 2.2 | 豆魚蛋肉類 | | 1.7 | | | | | | |
| | 油脂類 | | 3 | 油脂類 | | 3.2 | 油脂類 | | 3 | | | | | | |
| | 蔬菜類 | | 1.7 | 蔬菜類 | | 0.8 | 蔬菜類 | | 1.2 | | | | | | |
| | 乳品類 | | 1 | 乳品類 | | 0.2 | 水果類 | | 1 | | | | | | |
| 熱量(大卡) | | 733 | 熱量(大卡) | | 857 | 熱量(大卡) | | 640 | | | | | | | |

設計:至芄企業有限公司

執行秘書:

校長: