

桃園市東勢國小113學年度下學期 第 13 週(葷) 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	5月5日		星期一	5月6日		星期二	5月7日		星期三	5月8日		星期四	5月9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	小米飯	小米*	2 KG	糙米飯						紅扁豆	紅扁豆*	1 KG	糙米飯		
主菜	三杯雞	雞丁(CAS)<佳世福>	24 KG	蒙古炒肉片	赤肉片<桃園>	25 KG	肉絲燴飯	赤肉絲<桃園>	10 KG	香酥魷魚排	魷魚排(80g)(CAS)<	406+6 片	洋芋燒雞丁	雞丁(CAS)<佳世福>	24 KG
		杏鮑菇頭(QRC)	8 KG		黃豆芽(非基改)(QRC)	8 KG		高麗菜(QRC)+	10 KG					馬鈴薯大丁+(QRC)	6 KG
		骨髓丁(CAS)<佳世福>	3 KG		洋蔥(QRC)+	3 KG		洋蔥(QRC)+	8 KG					骨髓丁(CAS)<佳世福>	3 KG
		麻油<燈燦>(450g)	1 瓶		紅蘿蔔片(產銷履歷)	2 KG		紅蘿蔔絲(產銷履歷)	3 KG					紅蘿蔔大丁(產銷履歷)	2 KG
		九層塔(QRC)<旭暘>	0.6 KG		烤肉醬<金蘭>(5L)	1 桶		黑胡椒粒<老公仔標>(3	1 罐					絞蒜頭	0.2 KG
		蒜片	0.3 KG		安佳奶油(454g)	1 條									
		薑片	0.3 KG		九層塔(QRC)<旭暘>	0.6 KG									
副菜	起司馬鈴薯蒸蛋	洗選蛋<東杰>	20 KG	木須瓠瓜	瓠瓜(去皮)+(QRC)<正	30 KG	客家小炒	豆干片(非基改)<津悅>	25 KG	螞蟻上樹	高麗菜(QRC)+	6 KG	炒三絲	海帶絲<聯宏>	12 KG
					木耳絲(QRC)	2 KG		芹菜(去葉)+(QRC)<旭暘	5 KG		冬粉(龍品)<信全>	6 KG		粗干絲(非基改)<津悅>	12 KG
					紅蘿蔔絲(產銷履歷)	2 KG		赤肉絲<桃園>	3 KG		絞赤肉<桃園>	2 KG		紅蘿蔔絲(QRC)+	2 KG
		馬鈴薯絲	10 KG		絞蒜頭	0.2 KG		乾魷魚絲	1.5 KG		紅蘿蔔絲(產銷履歷)	2 KG		薑絲	0.3 KG
		起司	3包					紅辣椒	0.1 KG		辣豆瓣醬<十全>(6	1 瓶		紅辣椒	0.1 KG
											乾蝦仁	0.2 KG			
											乾香菇絲	0.2 KG			
青菜	履歷	青菜(產銷履歷)	31 KG	機味美	味美菜(有機)	31 KG			機小松	小松菜(有機)	31 KG	機A	A菜(有機)	31 KG	
		薑絲	0.2 KG		絞蒜頭	0.2 KG		絞蒜頭		0.2 KG	絞蒜頭		0.2 KG		
湯品	冬檸檬瓜山粉圓	二砂糖	6 KG	桂筍福菜湯	桂竹筍	8 KG	酸辣湯	洗選蛋<東杰>	3 KG	蕃茄豆芽湯	黃豆芽(非基改)(QRC)	5 KG	大黃瓜湯	大黃瓜(去皮)+(QRC)<正	14 KG
		冬瓜糖	6 個		長福菜<品碩豐>	3 包		金針菇(QRC)	2 KG		牛蕃茄(QRC)<正暘	5 KG		大骨(切)<桃園>	2 KG
		檸檬汁(濃縮)(960c.c)	2 瓶		大骨(切)<桃園>	2 KG		脆筍絲<品碩豐>	2 包		高麗菜(QRC)+	3 KG			
		山粉圓	2 KG					紅蘿蔔絲(產銷履歷)	2 KG		大骨(切)<桃園>	2 KG			
								木耳絲(QRC)	1 KG						
								赤肉絲<桃園>	1 KG						
								豆腐(非基改)(大板)(舖	1 板						
水果	優酪乳	優酪乳<養樂多>(125ml)	419+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	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	4.7	全穀根莖類	4.7	全穀根莖類	4.6	全穀根莖類	5.2				
		豆魚蛋肉類	2.6	豆魚蛋肉類	1.9	豆魚蛋肉類	1.9	豆魚蛋肉類	1.2	豆魚蛋肉類	2				
		油脂類	3	油脂類	3.1	油脂類	3.1	油脂類	3	油脂類	3				
		蔬菜類	1.1	蔬菜類	2	蔬菜類	2	蔬菜類	0.7	蔬菜類	1.7				
		乳品類	1	水果類		水果類		水果類	1	水果類					
	熱量(大卡)	782	熱量(大卡)	661	熱量(大卡)	661	熱量(大卡)	625	熱量(大卡)	692					

設計:至芄企業有限公司

執行秘書:

校長: