

桃園市東勢國小113學年度下學期 第 16 週(葷) 學生午餐食譜設計表 人數:402+14人

★本校膳食一律使用國產豬、牛肉

類別	5月26日		星期一	5月27日		星期二	5月28日		星期三	5月29日		星期四	5月30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						紫米飯	紫糯米*	2 KG			
主菜	鹽水時蔬			韓式燒雞丁	雞丁(CAS)<佳世福>	25 KG	油飯	長糯米	30 KG	五柳魚丁	旗魚丁(QRC)	28 KG	端午節補休		
		高麗菜(QRC)+	10 KG		甜不辣條(QRC)<阿豐>	6 KG		豆干丁(非基改)<津悅>	10 KG		洋蔥(QRC)+	6 KG			
		青花菜(CAS)<嘉鹿>	8 KG		骨腿丁(CAS)<佳世福>	3 KG		赤肉絲<桃園>	8 KG		木耳絲(QRC)	3 KG			
		杏鮑菇頭(QRC)	8 KG		洋蔥(QRC)+	5 KG		雪蓮子	3 KG		脆筍絲<品碩豐>	3 包			
		凍豆腐	12 KG		韓式辣椒醬(500g)	1 罐		豬油(絞)<桃園>	3 KG		紅蘿蔔絲(產銷履歷)	2 KG			
								碎脯<品碩豐>	2 包		薑絲	0.3 KG			
								絞紅蔥頭	1 KG						
								乾蝦仁	0.5 KG						
								乾香菇絲	0.3 KG						
副菜	蕃茄炒蛋	洗選蛋<東杰>	25 KG	開陽高麗菜	高麗菜(QRC)+	36 KG	塔香鮮菇豆干	豆干(四分)(非基改)<津悅>	20 KG	紹子豆腐	油豆腐丁(非基改)<東杰>	28 KG			
		牛蕃茄(QRC)<正暘>	12 KG					杏鮑菇頭(QRC)	15 KG		三色粒(CAS)(1K)<富源>	3 包			
		蔥	0.6 KG		乾蝦仁	0.6 KG		九層塔(QRC)<旭暘>	0.6 KG		絞赤肉<桃園>	2 KG			
					絞蒜頭	0.2 KG		蒜片	0.3 KG		生香菇(QRC)	2 KG			
											黑豆瓣醬<十全>	1 KG			
											絞蒜頭	0.2 KG			
											蔥	0.6 KG			
青菜	履歷	小松菜(產銷履歷)	31 KG	荷葉	荷葉白菜(有機)	31 KG				懷柔青江	青江菜(有機)	31 KG			
		薑絲	0.2 KG		絞蒜頭	0.2 KG					絞蒜頭	0.2 KG			
湯品	仙草粉圓	仙草凍(3K)	10 包	和風味噌湯	豆腐(切小丁)非基改)	4 板	榨菜肉絲湯	榨菜絲<品碩豐>	4 包	羅宋湯	大白菜(QRC)+	4 KG			
		二砂糖	6 KG		柴魚(300g)	1 包		赤肉絲<桃園>	3 KG		馬鈴薯大丁+(QRC)	4 KG			
		長粉圓<尚旺>	6 KG		味噌<十全>(3K)	1 箱		蔥	0.3 KG		洋蔥(QRC)+	2 KG			
					乾海帶芽	0.3 KG					牛蕃茄(QRC)<正暘>	2 KG			
											紅蘿蔔小丁(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	421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
	全穀根莖類		6	全穀根莖類		4.5	全穀根莖類		4.2	全穀根莖類		4.7	全穀根莖類		4.7
	豆魚蛋肉類		0.6	豆魚蛋肉類		2.6	豆魚蛋肉類		1.9	豆魚蛋肉類		2.3	豆魚蛋肉類		2
	油脂類		3	油脂類		3	油脂類		3	油脂類		3.2	油脂類		3
	蔬菜類		1.1	蔬菜類		1.4	蔬菜類		0.9	蔬菜類		1.4	蔬菜類		1.8
	乳品類		1	水果類			水果類		1	水果類			水果類		
		熱量(大卡)	688			熱量(大卡)	680			熱量(大卡)	654			熱量(大卡)	659

設計:至芄企業有限公司

執行秘書:

校長: