

桃園市東勢國小113學年度下學期 第 19 週(葷) 學生午餐食譜設計表 人數:342+12人

★本校膳食一律使用國產豬、牛肉

菜別	6月16日		星期一	6月17日		星期二	6月18日		星期三	6月19日		星期四	6月20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	燕麥	燕麥*	1.7 KG	糙米飯						小米飯	小米*	1.7 KG	糙米飯		
主菜	貴妃燒雞	雞丁(CAS)<佳世福>	20 KG	砂鍋魚丁	鯰魚丁(去皮)(QRC)	24 KG	什錦炒米粉	米粉	26 KG	鴿蛋肉燥飯	絞赤肉<桃園>	20 KG	咖哩雞丁	雞丁(CAS)<佳世福>	21 KG
		骨髓丁(CAS)<佳世福>	2.5 KG		凍豆腐(非基改)<津悅>	9 KG		高麗菜(QRC)+	7 KG		鳥蛋(QRC)(加菜)	15 KG		馬鈴薯大丁+(QRC)	7 KG
		小黃瓜(QRC)	2.5 KG		大白菜(QRC)+	4.2 KG		綠豆芽(QRC)	6 KG		洋蔥(QRC)+	8 KG		骨髓丁(CAS)<佳世福>	2.5 KG
		洋蔥(QRC)+	1.7 KG		紅蘿蔔絲(產銷履歷)	1.7 KG		赤肉絲<桃園>	5 KG		絞紅蔥頭	0.6 KG		洋蔥(QRC)+	2.5 KG
		紅蘿蔔大丁(產銷履歷)	1.7 KG		沙茶醬<牛頭牌>(3K)	1 桶		紅蘿蔔絲(產銷履歷)	2.5 KG					咖哩粉<老公仔標>(600)	1 盒
		蕃茄醬<可果美>(快食用)	1 桶					絞紅蔥頭	0.5 KG					紅蘿蔔大丁(產銷履歷)	1 KG
								乾蝦仁	0.2 KG						
								乾香菇絲	0.2 KG						
副菜	蔥爆雞蛋	洗選蛋<東杰>	21 KG	炒冬瓜	冬瓜(青皮)(去皮)(QRC)	31 KG	蒜味毛豆莢	毛豆莢(CAS)<嘉鹿>	30 KG	銀芽三絲	綠豆芽(QRC)	22 KG	塔香肉末茄子	茄子(QRC)<正暘>	26 KG
		蔥	3.4 KG		絞上肉<桃園>	1.7 KG		絞蒜頭	0.2 KG		赤肉絲<桃園>	1.7 KG		絞赤肉<桃園>	1.7 KG
		紅蘿蔔絲(產銷履歷)	1.7 KG		薑片	0.2 KG					韭菜(QRC)<旭暘>	1.7 KG		九層塔(QRC)<旭暘>	0.5 KG
					枸杞	0.1 KG					紅蘿蔔絲(產銷履歷)	1.7 KG		絞蒜頭	0.2 KG
青菜	履歷	青菜(產銷履歷)	26 KG	機莧	莧菜(有機)	26 KG				檳青松油豆腐粉絲湯	青松菜(有機)	27 KG	荷葉	荷葉白菜(有機)	26 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	紅豆西米露	二砂糖	5 KG	蕃茄玉米湯	牛蕃茄(QRC)<正暘>	6 KG	竹筍湯	竹筍(去殼)+(QRC)	15 KG	油豆腐粉絲湯	油豆腐丁(非基改)<津悅>	4.2 KG	黃瓜湯	大黃瓜(去皮)+(QRC)<正暘>	12 KG
		椰漿(椰奶)(400ml)	5 罐		玉米條(切薄)(QRC)(非基改)	5 KG		大骨(切)<桃園>	2 KG		小白菜(產銷履歷)	3.5 KG		大骨(切)<桃園>	1.7 KG
		紅豆(1K)<產銷履歷>	4 包		蔥	0.3 KG					冬粉(龍品)<信全>	1.7 KG			
		西谷米	2 KG								紅蘿蔔絲(產銷履歷)	1.7 KG			
水果	鮮奶	鮮奶<養樂多>(125ml)	352+2瓶				水果	359份							
		優酪乳<養樂多>(125ml)	8 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)		681	熱量(大卡)		659	

設計:至芄企業有限公司

執行秘書:

校長: