

桃園市東勢國小113學年度下學期 第 20 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23日			6月24日			6月25日			6月26日			6月27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	之麻飯	白芝麻	0.1 KG	之米飯						系米飯	紫糯米*	1.7 KG	之米飯		
		黑芝麻	0.1 KG												
主菜	蠔油鮮菇豆干	白豆干(四分)(非基改)<鴻>	21 KG	馬鈴薯燉肉	赤肉丁<桃園>	21 KG	玉米雞茸粥	洗選蛋<東杰>	7 KG	鮮菇燒雞	雞丁(CAS)<佳世福>	21 KG	青醬魚丁	旗魚丁(QRC)	24 KG
		杏鮑菇頭(QRC)	7 KG		馬鈴薯大丁+(QRC)	5 KG		玉米粒(CAS)(1K)<嘉鹿>	7 包		杏鮑菇頭(QRC)	7 KG		洋蔥(QRC)+	4 KG
		紅蘿蔔大丁(產銷履歷)	1.7 KG		洋蔥(QRC)+	2.5 KG		清雞丁(小小丁)(CAS)<佳世福>	6 KG		骨髓丁(CAS)<佳世福>	2.5 KG		青花菜(CAS)(1K)<嘉鹿>	5 包
		絞蒜頭	0.2 KG		紅蘿蔔大丁(產銷履歷)	1.7 KG		紅蘿蔔小丁(產銷履歷)	2 KG		紅蘿蔔大丁(產銷履歷)	1.7 KG		羅勒青醬<憶霖>(1K)	2 包
					絞蒜頭	0.2 KG		芹菜(去葉)+(QRC)<旭暘>	1 KG		絞蒜頭	0.2 KG		絞蒜頭	0.2 KG
					綠花椰	5 KG									
副菜	蕃茄炒蛋	洗選蛋<東杰>	19 KG	鳳梨木耳	木耳絲(QRC)	10 KG	客家小炒	豆干片(非基改)<津悅>	21 KG	小瓜甜不辣	小黃瓜(QRC)	18 KG	炒四寶	馬鈴薯小丁+(QRC)	12 KG
		牛蕃茄(QRC)<正暘>	12 KG		甜鳳梨角<飯友>(3035g)	5 桶		芹菜(去葉)+(QRC)<旭暘>	4.2 KG		甜不辣絲(QRC)<阿豐師>	7 KG		玉米粒(CAS)<嘉鹿>	10 KG
		蔥	0.5 KG		赤肉絲<桃園>	1.7 KG		赤肉絲<桃園>	2.5 KG		紅蘿蔔片(產銷履歷)	2 KG		毛豆仁(CAS)(1K)<嘉鹿>	2 包
					薑絲	0.3 KG		乾魷魚絲	1.2 KG					絞赤肉<桃園>	1.7 KG
								紅辣椒	0.1 KG					紅蘿蔔小丁(產銷履歷)	1 KG
青菜	履歷	青菜(產銷履歷)	26 KG	空心菜	空心菜(有機)	26 KG				味美菜	味美菜(有機)	26 KG	福山	福山茼蒿(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	仙草粉圓	仙草凍(3K)	9 包	青木瓜湯	青木瓜(去皮)+(QRC)<正>	12 KG	芝麻包	芝麻包<晶鈺>(65g)	365 個	金針肉絲湯	金針菇(QRC)	1.7 KG	竹筍湯	綠竹筍切絲(補助)	13 KG
		二砂糖	5 KG		大骨(切)<桃園>	2 KG					赤肉絲<桃園>	1.7 KG		大骨(切)<桃園>	2 KG
		長粉圓<尚旺>	5 KG		枸杞	0.1 KG					木耳絲(QRC)	1 KG			
											乾金針	0.5 KG			
											薑絲	0.3 KG			
水果	優酪乳	優酪乳<養樂多>(125ml)	356+2 瓶				水果	水果	359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)		681	熱量(大卡)		659

設計:至芄企業有限公司

執行秘書:

校長: