

桃園市東勢國小114學年度上學期 第 1 週 學生午餐食譜設計表 人數:397+13人

★本校膳食一律使用國產豬、牛肉

菜別	9月1日		星期一	9月2日		星期二	9月3日		星期三	9月4日		星期四	9月5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	五穀米 +	2 KG	糙米飯						小米飯	小米*	2 KG	糙米飯		
主菜	和風雞丁	雞丁(CAS)<佳世福>	23 KG	豆瓣魚丁	旗魚丁(QRC)	27 KG	什錦炒麵	油麵(白)	60 KG	宮保雞丁	雞丁(CAS)<佳世福>	23 KG	京醬肉絲	赤肉絲<桃園>	24 KG
		高麗菜(進口)+	8 KG		豆腐(切小丁)(非基改)	4 板		綠豆芽(QRC)	11 KG		麵腸(切段)<津悅>	6 KG		洋蔥(QRC)+	8 KG
		骨髓丁(CAS)<佳世福>	3 KG		辣豆瓣醬<十全>(640g)	2 瓶		赤肉絲<桃園>	8 KG		骨髓丁(CAS)<佳世福>	3 KG		紅蘿蔔絲(QRC)+	3 KG
		醇米霖<穀盛>(500ml)	1 瓶		薑絲	0.3 KG		韮菜(QRC)<旭暘>	2 KG		洋蔥	1 KG		甜麵醬<十全>	2 KG
		白芝麻	0.1 KG					絞紅蔥頭	1 KG		蒜花生	1 KG			
		紅蘿蔔片(QRC)+	1 KG					紅蘿蔔絲(QRC)+	1 KG		蒜片	0.2 KG			
								乾蝦仁	0.3 KG		乾辣椒(切)	0.1 KG			
								乾香菇絲	0.2 KG						
副菜	紅蔘炒蛋	洗選蛋<東杰>	20 KG	炒四寶	馬鈴薯小丁+(QRC)	15 KG	蔬菜關東煮			金菇什錦	金針菇(QRC)	25 KG	銀芽三絲	綠豆芽(QRC)	26 KG
		紅蘿蔔絲(QRC)+	9 KG		玉米粒(CAS)<嘉鹿>	12 KG		白蘿蔔(進口)(大丁) +	15 KG		木耳絲(QRC)	4 KG		油豆片(切絲)(非基改)<	3 KG
		生香菇(QRC)	2 KG		絞赤肉<桃園>	2 KG		油豆腐丁(非基改)<津悅>	12 KG		紅蘿蔔絲(QRC)+	2 KG		韮菜(QRC)<旭暘>	2 KG
					紅蘿蔔小丁(QRC)	2 KG		甜不辣條(QRC)<阿豐師>	6 KG		赤肉絲<桃園>	2 KG		紅蘿蔔絲(QRC)+	2 KG
					毛豆仁(CAS)(1K)<嘉鹿>	2 包		紅蘿蔔大丁(QRC)+	2 KG		薑絲	0.3 KG		木耳絲(QRC)	1 KG
青菜	履歷菜	空心菜(產銷履歷)	31 KG	機蔬	小白菜(有機)	31 KG				機蔬	千寶菜(有機)	31 KG	機蔬	白松菜(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	綠豆麥片湯	二砂糖	6 KG	冬瓜湯	冬瓜(青皮)(去皮)(QRC)	14 KG	玉米蛋花湯	洗選蛋<東杰>	6 KG	福菜肉片湯	長福菜<品碩豐>	4 包	羅宋湯	馬鈴薯大丁+(QRC)	4 KG
		綠豆	6 KG		大骨(切)<桃園>	2 KG		玉米粒(CAS)(1K)<嘉鹿>	6 包		赤肉片<桃園>	3 KG		大白菜(進口)+	3 KG
		麥片<福壽>	2 KG		薑絲	0.3 KG		紅蘿蔔小丁(QRC)+	1 KG		薑絲	0.3 KG		洋蔥(QRC)+	2 KG
														蕃茄丁<可果美>(2.55K)	1 桶
水果							水果						優酪乳	優酪乳<養樂多>(125ml)	407+2
														鮮奶<養樂多>(125ml)	3
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		5.2	全穀根莖類		5.1	全穀根莖類		4.2	全穀根莖類		4.7	全穀根莖類		4.6
	豆魚蛋肉類		1	豆魚蛋肉類		2.2	豆魚蛋肉類		0.9	豆魚蛋肉類		2.2	豆魚蛋肉類		2.4
	油脂類		3	油脂類		3	油脂類		3	油脂類		3	油脂類		3
	蔬菜類		1.5	蔬菜類		1.2	蔬菜類		0.9	蔬菜類		1.6	蔬菜類		1.5
	乳品類			水果類			水果類		1	水果類			乳品類		1
		熱量(大卡)	612			熱量(大卡)	687			熱量(大卡)	579			熱量(大卡)	756

設計:至芃企業有限公司

執行秘書:

校長: