

桃園市東勢國小114學年度上學期 第 2 週 學生午餐食譜設計表 人數:377+15人

★本校膳食一律使用國產豬、牛肉

菜別	9月8日			星期一			9月9日			星期二			9月10日			星期三			9月11日			星期四			9月12日			星期五
	名稱	食材名稱	數量	單價	小計	名稱	食材名稱	數量	單價	小計	名稱	食材名稱	數量	單價	小計	名稱	食材名稱	數量	單價	小計	名稱	食材名稱	數量					
主食	燕麥飯	燕麥*	2 KG		0	糙米飯										紅扁豆飯	紅扁豆*	1 KG		0	糙米飯							
主菜	豆腐粉絲煲	冬粉(龍品)<信全>	6 KG		0	三杯雞	雞丁(CAS)<佳世福>	24 KG		0	玉米滑蛋瘦肉粥 1 2	玉米粒(CAS)<嘉鹿>	7 KG		0	香酥虱目魚排	虱目魚排(75g)(產銷)	377+7 份		0	咕咾肉	赤肉丁(小)<桃園>	23 KG					
		豆腐(切小丁)(非基)	5 板		0		豆干(四分)	9 KG		0		絞肉<CAS>	6 KG		0					洋蔥(QRC)+		8 KG						
		紅蘿蔔絲(QRC)+	1 KG		0		骨腿丁(CAS)<佳世福>	3 KG		0		洗選蛋<東杰>	6 KG		0					小黃瓜(QRC)<正暘>		2 KG						
		乾香菇絲	0.2 KG		0		麻油<燈燦>(450g)	1 瓶		0		紅蘿蔔小丁(QRC)+	2 KG		0					甜鳳梨角<飯友>(3035g)		2 桶						
							九層塔(QRC)<旭暘>	0.3 KG		0		毛豆粒	1 KG		0					蕃茄醬<可果美>(快餐)		1 桶						
							蒜片	0.3 KG		0																		
							薑片	0.3 KG		0																		
副菜	鮮菇蒸蛋	洗選蛋<東杰>	24 KG		0	蘿蔔燒黑輪	白蘿蔔(進口)(大丁)+	20 KG		0	紅燒什錦	油豆腐(小三角)(非基)	10 KG		0	炒寧波年糕	寧波年糕片<新興>(550g)	18 包		0	起司洋芋	馬鈴薯大丁+(QRC)	28 KG					
		生香菇(QRC)	3 KG		0		小黑輪條<如記>(CAS)	9 KG		0		杏鮑菇頭(QRC)	8 KG		0		高麗菜(進口)+	20 KG		0		乳酪絲(起司絲)(1K)	3 包					
							紅蘿蔔大丁(QRC)+	4 KG		0		素紫米糕(900g)	6 包		0		紅蘿蔔絲(QRC)+	1 KG		0		清雞丁(小)(CAS)<佳世福>	2 KG					
												海帶結<聯宏>	5 KG		0		赤肉絲<桃園>	2 KG		0		紅蘿蔔大丁(QRC)+	2 KG					
												紅蘿蔔大丁(QRC)+	2 KG		0		洋蔥	1 KG		0								
												薑片	0.2 KG		0		木耳絲(QRC)	1 KG		0								
												紅辣椒	0.1 KG		0													
青菜	野履歷書	莧菜(產銷履歷)	30 KG		0	機空心菜	空心菜(有機)	30 KG		0						機青松	青松菜(有機)	30 KG		0	機黑葉白菜	黑葉白菜(有機)	30 KG					
		薑絲	0.2 KG		0		絞蒜頭	0.2 KG		0							絞蒜頭	0.2 KG		0		絞蒜頭	0.2 KG					
湯品	檸檬愛玉粉圓	愛玉凍(3K)	9 包		0	鮮菇什錦湯	青花菜(CAS)(1K)<嘉鹿>	5 包		0	鮮肉包	鮮肉包<奇美>(65g)	7+7 個		0	榨菜肉絲湯	榨菜絲<品碩豐>	4 包		0	黃豆芽肉絲湯	黃豆芽(非基改)(QRC)	9 KG					
		二砂糖	5 KG		0		金針菇(QRC)	3 KG		0							赤肉絲<桃園>	3 KG		0		赤肉絲<桃園>	2 KG					
		白粉圓	3 KG		0		大骨(切)<桃園>	2 KG		0							蔥	0.1 KG		0		紅蘿蔔絲(QRC)+	2 KG					
		檸檬汁(濃縮)(960)	1 瓶		0		生香菇(QRC)	1 KG		0																		
							木耳絲(QRC)	1 KG		0																		
水果	鮮奶	鮮奶<養樂多>(1250ml)	386+2 瓶								水果	水果	390份								豆奶	純豆奶(產銷履歷)<正康>	395+4					
		優酪乳<養樂多>(1250ml)	7 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						
	全穀根莖類	5.7			全穀根莖類	4.9			全穀根莖類	5.7			全穀根莖類	5.4			全穀根莖類	5.3										
	豆魚蛋肉類	1.5			豆魚蛋肉類	2.2			豆魚蛋肉類	1.4			豆魚蛋肉類	2			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	0.9			蔬菜類	1.6			蔬菜類	0.4			蔬菜類	1.5			蔬菜類	1.4										
	乳品類	1			水果類				水果類	1			水果類				水果類	0.2										
	熱量(大卡)	750			熱量(大卡)	683			熱量(大卡)	709			熱量(大卡)	710			熱量(大卡)	703										

設計:至芄企業有限公司

執行秘書:

校長: