

桃園市東勢國小114學年度上學期 第 7 週 學生午餐食譜設計表 人數:375+16人

★本校膳食一律使用國產豬、牛肉

類別	10月13日			10月14日			10月15日			10月16日			10月17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	小米飯	小米*	2 KG	糙米飯						燕麥飯	燕麥*	2 KG	糙米飯		
主菜	筍乾麵輪煮	海帶結<聯宏>	10 KG	洋芋燒雞丁	雞丁(CAS)<佳世福>	24 KG	什錦炒米粉	米粉	26 KG	香酥魷魚排	魷魚排(80g)(CAS)<源鴻>	381 片	日式洋蔥燒肉	赤肉片<桃園>	23 KG
		麵輪(小)	6 KG		馬鈴薯大丁+(QRC)	7 KG		高麗菜(進口)+	8 KG					洋蔥(進口)+	8 KG
		筍干<品碩豐>	5 包		骨腿丁(CAS)<佳世福>	3 KG		赤肉絲<桃園>	6 KG					紅蘿蔔絲(QRC)+	2 KG
		紅蘿蔔大丁(QRC)+	2 KG		紅蘿蔔大丁(QRC)+	2 KG		紅蘿蔔絲(QRC)+	3 KG					白芝麻	0.2 KG
		薑片	0.3 KG		絞蒜頭	0.2 KG		茼菜(QRC)<旭暘>	2 KG						
								絞紅蔥頭	0.6 KG						
								乾蝦仁	0.3 KG						
								乾香菇絲	0.2 KG						
副菜	芙蓉炒蛋	洗選蛋<東杰>	20 KG	五寶鮮蔬	青江菜(產銷履歷)	20 KG	紅燒什錦	杏鮑菇頭(QRC)	8 KG	麻婆豆腐	豆腐(切小丁)(非基改)(	7 板	鳳梨木耳	木耳絲(QRC)	13 KG
		三色粒(CAS)(1K)<富士	6 包		木耳絲(QRC)	3 KG		油豆腐(小三角)(非基改)(	15 KG		絞赤肉<桃園>	2 KG		甜鳳梨角<飯友>(303	6 桶
		玉米粒(CAS)(1K)<嘉鹿>	5 包		杏鮑菇頭(QRC)	3 KG		白蘿蔔大丁	8 KG		辣豆瓣醬<十全>(640g)	1 瓶		赤肉絲<桃園>	2 KG
					紅蘿蔔片(QRC)+	2 KG		紅蘿蔔大丁(QRC)+	2 KG		毛豆仁(CAS)(1K)<嘉鹿	1 包		薑絲	0.3 KG
					生香菇(QRC)	2 KG		薑片	0.2 KG						
								紅辣椒	0.1 KG						
青菜	產銷履歷青菜	青菜(產銷履歷)	30 KG	有機空心菜	空心菜(有機)	30 KG				有機青松菜	青松菜(有機)	30 KG	有機優愛菜	優愛菜(有機)	30 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	綠豆薏仁湯	二砂糖	6 KG	高麗菜味噌湯	高麗菜(進口)+	3 KG	冬瓜魚丸湯	冬瓜(青皮)(去皮)(QRC)+	10 KG	羅宋湯	馬鈴薯大丁+(QRC)	4 KG	蘿蔔玉米湯	白蘿蔔(進口)(大丁)+	8 KG
		綠豆	6 KG		洋蔥(進口)+	2 KG		珍珠虱目魚丸(小)<源鴻	3 KG		大白菜(進口)+	3 KG		玉米條(切薄)(QRC)(	5 KG
		小薏仁	2 KG		豆腐(切小丁)(非基	2 板		薑絲	0.3 KG		洋蔥(進口)+	2 KG		大骨(切)<桃園>	2 KG
					味噌<十全>(3K)	1 箱					牛蕃茄(QRC)<正暘>	2 KG			
					乾海帶芽	0.1 KG					紅蘿蔔小丁(QRC)+	1 KG			
水果	優酪乳	優酪乳<養樂多>(125ml)	394+2 瓶				水果	水果	396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		5.5	全穀根莖類		4.7	全穀根莖類		3	全穀根莖類		4.6	全穀根莖類		4.6
	豆魚蛋肉類		1.5	豆魚蛋肉類		2	豆魚蛋肉類		1.1	豆魚蛋肉類		2.5	豆魚蛋肉類		1.9
	油脂類		3	油脂類		3	油脂類		3.2	油脂類		3	油脂類		3.1
	蔬菜類		1.4	蔬菜類		1.7	蔬菜類		1	蔬菜類		1	蔬菜類		1.6
	乳品類		1	水果類			水果類		1	水果類			水果類		0.5
	熱量(大卡)		749	熱量(大卡)		657	熱量(大卡)		522	熱量(大卡)		670	熱量(大卡)		674

設計:至芄企業有限公司

執行秘書:

校長: