

桃園市東勢國小114學年度上學期 第18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

菜 別	12月29日		星期一		12月30日		星期二		12月31日		星期三		1月1日		星期四		1月2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	名稱	食材名稱	數量	名稱	食材名稱
主食	喬麥飯	蕎麥*★	2 KG	糙米飯												糙米飯				
主 菜	貴妃燒雞	紅蘿蔔大丁(QRC)+	1 KG	味噌魚丁★	蔥	0.6 KG	火腿炒飯★	洋蔥(進口)+	3 KG	元旦放假一天						蒜泥白肉	蒜泥	0.6 KG		
		骨腿丁(CAS)<佳世福>	3 KG		薑絲	0.6 KG		洗選蛋<東杰>★	5 KG								瘦夾心肉片<桃園>	22 KG		
		洋蔥(進口)+	2 KG		白芝麻	0.3 KG		玉米粒(CAS)(1K)<嘉鹿>	3 包								綠豆芽(QRC)	8 KG		
		蕃茄醬<可果美>(快餐用)	1 桶		味噌<十全>(3K)	1 箱		三色粒(CAS)(1K)<富士鮮	2 包											
		雞丁(CAS)<佳世福>	21 KG		魚丁(少冰)(CAS)<福國	24 KG		火腿丁(CAS)<津谷>	5 KG											
		小黃瓜(QRC)<正暘>	3 KG		豆腐(切小丁)(非基改)	4 板														
副 菜	三絲燴芥菜	薑絲	0.3 KG	白菜滷味★	大白菜(QRC)+	25 KG	家鄉滷味★	白蘿蔔大丁+(QRC)	12 KG	培根高麗菜						高麗菜(QRC)+	28 KG			
		紅蘿蔔絲(QRC)+	1 KG		紅蘿蔔絲(QRC)+	1 KG		海帶結<聯宏>	6 KG								絞蒜頭	0.2 KG		
		木耳絲(QRC)	2 KG		木耳絲(QRC)	1 KG		絞蒜頭	0.2 KG								培根碎片(CAS)<嘉一香>	2 KG		
		赤肉絲<桃園>	2 KG		赤肉絲<桃園>	2 KG		油豆腐丁(非基改)<津悅>	12 KG											
		大芥菜(QRC)<旭暘>	25 KG		乾蝦仁★	0.2 KG														
					乾香菇絲	0.2 KG														
青 菜	產銷履歷青菜	薑絲	0.2 KG	有機小松菜	絞蒜頭	0.2 KG				有機塔菇菜						絞蒜頭	0.2 KG			
		青菜(產銷履歷)	28 KG		小松菜(有機)	28 KG											塔菇菜(有機)	27 KG		
湯 品	四喜甜湯★	二砂糖	6 KG	蕪菁豚骨湯	大骨(切)<桃園>	2 KG	酸辣湯★	紅蘿蔔絲(QRC)+	1 KG	薄揚蘿蔔羹湯★						柴魚(300g)	1 包			
		長粉圓<尚旺>	2 KG		大頭菜(去皮)(QRC)+	10 KG		木耳絲(QRC)	1 KG								油豆腐丁(非基改)<津悅>	3 KG		
		綠豆	2 KG					赤肉絲<桃園>	1 KG								味噌<十全>(3K)	1 箱		
		花豆	2 KG					金針菇(QRC)	1 KG								白蘿蔔大丁+(QRC)	7 KG		
		麥片<福壽>★	2 KG					洗選蛋<東杰>★	1 KG											
								烏酢<穀盛>(5L)	1 桶											
								脆筍絲<品碩豐>	1 包											
								豆腐(切小丁)(非基改)(大)	1 板											
水果	鮮 奶 ★	鮮奶<養樂多>(125ml)★	390+2 瓶				水果	水果	398份											
		優酪乳<養樂多>(125ml)	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	類別	份量	類別	份量	類別	份量		
	全穀根莖類	4.5	全穀根莖類	4.6	全穀根莖類	4.9	全穀根莖類	4.9	全穀根莖類	4.5	豆魚蛋肉類	2.3	豆魚蛋肉類	1.9	豆魚蛋肉類	1.9	豆魚蛋肉類	2.1		
	豆魚蛋肉類	2.3	豆魚蛋肉類	2.4	豆魚蛋肉類	1.9	豆魚蛋肉類	1.9	豆魚蛋肉類	1.9	油脂類	3.1	油脂類	3	油脂類	3	油脂類	3		
	油脂類	3.1	油脂類	3	油脂類	3	蔬菜類	0.2	蔬菜類	0.2	蔬菜類	1.4	蔬菜類	0.2	蔬菜類	0.2	蔬菜類	1.1		
	乳品類	1	水果類		水果類	1	水果類	1	水果類	1	水果類	743	熱量(大卡)	665	熱量(大卡)	686	熱量(大卡)	686		
	熱量(大卡)	743	熱量(大卡)		熱量(大卡)	665	熱量(大卡)	686	熱量(大卡)	686	熱量(大卡)						熱量(大卡)	635		

設計:至梵企業有限公司

執行秘書:

校長:

◎本菜單含有甲殼類、花生、乳品類、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類、亞硫酸鹽類等及其各類製品，不適合對其過敏體質者食用。

肉