

桃園市東勢國小108學年度下學期 第3週 學生午餐食譜設計表 人數:411+12人

類別	3月9日			星期一	3月10日			星期二	3月11日			星期三	3月12日			星期四	3月13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		
主食	五穀飯	五穀米 +	2KG	糙米飯							小米飯	小米*	2KG	糙米飯						
主菜	和風雞丁	骨腿丁(CAS)-<上德>	4KG	薑母鴨	薑片	0.3KG	皮蛋瘦肉粥	紅蘿蔔小丁	1KG	韓式燒肉	紅蘿蔔絲	2KG	南瓜燒肉	薑片	0.3KG					
		白芝麻	0.1KG		高麗菜 +	12KG		絞赤肉<桃園>	8KG		赤肉絲<桃園>	25KG		赤肉丁<桃園>	25KG					
		洋蔥	12KG		麻油<燈燦>(450g)	1瓶		皮蛋	68個		白芝麻	0.1KG		南瓜	15KG					
		雞丁(CAS)-<上德>	23KG		豆皮卷(非基改)	1.8KG		玉米粒(CAS)<嘉鹿>	5KG		黃豆芽(非基改)	10KG								
		醇米霖<穀盛>(500n	1瓶		鴨丁(CAS)<友宏>	24KG		青豆粒(冷凍)<嘉鹿>	2KG		韓式辣椒醬(1K)	1罐								
								乾蝦仁	0.3KG											
								油蔥酥(0.3K)	1包											
副菜	蕃茄炒蛋	蔥	0.6KG	家常豆腐	蔥	0.3KG	鮮菇高麗菜	紅蘿蔔絲	2KG	清燴絲瓜	薑絲	0.3KG	五福臨門	紅蘿蔔小丁	3KG					
		牛蕃茄	12KG		紅蘿蔔片	2KG		秀珍菇	2KG		紅蘿蔔絲	3KG		馬鈴薯小丁+	10KG					
		洗選蛋<東杰>	25KG		木耳絲	1KG		Q~高麗菜 +	30KG		絲瓜(去皮) +	35KG		絞赤肉<桃園>	3KG					
					赤肉絲<桃園>	2KG		金針菇	2KG		木耳絲	2KG		玉米粒(CAS)<嘉鹿>	15KG					
					油豆腐丁(非基改)<津	24KG		絞蒜頭	0.3KG					青豆粒(1K)<嘉鹿>	3包					
					脆筍片<品碩豐>	3包														
青菜	(產銷)	薑絲	0.3KG	機塔菇	絞蒜頭	0.3KG			機青油	絞蒜頭	0.3KG	黑葉	薑絲	0.3KG						
		山茼蒿(產銷履歷)	34KG		廣島菜(有機)	34KG					青油菜(有機)		34KG	小白菜(有機)					34KG	
湯品	四喜甜湯	糖	5KG	黃豆芽肉絲湯	赤肉絲<桃園>	3KG	紅藜饅頭	紅藜饅頭<奇美>(65	21包	紫菜吻魚湯	薑絲	0.3KG	薄揚蘿蔔湯	白蘿蔔(去皮) +	12KG					
		長粉圓<尚旺>	3KG		黃豆芽(非基改)	15KG					吻仔魚	0.6KG		柴魚(300g)	1包					
		綠豆	1.8KG						紫菜(100g)		1包	油豆腐丁(非基改)<津		2KG						
		花豆	1.8KG						大骨		2KG	味噌<十全>(3K)		1箱						
		麥片<福壽>	2KG																	
水果	鮮奶	優酪乳<養樂多>(12	4+6瓶			425份	水果	水果	418份											
		鮮奶<養樂多>(125n	414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		
		五穀根莖類	5.8	五穀根莖類	4.7	五穀根莖類	5.7	五穀根莖類	4.5	五穀根莖類	5.4									
		豆魚蛋肉類	2.7	豆魚蛋肉類	2.8	豆魚蛋肉類	1	豆魚蛋肉類	2	豆魚蛋肉類	2									
		油脂類	2.6	油脂類	3	油脂類	3.3	油脂類	3.2	油脂類	3									
		蔬菜類	1.3	蔬菜類	1.6	蔬菜類	1	蔬菜類	2	蔬菜類	1.2									
		乳品類	1	水果類		水果類	1	水果類		水果類										
		熱量(大卡)	839	熱量(大卡)	714	熱量(大卡)	708	熱量(大卡)	659	熱量(大卡)	693									

設計:至芄企業有限公司

執行秘書:

校長:

