

桃園市東勢國小112學年度下學期 第 4 週 學生午餐食譜設計表 人數:415+20人

★本校膳食一律使用國產豬、牛肉

菜別	3月4日		星期一	3月5日		星期二	3月6日		星期三	3月7日		星期四	3月8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	五穀飯	五穀米 +	2 KG	糙米飯						芝麻飯	黑白芝麻各	0.1 KG	糙米飯		
主菜	咖哩時蔬	咖哩粉<老公仔標>(600g)	1 盒	三杯雞	蒜片	0.3 KG	雞蛋菠菜瘦肉粥	絞赤肉<桃園>	8 KG	香酥鯖魚	鯖魚<福國>	415份	蘿蔔燒肉	紅蘿蔔大丁(產銷)+	2 KG
		紅蘿蔔大丁(產銷)+	1 KG		骨髓丁(CAS)<佳世福>	3 KG		乾蝦仁	0.3 KG					白蘿蔔大丁+(QRC)	10 KG
		馬鈴薯大丁+(QRC)	15 KG		杏鮑菇頭(QRC)	5 KG		油蔥酥(0.3K)	2 包					赤肉丁<桃園>	24 KG
		青花菜(CAS)(1K)<嘉鹿>	5 包		麻油<燈燦>(450g)	1 瓶		洗選蛋<東杰>	10 KG					絞蒜頭	0.2 KG
		豆腐(切小丁)非基改)(大板)(	4 板		洋蔥(QRC)+	5 KG		紅蘿蔔小丁(產銷)+	2 KG						
					雞丁(CAS)<佳世福>	24.5KG		菠菜(產銷履歷)	20 KG						
副菜	蕃茄炒蛋	蔥	0.6 KG	培根高麗菜	高麗菜(QRC)+	32 KG	滷什錦	上肉丁<桃園>	3 KG	洋蔥炒肉絲	紅蘿蔔絲(產銷)+	3 KG	三絲燴芥菜	紅蘿蔔絲(產銷)+	2 KG
		牛番茄	15 KG		絞蒜頭	0.2 KG		絞蒜頭	0.2 KG		赤肉絲<桃園>	3 KG		木耳絲(QRC)	2 KG
		洗選蛋<東杰>	20 KG		培根碎片(3K)(CAS)<嘉	1 包		滷包(大)(10個)<老公仔標>	1 包		洋蔥(QRC)+	15 KG		赤肉絲<桃園>	3 KG
					木耳絲(QRC)	2 KG		麵腸(切段)<津悅>	15 KG		青花菜	10KG		大芥菜(QRC)<正暘>	30 KG
								白蘿蔔大丁+(產銷)	15 KG		白花菜	5KG			
青菜	(產銷)	薑絲	0.2 KG	福山菜	絞蒜頭	0.2 KG				機青松	絞蒜頭	0.2 KG	機青江	絞蒜頭	0.2 KG
		小白菜(產銷履歷)	32 KG		福山萵苣(有機)	32 KG					青松菜(有機)	32 KG		青江菜(有機)	32 KG
湯品	紅豆紫米湯	二砂糖	6 KG	豆腐味噌湯	蔥	0.6 KG	豆沙包	豆沙包(65g)	436 個	田園蔬菜湯	大白菜(QRC)+	8 KG	大黃瓜湯	大骨(切)<桃園>	2 KG
		紫糯米	4 KG		味噌<十全>(3K)	1 箱					紅蘿蔔片(產銷)+	2 KG		大黃瓜(去皮)+(QRC)<正	14 KG
		紅豆(1K)<產銷履歷>	5 包		豆腐(切小丁)非基改)(	4 板					金針菇	3 KG			
											大骨(切)<桃園>	2 KG			
											玉米粒(1K)	3 KG			
水果	鮮奶	優酪乳<養樂多>(125ml)	4 瓶				水果	水果	435份						
		鮮奶<養樂多>(125ml)	431 +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		5.6	全穀根莖類		4.7	全穀根莖類		5.6	全穀根莖類		4.6	全穀根莖類		4.7
	豆魚蛋肉類		1.3	豆魚蛋肉類		2.1	豆魚蛋肉類		2	豆魚蛋肉類		2.2	豆魚蛋肉類		2
	油脂類		3	油脂類		3.1	油脂類		3	油脂類		3.1	油脂類		3
	蔬菜類		1.1	蔬菜類		1.7	蔬菜類		0.8	蔬菜類		1.8	蔬菜類		2.1
	乳品類		1	水果類			水果類		1	水果類			水果類		
		熱量(大卡)	733			熱量(大卡)	669			熱量(大卡)	757			熱量(大卡)	667

設計:至芄企業有限公司

執行秘書:

校長: