

桃園市東勢國小112學年度下學期 第 6 週 學生午餐食譜設計表 人數:414+20人

★本校膳食一律使用國產豬、牛肉

菜別	3月18日			3月19日			3月20日			3月21日			3月22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
	人數	391+3		人數	391+8		人數	391+3		人數	391+2		人數	391+2	
主食	燕麥餅	燕麥*	2 KG	糙米飯						麥片餅	麥片<福壽>*	2 KG	糙米飯		
主菜	筍乾麵輪煮	薑片	0.3 KG	南瓜燒肉	薑片	0.3 KG	什錦炒飯	蔥	0.6 KG	香酥魷魚排	魷魚排(80g)(CAS)<源鴻億	413+7 片	梅干蒸肉	絞赤肉<桃園>	15 KG
		海帶結<聯宏>	10 KG		赤肉丁<桃園>	24.5 KG		赤肉絲<桃園>	7 KG					絞上肉<桃園>	10 KG
		麵輪(小)	6 KG		南瓜(QRC)<正陽>	12 KG		洗選蛋<東杰>	7 KG					絞蒜頭	0.3 KG
		筍干<品碩豐>	5 包					三色粒(CAS)(1K)<富士鮮品>	2 包					梅干菜<駿泰>(3K)	4 包
		紅蘿蔔大丁(產銷履歷)+	3 KG					洋蔥(QRC)+	3 KG						
								高麗菜(QRC)+	8 KG						
副菜	蕃茄炒蛋	蔥	0.6 KG	玉米燒海茸	薑絲	0.6 KG	紅燒什錦	薑片	0.2 KG	鹽水時蔬	高麗菜(QRC)+	10 KG	黃瓜什錦	木耳絲(QRC)	1 KG
		洗選蛋<東杰>	20 KG		海茸<聯宏>	16 KG		紅辣椒	0.1 KG		杏鮑菇頭(QRC)	6 KG		大黃瓜(去皮)+(QRC)<正	30 KG
		牛蕃茄(QRC)<正陽>	15 KG		玉米粒(CAS)<嘉鹿>	10 KG		海帶結<聯宏>	7 KG		絞蒜頭	0.2 KG		紅蘿蔔片(產銷履歷)+	2 KG
								紅蘿蔔大丁(產銷履歷)+	3 KG		青花菜(CAS)(1K)<嘉鹿>	8 包		秀珍菇(QRC)	3 KG
								素肚(切12丁)<津悅>	10 KG		油豆腐丁(非基改)<津悅>	12 KG			
								豆干(四分)(非基改)<津悅>	15 KG						
青菜	(產銷)	薑絲	0.2 KG	機小松	絞蒜頭	0.2 KG				機塔菇	絞蒜頭	0.2 KG	機千寶	絞蒜頭	0.2 KG
		黑葉白菜(產銷履歷)	32 KG		青油菜(有機)	32 KG					塔菇菜(有機)	32 KG		千寶菜(有機)	32 KG
湯品	綠豆QQ湯	二砂糖	6 KG	金針肉絲湯	薑絲	0.3 KG	蘿蔔魚丸湯	白蘿蔔大丁+(QRC)	10 KG	昆布湯	薑絲	0.3 KG	金菇肉絲湯	生香菇(QRC)	2 KG
		長粉圓<尚旺>	3 KG		木耳絲(QRC)	3 KG		珍珠虱目魚丸(小)<源鴻億>	6 KG		乾海帶(250g)	2 包		赤肉絲<桃園>	2 KG
		綠豆	6 KG		赤肉絲<桃園>	3 KG		芹菜(QRC)	0.3 KG		大骨(切)<桃園>	2 KG		金針菇(QRC)	8 KG
					金針	0.6 KG								紅蘿蔔絲(產銷履歷)+	2 KG
水果	鮮奶	優酪乳<養樂多>(125ml)	4 瓶				水果	水果	434份						
		鮮奶<養樂多>(125ml)	430 +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	5.4		全穀根莖類	4.5		全穀根莖類	4		全穀根莖類	4.5		全穀根莖類	4.7	
	豆魚蛋肉類	2.4		豆魚蛋肉類	2.5		豆魚蛋肉類	0.7		豆魚蛋肉類	2.3		豆魚蛋肉類	3.2	
	油脂類	3		油脂類	3		油脂類	3		油脂類	3		油脂類	3.1	
	蔬菜類	0.8		蔬菜類	1.2		蔬菜類	1.1		蔬菜類	1.6		蔬菜類	1.6	
	乳品類	1		水果類			水果類	1		水果類			水果類		
	熱量(大卡)	794		熱量(大卡)	668		熱量(大卡)	555		熱量(大卡)	663		熱量(大卡)	749	

設計:至芄企業有限公司

執行秘書:

校長: