

桃園市東勢國小108學年度下學期 第7週 學生午餐食譜設計表

人數:410+13人

菜別	4月6日			星期一	4月7日			星期二	4月8日			星期三	4月9日			星期四	4月10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	燕麥飯	燕麥*	2KG	糙米飯						玉米飯	玉米粒(CAS)<嘉鹿>	5KG	糙米飯							
主菜	洋芋雞丁	紅蘿蔔大丁	2KG	豆腐燒魚丁	蔥	0.6KG	洋蔥豬肉燴飯	紅蘿蔔絲	3KG	貴妃燒雞	小黃瓜	3KG	香菇肉燥	絞赤肉<桃園>	25KG					
		馬鈴薯大丁+	10KG		薑絲	0.5KG		赤肉片<桃園>	18KG		紅蘿蔔大丁	2KG		洋蔥+	7KG					
		絞蒜頭	0.3KG		辣豆瓣醬<十全>(640g)	1瓶		洋蔥+	5KG		洋蔥+	8KG		乾香菇絲	0.2KG					
		雞丁(CAS)-<上德>	23KG		豆腐(非基改)(大板)<上德>	4板		高麗菜 +	10KG		雞丁(CAS)-	23KG		豆干丁(非基改)<津悅>	8KG					
		骨腿丁(CAS)<超秦>	4KG		魚丁<福國>	32KG		黑胡椒粒<老公仔標>	1罐		骨腿丁(CAS)	4KG								
副菜	海茸肉絲	薑絲	0.2KG	螞蟻上樹	紅蘿蔔絲	3KG	玉米炒蛋	蔥	0.6KG	起司洋芋	紅蘿蔔大丁	3KG	野菜煮	青花菜(CAS)<嘉鹿>	12KG					
		海茸<聯宏>	26KG		絞赤肉<桃園>	3KG		紅蘿蔔小丁	2KG		馬鈴薯大丁+	30KG		紅蘿蔔大丁	5KG					
		赤肉絲<桃園>	3KG		乾蝦仁	0.3KG		玉米粒(CAS)<嘉鹿>	12KG		培根<立大>	2KG		白蘿蔔(去皮) +	10KG					
					高麗菜 +	6KG		洗選蛋<東杰>	22KG		乳酪絲(起司絲)(1包)	1包		牛蒡(去皮) +	8KG					
					辣豆瓣醬<十全>(640g)	1瓶														
					乾香菇絲	0.1KG														
					冬粉(龍品)<信全>	6KG														
青菜	(產銷)	薑絲	0.3KG	機小白	絞蒜頭	0.3KG			機千寶	絞蒜頭	0.3KG	日本	絞蒜頭	0.3KG						
		小松菜(產銷履歷)	34KG		小白菜(有機)	34KG				千寶菜(有機)	34KG		日本水菜(有機)	34KG						
湯品	綠豆麥片湯	糖	5KG	菇菇蛋花湯	蔥	0.3KG	蜆仔湯	薑絲	0.3KG	芡菜湯	蔥	0.3KG	莧菜吻魚湯	莧菜	12KG					
		綠豆	8KG		紅蘿蔔絲	3KG		蜆仔	18KG		紅蘿蔔絲	3KG		吻仔魚	0.6KG					
		麥片<福壽>	2KG		生香菇	2KG			冬菜<瑞津>(200g)		1瓶	雞背骨<上德>		2KG						
					金針菇	6KG			冬粉(龍品)<信全>		2KG									
					洗選蛋<東杰>	6KG			雞背骨<上德>		2KG									
水果	鮮奶	優酪乳<養樂多>(125ml)	4+6瓶			430份	水果	水果	424份			423份			424份					
		鮮奶<養樂多>(125ml)	420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		
	五穀根莖類		5.9	五穀根莖類		5.2	五穀根莖類		4.8	五穀根莖類		5.4	五穀根莖類		4.5	五穀根莖類		4.5		
	豆魚蛋肉類		2	豆魚蛋肉類		2.5	豆魚蛋肉類		2.7	豆魚蛋肉類		2	豆魚蛋肉類		2.4	豆魚蛋肉類		2.4		
	油脂類		2.5	油脂類		2.8	油脂類		2.7	油脂類		2.9	油脂類		3	油脂類		3		
	蔬菜類		1.4	蔬菜類		1.4	蔬菜類		0.5	蔬菜類		1.2	蔬菜類		2	蔬菜類		2		
	乳品類		1	水果類			水果類		1	水果類			水果類		0	水果類		0		
	熱量(大卡)		792	熱量(大卡)		713	熱量(大卡)		733	熱量(大卡)		689	熱量(大卡)		680	熱量(大卡)		680		

設計:食譜審查委員

執行秘書:

校長: