

桃園市東勢國小108學年度下學期 第12週 學生午餐食譜設計表

人數:410+13人

菜別	5月11日		星期一	5月12日		星期二	5月13日		星期三	5月14日		星期四	5月15日		星期五
	名稱	食材名稱	數量(412人)	名稱	食材名稱	數量(415人)	名稱	食材名稱	數量(412人)	名稱	食材名稱	數量(411人)	名稱	食材名稱	數量(412人)
主食	燕麥	燕麥*	2KG	糙米飯						五穀飯	五穀米+	2KG	糙米飯		
主菜	麻油素腰花	素腰花	27KG	照燒雞丁	紅蘿蔔片	3KG	大滷湯麵	大白菜+	10KG	鮮菇燒雞	紅蘿蔔大丁	2KG	南瓜燒肉	薑片	0.3KG
		薑片	0.3KG		洋蔥+	6KG		紅蘿蔔絲	3KG		杏鮑菇頭	8KG		赤肉丁<桃園>	25KG
		杏鮑菇頭	10KG		雞丁(CAS)-<上德>	23.5KG		油麵(白)	50KG		絞蒜頭	0.3KG		南瓜	15KG
		麻油<燈燦>(450g)	1瓶		照燒醬(日式)<穀盛>	1桶		木耳絲	2KG		雞丁(CAS)-<上德>	23KG			
		枸杞	0.1KG		骨腿丁(小)(CAS)-<上>	4KG		赤肉絲<桃園>	6KG		骨腿丁(小)(CAS)-<	4KG			
								洗選蛋<東杰>	5KG						
								豆腐(非基改)(大板)	3板						
副菜	枸杞蒸蛋	枸杞	0.3KG	小黃瓜炒黑輪	小黃瓜	23KG	紅燒什錦	薑片	0.3KG	麻婆豆腐	蔥	0.5KG	麻醬錦絲	芝麻醬<北方>(350g)	2瓶
		洗選蛋<東杰>	25KG		紅蘿蔔片	2KG		紅辣椒	0.1KG		絞赤肉<桃園>	3KG		小黃瓜	10KG
					黑輪片<品豐>	10KG		Q~白蘿蔔(去皮)+	15KG		辣豆瓣醬<十全>(6	1瓶		紅蘿蔔絲	5KG
								海帶結<聯宏>	8KG		豆腐(非基改)(大板)	8板		木耳絲	2KG
								油豆腐(小三角)(非基	12KG					赤肉絲<桃園>	3KG
														絞蒜頭	0.3KG
														白干絲(非基改)<津悅	10KG
青菜	(產銷綠豆西米露優酪乳	薑絲	0.3KG	機青油	絞蒜頭	0.3KG				機青松	絞蒜頭	0.3KG	機千寶蟹肉豆腐羹	絞蒜頭	0.3KG
		黑葉白菜(產銷履歷)	34KG		青油菜(有機)	34KG					青松菜(有機)	34KG		千寶菜(有機)	34KG
湯品	綠豆西米露優酪乳	糖	5KG	冬瓜湯	冬瓜(青皮)(去皮)	18KG	沖繩黑糖捲	沖繩黑糖捲<奇美>	425個	黃瓜湯	大黃瓜(去皮)+	18KG		蟹肉棒	2KG
		綠豆	8KG		枸杞	0.1KG					雞背骨<上德>	2KG		大白菜+	6KG
		西谷米	2KG		雞背骨<上德>	3KG								紅蘿蔔絲	2KG
														豆腐(非基改)(大板)<	2板
水果	優酪乳<養樂多>(12		425瓶			429份	水果	水果	425份			423份			425份
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	
	五穀根莖類	6.1	五穀根莖類	4.9	五穀根莖類	4.6	五穀根莖類	4.5	五穀根莖類	4.7					
	豆魚蛋肉類	2.1	豆魚蛋肉類	2	豆魚蛋肉類	1.9	豆魚蛋肉類	2.6	豆魚蛋肉類	2.7					
	油脂類	2.4	油脂類	3	油脂類	3	油脂類	3	油脂類	3.2					
	蔬菜類	0.8	蔬菜類	2	蔬菜類	1	蔬菜類	1.5	蔬菜類	1.4					
	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)	678	熱量(大卡)	685	熱量(大卡)	683	熱量(大卡)	711						

設計:食譜審查委員

執行秘書:

校長: