

桃園市東勢國小108學年度下學期 第13週 學生午餐食譜設計表

人數:411+13人

類別	5月18日			星期一	5月19日			星期二	5月20日			星期三	5月21日			星期四	5月22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	地瓜	地瓜(去皮) +		6KG	糙米飯								小米飯	小米*		2KG	糙米飯			
主菜	滷雞翅	滷包(小)<老公仔標>		3個	宜蘭 卜肉	麵粉		5KG	肉絲 蛋炒飯	蔥		0.6KG	豆腐 燒魚丁	蔥		0.6KG	梅干 燒肉	赤肉丁(小)<桃園>		15KG
		絞蒜頭		0.5KG		地瓜粉		5KG		赤肉絲<桃園>		10KG		薑絲		0.5KG		上肉丁(小)<桃園>		10KG
		雞翅(CAS)-<上德>		412支		赤肉丁<桃園>		25.5KG		高麗菜 +		8KG		辣豆瓣醬<十全>(640		1瓶		絞蒜頭		0.3KG
						杏鮑菇頭		12KG		洗選蛋<東杰>		10KG		豆腐(非基改)(大板)<		4板		梅干菜<駿泰>(3K)		4包
						洗選蛋<東杰>		5KG		三色粒(CAS)<嘉鹿>		5KG		魚丁(少冰)<福國>		32KG				
副菜	鳳梨 木耳	薑絲		0.3KG	田園 四色	小黃瓜		10KG	雙色 花椰	白花菜(CAS)<嘉鹿>		17KG	清燴 絲瓜	薑絲		0.6KG	小瓜 鮮菇	小黃瓜		25KG
		木耳絲		15KG		馬鈴薯小丁+		15KG		青花菜(CAS)<嘉鹿>		17KG		絲瓜(去皮) +		40KG		紅蘿蔔片		3KG
		赤肉絲<桃園>		3KG		火腿丁		3KG		紅蘿蔔片		3KG		枸杞		0.2KG		秀珍菇		3KG
		甜鳳梨角<飯友>(3035		6桶		玉米粒(CAS)<嘉鹿>		10KG										絞蒜頭		0.3KG
																		杏鮑菇頭		5KG
青菜	(產銷 追溯)	薑絲		0.3KG	機塔 菇	絞蒜頭		0.3KG					荷葉	絞蒜頭		0.3KG	機味 羊	絞蒜頭		0.3KG
		青江菜(產銷履歷)		34KG		塔菇菜(有機)		34KG						荷葉白菜(有機)		34KG		味美菜(有機)		34KG
湯品	冬瓜 米苔目	黑粉圓<尚旺>		3KG	小魚 味噌湯	蔥		0.6KG	鮮菇 雞湯	薑片		0.3KG	榨菜 肉絲湯	蔥		0.6KG	肉羹 湯	紅蘿蔔絲		2KG
		冬瓜糖		6個		小魚干		0.6KG		白蘿蔔(去皮) +		10KG		赤肉絲<桃園>		4KG		木耳絲		2KG
		米苔目		10KG		豆腐(非基改)(大板)<津		2板		生香菇		3KG		榨菜絲<品碩豐>		5包		柴魚(300g)		1包
						味噌<十全>(1K)		2包		雞丁(CAS)-<上德>		5KG						肉羹(手工)		7KG
																		脆筍絲<品碩豐>		2包
水果	鮮奶	優酪乳<養樂多>(125m		4+6瓶				429份	水果	水果		424份				423份				425份
		鮮奶<養樂多>(125ml)		421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	
	五穀根莖類		5.6		五穀根莖類		5.2		五穀根莖類		4.5		五穀根莖類		4.5		五穀根莖類		4.5	
	豆魚蛋肉類		2.5		豆魚蛋肉類		2.5		豆魚蛋肉類		1.5		豆魚蛋肉類		2.5		豆魚蛋肉類		2.3	
	油脂類		2.4		油脂類		2.8		油脂類		3		油脂類		3		油脂類		2.9	
	蔬菜類		1.1		蔬菜類		1.3		蔬菜類		1.5		蔬菜類		2		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)		796		熱量(大卡)		710		熱量(大卡)		660		熱量(大卡)		688		熱量(大卡)		671	

設計:食譜審查委員

執行秘書:

校長: