

桃園市東勢國小112學年度下學期 第 9 週 學生午餐食譜設計表 人數:411+19人

★本校膳食一律使用國產豬、牛肉

類別	10月23日		星期一	10月24日		星期二	10月25日		星期三	10月26日		星期四	10月27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	燕麥飯	燕麥*	2 KG	糙米飯						麥片飯	麥片<福壽>*	2 KG	糙米飯		
主菜	春川炒雞	骨髓丁(CAS)<佳世福>	3 KG	砂鍋魚丁	大白菜(QRC)+	3 KG	什錦豬肉蓋飯	紅蘿蔔絲(QRC)+	2 KG	冬瓜燒肉	紅蘿蔔大丁(QRC)+	2 KG	貴妃燒雞	紅蘿蔔大丁(QRC)+	2 KG
		洋蔥(進口)+	3 KG		沙茶醬<牛頭牌>(3K)	1 桶		木耳絲(QRC)	1 KG		冬瓜(青皮)(去皮)(QRC)	10 KG		骨髓丁(CAS)<佳世福>	3 KG
		雞丁(CAS)<佳世福>	24 KG		凍豆腐(非基改)<津悅>	8 KG		赤肉絲<桃園>	7 KG		赤肉丁<桃園>	24 KG		蕃茄醬<可果美>(快餐用)	1 桶
		韓國年糕條<中華>(500g)	9 包		魚丁(少冰)(CAS)<福國>	26 KG		金針菇(QRC)	3 KG		絞蒜頭	0.2 KG		雞丁(CAS)<佳世福>	24 KG
		韓式辣椒醬(500g)	1 罐					洗選蛋<東杰>	7 KG					小黃瓜(QRC)<正暘>	3 KG
								青花菜(CAS)(1K)<嘉鹿>	5 包						
副菜	紅蔘炒蛋	蔥	0.3 KG	蘿蔔燒黑輪	紅蘿蔔大丁(QRC)+	5 KG	豆干炒黃豆芽	薑絲	0.2 KG	玉米燒海茸	薑絲	0.6 KG	蒼蠅頭	紅辣椒	0.2 KG
		紅蘿蔔絲(QRC)+	14 KG		小黑輪條<如記>(CAS)	9 KG		紅蘿蔔絲(QRC)+	3 KG		海茸<聯宏>	16 KG		絞赤肉<桃園>	2 KG
		洗選蛋<東杰>	20 KG		白蘿蔔(進口)(去皮) +	20 KG		豆干片(非基改)<津悅>	15 KG		玉米粒(CAS)<嘉鹿>	9 KG		豆豉(600g)	1 包
								木耳絲(QRC)	2 KG					豆干丁(非基改)<津悅>	20 KG
								黃豆芽(非基改)(QRC)	12 KG					韭菜(QRC)	8 KG
青菜	(產銷)	薑絲	0.2 KG	機青松	絞蒜頭	0.2 KG				機小白	薑絲	0.2 KG	機小松	絞蒜頭	0.2 KG
		莧菜(產銷履歷)	32 KG		青松菜(有機)<大藝>	32 KG					小白菜(有機)<大藝>	32 KG		小松菜(有機)<大藝>	32 KG
湯品	紅豆紫米湯	二砂糖	6 KG	香菇雞湯	薑片	0.3 KG	南瓜濃湯	安佳奶油(454g)	2 條	紫菜蛋花湯	蔥	0.6 KG	大黃瓜湯	大骨(切)<桃園>	2 KG
		紫糯米	3 KG		金針菇(QRC)	3 KG		洋蔥(QRC)+	3 KG		洗選蛋<東杰>	6 KG		大黃瓜(去皮)+(QRC)<正	15 KG
		紅豆(QRC)	6 KG		生香菇(QRC)	3 KG		南瓜(QRC)<正暘>	10 KG		紫菜(100g)	2 包			
					雞丁(CAS)<佳世福>	5 KG		馬鈴薯大丁(進口)+	3 KG						
水果	優酪乳	優酪乳<養樂多>(125ml)	430+2 瓶				水果	水果	432份						
		鮮奶<養樂多>(125ml)	3 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		5	全穀根莖類		4.7	全穀根莖類		4.7	全穀根莖類		4.5
	豆魚蛋肉類		2.4	豆魚蛋肉類		2	豆魚蛋肉類		1.7	豆魚蛋肉類		2	豆魚蛋肉類		2.9
	油脂類		3	油脂類		3.2	油脂類		3	油脂類		3.1	油脂類		3.1
	蔬菜類		1.1	蔬菜類		1.6	蔬菜類		0.7	蔬菜類		1.3	蔬菜類		1.4
	乳品類		1	水果類			水果類		1	乳品類			水果類		0.4
熱量(大卡)			816	熱量(大卡)		684	熱量(大卡)		669	熱量(大卡)		651	熱量(大卡)		731