桃園市崙坪國小108學年度上學期 第 20 週 學生午餐食譜設計表　　人數:148+1人

菜別	1月6日		星期一	1月7日		星期二	1月8日		星期三	1月9日		星期四	1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
主食	地瓜飯	地瓜(去皮) +	3KG	糙米飯						糙米飯			糙米飯	環保蔬食日	
主菜	咖哩雞	咖哩粉<老公仔標>	1罐	薑味鴨	紅標米酒<台灣菸酒>	2瓶	吻魚蛋炒飯	紅蘿蔔小丁	1KG	蘿蔔燒肉	紅蘿蔔大丁	1KG	腰果黑豆干	薑片	0.1KG
		紅蘿蔔小丁	1KG		薑片	0.3KG		絞赤肉<桃園>	3KG		白蘿蔔	6KG		乾辣椒(切)	0.1KG
		馬鈴薯大丁+	4KG		鴨丁(CAS)<友宏>	9KG		玉米粒(CAS)<嘉鹿>	2KG		赤肉丁<大安>	7KG		熟腰果(440g)	1包
		洋蔥+	2KG		高麗菜 +	4KG		吻仔魚	1.2KG		上肉丁<大安>	2KG		大溪黑豆干(切9丁)(非	12KG
		雞丁(CAS)-<上德>	11KG		麻油<燈燦>(450g)	1瓶		洋蔥+	1KG						
								洗選蛋<東杰>	3KG						
								毛豆粒(CAS)<嘉鹿>	1KG						
副菜	炒三絲	蔥	0.6KG	瓠瓜(去皮) +		12KG	黑胡椒毛豆莢	蒜頭	0.1KG				芙蓉炒蛋	蔥	0.3KG
		薑絲	0.3KG	木須扁蒲	木耳絲(乾)	**庫存**		紅辣椒	0.1KG	蛋酥白菜	大白菜+	10KG		洗選蛋<東杰>	8KG
		紅蘿蔔絲	1KG		絞蒜頭	0.2KG		毛豆莢(冷凍)	12KG		紅蘿蔔絲(QRC)	0.6KG		毛豆粒(CAS)<嘉鹿>	1KG
		木耳絲	2KG		絞赤肉<大安>	1KG		黑胡椒粒<老公仔標>	1罐		洗選蛋<東杰>	3KG		三色粒(CAS)(1K)<嘉	3包
		赤肉絲<大安>	1KG												
		白干絲(非基改)<洋	3KG												
青菜	(產銷	蒜頭	0.6KG	有機蔬	有機青菜	11KG				有機蔬菜			有機蔬	有機青菜	11KG
		青菜(產銷履歷)	11KG								有機青菜	11KG			
湯品	冬瓜湯	薑絲	0.1KG	芥菜雞湯	薑絲	0.2KG	魚羹湯	大白菜+	3KG	肉片湯	紅蘿蔔絲	1KG	紫米蓮子湯	蓮子(乾)	0.6KG
		冬瓜(青皮)(去皮)	6KG		大芥菜	6KG		紅蘿蔔絲	1KG		木耳絲(乾)	KG		桂圓干(600g)	1盒
		大骨(切)<大安>	1KG		雞丁(CAS)-<上德>	3KG		木耳絲(乾)	**庫存**		柴魚(300g)	1包		紫糯米	2KG
								柴魚(300g)	1包		赤肉片<大安>	3KG			
								虱目魚羹條<溢大>	3KG		脆筍絲<品碩豐>	1包			
								脆筍絲<品碩豐>	1包						
水果				水果		148份	鮮奶	鮮奶(新鮮屋)<味全>	自購						

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	3.7	五穀根莖類	3.4	五穀根莖類	3.4	五穀根莖類	4.1	五穀根莖類	4.2
	豆魚蛋肉類	2.5	豆魚蛋肉類	2.7	豆魚蛋肉類	2.8	豆魚蛋肉類	2.3	豆魚蛋肉類	3.3
	油脂類	3	油脂類	2.9	油脂類	2.8	油脂類	2.9	油脂類	3.1
	蔬菜類	1.5	蔬菜類	1.9	蔬菜類	1.2	蔬菜類	1.6	蔬菜類	1
	水果類		水果類	1	乳品類	1	水果類		乳品類	
	熱量(大卡)	619	熱量(大卡)	679	熱量(大卡)	724	熱量(大卡)	630	熱量(大卡)	706

設計:至芃企業有限公司　　執行秘書:　　校長:

備註:因菜單需於前一個月開立再交由午餐會議審查後供應，若當月菜單有異動原因如下:
1.菜價是浮動的，若當週菜價上漲幅度過高，則菜單會適度調整。
2.當週市場供應量不足時。

黑胡椒粒<老公仔標>(345g)庫存