桃園市崙坪國小108學年度下學期 第 11 週 學生午餐食譜設計表　　人數:150+1人

菜別	5月4日		星期一	5月5日		星期二	5月6日		星期三	5月7日		星期四	5月8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	小米飯	小米*	2KG	糙米飯						糙米飯			糙米	環保蔬食日	
主菜	三杯雞	薑片	0.2KG	香酥鯖魚	麵粉	3KG	健康蔬菜粥	紅蘿蔔小丁	1KG	滷肉燥	蒜頭	0.3KG	糖醋杏鮑菇	蕃茄醬<可果美>(3330	1桶
		洋蔥+	2KG		地瓜粉	2KG		高麗菜 +	3KG		絞紅蔥頭	0.6KG		紅椒	2KG
		雞丁(CAS)-<上德>	14KG		鯖魚<福國>	155片		絞赤肉<大安>	3KG		洋蔥+	5KG		絞蒜頭	0.1KG
								玉米粒(CAS)(1K)<嘉鹿	2包		絞赤肉<大安>	8KG		杏鮑菇頭	10KG
								洗選蛋<東杰>	3KG		絞上肉<大安>	4KG		青椒	2KG
副菜	西芹甜不辣	西芹	7KG	富貴四寶	紅蘿蔔小丁	1KG	滷雞翅	雞翅	155支	金菇絲瓜	薑絲	0.3KG	三色蒸蛋	皮蛋	15個
		紅蘿蔔片	1KG		馬鈴薯小丁+	5KG		滷包	2包		絲瓜(去皮) +	12KG		鹹蛋	15個
		甜不辣絲<品豐>	3KG		毛豆粒(CAS)<嘉鹿>	1KG		蒜頭	0.1KG		金針菇	2KG		洗選蛋<東杰>	10KG
					玉米粒(CAS)(1K)<嘉鹿>	3包		八角	1包						
					絞赤肉<大安>	2KG									
青菜	（產銷	蒜頭	0.6KG	有機蔬	有機蔬菜	12KG				有機蔬	有機蔬菜	12KG	有機蔬	有機蔬菜	12KG
		青菜(產銷履歷)	12KG												
湯品	冬瓜湯	薑絲	0.1KG	牛蒡湯	薑片	0.1KG	黑糖馬拉糕	巧好黑糖馬拉糕<桂冠	150個	和風味噌湯	蔥	1KG	地瓜湯	老薑片	0.3KG
		冬瓜(青皮)(去皮)	6KG		牛蒡	4KG					乾海帶芽	0.2KG		地瓜(去皮) +	8KG
		大骨(切)<大安>	1KG		枸杞	0.1KG					豆腐(非基改)(大板)<	2板			
					大骨(切)<大安>	1KG					味噌<十全>(1K)	2包			
水果				水果		150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		4.9	五穀根莖類		4.2	五穀根莖類		3.4	五穀根莖類		4.3
	豆魚蛋肉類		2.1	豆魚蛋肉類		2.2	豆魚蛋肉類		1.7	豆魚蛋肉類		2.3	豆魚蛋肉類		2
	油脂類		3	油脂類		3	油脂類		3	油脂類		3	油脂類		3
	蔬菜類		1.8	蔬菜類		1.8	蔬菜類		1.8	蔬菜類		1.3	蔬菜類		0.8
	水果類			水果類		1	乳品類		1	乳品類			乳品類		
	熱量(大卡)		597	熱量(大卡)		748	熱量(大卡)		722	熱量(大卡)		578	熱量(大卡)		606

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。