

桃園市崙坪國小113學年度下學期 第5週 學生午餐食譜設計表

人數:230人

★本校膳食一律使用國產豬、牛肉

| 菜別     | 3月10日  |                 | 星期一    | 3月11日  |                | 星期二  | 3月12日  |                | 星期三    | 3月13日  |              | 星期四    | 3月14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     | 芝麻     | 黑白芝麻各           | 0.1 KG | 糙米飯    |                |      |        |                |        | 糙米飯    |              |        | 糙米飯    |              |        |
| 主菜     | 三杯雞    | 薑片              | 0.2 KG | 香酥旗魚塊  | 旗魚塊<安得利>       |      | 酢醬麵    | 絞紅蔥頭           | 0.6 KG | 粉蒸肉    | 地瓜粉          | 1 KG   | 春川炒雞   | 高麗菜(QRC)+    | 3 KG   |
|        |        | 杏鮑菇(QRC)        | 4 KG   |        | 235*3          |      |        | 油麵(白)          | 30 KG  |        | 蒸肉粉<真好家>(5   | 5 盒    |        | 雞丁(CAS)<佳世福> | 14 KG  |
|        |        | 麻油<燈燦>(450g)    | 庫存     |        |                |      |        | 甜麵醬<十全>        | 1 KG   |        | 瘦夾心肉片<大安>    | 14 KG  |        | 韓國年糕條(550g)  | 6 包    |
|        |        | 雞丁(CAS)<佳世福>    | 16 KG  |        |                |      |        | 黑豆瓣醬<十全>       | 1 KG   |        | 黃地瓜(產銷履歷)    | 5 KG   |        | 紅蘿蔔片(產銷履歷)   | 1 KG   |
|        |        | 九層塔(QRC)<旭陽>    | 0.5 KG |        |                |      |        | 白豆干丁(非基改)<津    | 3 KG   |        |              |        |        |              |        |
|        |        |                 |        |        |                |      |        | 絞上肉(分開)<大安>    | 6 KG   |        |              |        |        |              |        |
|        |        |                 |        |        |                |      |        | 小黃瓜(QRC)<正陽>   | 2 KG   |        |              |        |        |              |        |
|        |        |                 |        |        |                |      |        | 紅蘿蔔絲(產銷履歷)     | 1 KG   |        |              |        |        |              |        |
| 副菜     | 黃金海帶根  | 薑絲              | 0.2 KG | 家常豆腐   | 豆腐(非基改)(大板)(舖袋 | 3 板  | 繽紛花椰   | 青花菜(CAS)<嘉鹿>   | 13 KG  | 西芹黑輪   | 西芹(QRC)      | 10 KG  | 紅蘿蔔炒蛋  | 蔥            | 0.3 KG |
|        |        | 海帶根<聯宏>         | 7 KG   |        | 赤肉片            | 2 KG |        | 赤肉絲<大安>        | 2 KG   |        | 紅蘿蔔片(產銷履歷)   | 1 KG   |        | 洗選蛋<東杰>      | 14 KG  |
|        |        | 赤肉絲<大安>         | 2 KG   |        | 木耳絲(QRC)       | 1 KG |        | 玉米筍(QRC)<正陽>   | 1 KG   |        | 小黑輪條<如記>(C   | 5 KG   |        | 紅蘿蔔絲(產銷履歷)   | 3 KG   |
|        |        | 玉米粒(CAS)(1K)<嘉鹿 | 4 包    |        | 脆筍片<品碩豐>       | 1 包  |        | 紅蘿蔔片(產銷履歷)     | 1 KG   |        |              |        |        |              |        |
|        |        |                 |        |        | 紅蘿蔔片(產銷履歷)     | 1 KG |        | 鮑魚菇(0.6K)(QRC) | 3 包    |        |              |        |        |              |        |
|        |        |                 |        |        |                |      |        |                |        |        |              |        |        |              |        |
| 青菜     | 腹歷書    | 蒜頭              | 0.6 KG | 機塔菇    | 有機塔菇菜          | 13KG |        |                |        | 荷葉     | 有機荷葉白菜       | 13KG   | 機青松    | 有機青松菜        | 13KG   |
|        |        | 蚵白菜(產銷履歷)       | 16KG   |        |                |      |        |                |        |        |              |        |        |              |        |
| 湯品     | 肉骨茶湯   | 薑片              | 0.1 KG | 玉米條湯   | 玉米條(QRC)(非基改)+ | 8 KG | 蘿蔔貢丸湯  | 芹菜(QRC)<旭陽>    | 0.3 KG | 小魚味噌湯  | 蔥            | 0.3 KG | 大麥粉圓湯  | 長粉圓<尚旺>      | 3 KG   |
|        |        | 高麗菜(QRC)+       | 5 KG   |        | 大骨(切)<大安>      | 2 KG |        | 原味小貢丸(CAS)<嘉   | 2 KG   |        | 小魚干          | 0.6 KG |        | 大薏仁          | 1 KG   |
|        |        | 枸杞              | 0.1 KG |        |                |      |        | 白蘿蔔(去皮)+(QRC)  | 6 KG   |        | 豆腐(非基改)(大板   | 1 板    |        | 紅豆(1K)<產銷履歷> | 2 包    |
|        |        | 排骨<大安>          | 2 KG   |        |                |      |        |                |        |        | 豆腐(非基改)(1.2K | 1 盒    |        |              |        |
|        |        | 肉骨茶包<新光>(60g)   | 3 包    |        |                |      |        |                |        |        | 味噌<十全>(1K)   | 2 包    |        |              |        |
| 水果     |        |                 |        | 水果     | 蘋果<久章>         | 230份 | 鮮奶     | 鮮奶(新鮮屋)<味全>    | 221瓶   |        |              |        |        |              |        |
|        |        |                 |        |        |                |      |        | 黃豆奶(產銷履歷)<義    | 9瓶     |        |              |        |        |              |        |
|        | 計:     | 6108            |        | 計:     | 11581          |      | 計:     | 6247           |        | 計:     | 5878         |        | 計:     | 8054         |        |
| 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  |                 | 3.6    | 五穀根莖類  |                | 3.7  | 五穀根莖類  |                | 3.2    | 五穀根莖類  |              | 4      | 五穀根莖類  |              | 4.8    |
|        | 豆魚蛋肉類  |                 | 2      | 豆魚蛋肉類  |                | 2.4  | 豆魚蛋肉類  |                | 1.5    | 豆魚蛋肉類  |              | 2      | 豆魚蛋肉類  |              | 2.5    |
|        | 油脂類    |                 | 3      | 油脂類    |                | 3    | 油脂類    |                | 3.1    | 油脂類    |              | 3      | 油脂類    |              | 3      |
|        | 蔬菜類    |                 | 1.3    | 蔬菜類    |                | 0.7  | 蔬菜類    |                | 1.1    | 蔬菜類    |              | 1      | 蔬菜類    |              | 0.8    |
|        | 水果類    |                 |        | 水果類    |                | 1    | 水果類    |                | 1      | 水果類    |              |        | 乳品類    |              |        |
|        | 熱量(大卡) |                 | 570    | 熱量(大卡) |                | 652  | 熱量(大卡) |                | 564    | 熱量(大卡) |              | 590    | 熱量(大卡) |              | 679    |

設計:至芃企業有限公司

執行秘書

許馨王好漆

校長:

崙坪國民小學 林盛基

桃園市崙坪國小113學年度下學期 第6週 學生午餐食譜設計表

人數:230人

★本校膳食一律使用國產豬、牛肉

| 菜別     | 3月17日  |               |     | 星期一    | 3月18日  |                  |     | 星期二    | 3月19日  |                 |     | 星期三    | 3月20日  |                 |     | 星期四    | 3月21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     | 五穀     | 五穀米+          |     | 2 KG   | 糙米飯    |                  |     |        |        |                 |     |        | 糙米飯    |                 |     |        | 糙米飯    | 健康蔬食            |     |        |
| 主菜     | 鐵板雞柳   | 清雞絲(CAS)<佳世福> |     | 16 KG  | 芹炒鯛魚   | 薑絲               |     | 0.3 KG | 香鬆蛋炒飯  | 絞紅蔥頭            |     | 0.6 KG | 打拋肉    | 薑絲              |     | 0.2 KG | 杏鮑菇燒豆腐 | 薑片              |     | 0.1 KG |
|        |        | 蘑菇醬<台塑>(2.9K) |     | 1 桶    |        | 紅辣椒              |     | 0.1 KG |        | 洗選蛋<東杰>         |     | 4 KG   |        | 打拋醬(甲拋醬)        |     | 1 瓶    |        | 紅辣椒             |     | 0.1 KG |
|        |        | 紅蘿蔔絲(產銷履歷)    |     | 1 KG   |        | 鯛魚丁(QRC)         |     | 15 KG  |        | 洋蔥(QRC)+        |     | 2 KG   |        | 絞赤肉<大安>         |     | 12 KG  |        | 紅蘿蔔片(QRC)+      |     | 2 KG   |
|        |        | 洋蔥(QRC)+      |     | 5 KG   |        | 芹菜(去葉)+(QRC)<旭暘> |     | 6 KG   |        | 毛豆仁(CAS)<嘉鹿>    |     | 2 KG   |        | 絞上肉<大安>         |     | 2 KG   |        | 杏鮑菇(QRC)        |     | 3 KG   |
|        |        |               |     |        |        |                  |     |        |        | 綜合調味料(海苔芝)      |     | 1 包    |        | 洋蔥(QRC)+        |     | 5 KG   |        | 豆腐(非基改)(大板)     |     | 4 板    |
|        |        |               |     |        |        |                  |     |        |        | 絞赤肉<大安>         |     | 5 KG   |        |                 |     |        |        |                 |     |        |
|        |        |               |     |        |        | 木耳絲(QRC)         |     | 1 KG   |        | 紅蘿蔔小丁(產銷履歷)     |     | 1 KG   |        |                 |     |        |        |                 |     |        |
| 副菜     | 虎皮銀芽   | 蔥             |     | 0.3 KG | 螞蟻上樹   | 高麗菜(QRC)+        |     | 5 KG   | 鹽酥雙味   | 麵粉              |     | 3 KG   | 小瓜炒雞絲  | 紅辣椒             |     | 0.1 KG | 玉米炒蛋   | 蔥               |     | 0.3 KG |
|        |        | 綠豆芽(QRC)      |     | 15 KG  |        | 黑芝麻              |     | 0.1 KG |        | 地瓜粉             |     | 2 KG   |        | 清雞絲(CAS)<佳世福>   |     | 5 KG   |        | 洗選蛋<東杰>         |     | 14 KG  |
|        |        | 油豆片(切絲)(非基改)  |     | 3 KG   |        | 乾香菇絲             |     | 0.1 KG |        | 杏鮑菇頭(QRC)       |     | 10 KG  |        | 小黃瓜(QRC)<正暘>    |     | 10 KG  |        | 玉米粒(CAS)(1K)<嘉> |     | 5 包    |
|        |        | 紅蘿蔔絲(產銷履歷)    |     | 1 KG   |        | 冬粉(龍品)<信全>       |     | 3 KG   |        | 雞丁(小)(CAS)<佳世福> |     | 10 KG  |        | 紅蘿蔔絲(產銷履歷)      |     | 1 KG   |        |                 |     |        |
|        |        |               |     |        |        | 絞赤肉<大安>          |     | 2 KG   |        |                 |     |        |        |                 |     |        |        |                 |     |        |
|        |        |               |     |        |        | 紅蘿蔔絲(產銷履歷)       |     | 1 KG   |        |                 |     |        |        |                 |     |        |        |                 |     |        |
|        |        |               |     |        |        |                  |     |        |        |                 |     |        |        |                 |     |        |        |                 |     |        |
| 青菜     | 腹歷青    | 蒜頭            |     | 0.6 KG | 機山菇    | 有機山菠菜            |     | 13KG   |        |                 |     |        | 機青江    | 有機青江菜           |     | 13KG   | 機廣島    | 有機廣島菜           |     | 13KG   |
|        |        | 青菜(產銷履歷)      |     | 16 KG  |        |                  |     |        |        |                 |     |        |        |                 |     |        |        |                 |     |        |
| 湯品     | 福菜肉片湯  | 薑絲            |     | 0.3 KG | 山藥雞湯   | 骨腿丁(CAS)<佳世福>    |     | 3 KG   | 酸辣湯    | 木耳絲(QRC)        |     | 1 KG   | 腐竹蔬菜湯  | 大骨(切)<桃園>       |     | 2 KG   | 四喜甜湯   | 綠豆              |     | 1 KG   |
|        |        | 瘦夾心肉片<大安>     |     | 2.4 KG |        | 枸杞               |     | 0.1 KG |        | 赤肉絲<桃園>         |     | 1 KG   |        | 高麗菜(QRC)+       |     | 6 KG   |        | 花豆              |     | 1 KG   |
|        |        | 長福菜<品碩豐>      |     | 2 包    |        | 人蔘山藥(去皮)+(QRC)   |     | 5 KG   |        | 洗選蛋<東杰>         |     | 2 KG   |        | 玉米粒(CAS)(1K)<嘉> |     | 1 包    |        | 麥片<福壽>          |     | 1 KG   |
|        |        |               |     |        |        |                  |     |        |        | 豆腐(非基改)(大板)     |     | 1 板    |        | 腐竹(濕)(非基改)<嘉>   |     | 1 KG   |        | 小薏仁             |     | 2 KG   |
|        |        |               |     |        |        |                  |     |        |        | 脆筍絲<品碩豐>        |     | 2 包    |        | 杏鮑菇(QRC)        |     | 1 KG   |        |                 |     |        |
|        |        |               |     |        |        |                  |     |        |        | 紅蘿蔔絲(產銷履歷)      |     | 1 KG   |        |                 |     |        |        |                 |     |        |
|        |        |               |     |        |        |                  |     |        |        |                 |     |        |        |                 |     |        |        |                 |     |        |
| 水果     |        |               |     |        | 水果     |                  |     | 230份   | 鮮奶     | 鮮奶(新鮮屋)<味全>     |     | 221瓶   |        |                 |     |        | 黃豆奶    | 黃豆奶Q            |     | 230瓶   |
|        |        |               |     |        |        |                  |     |        |        | 黃豆奶(產銷履歷)<嘉>    |     | 9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  |               | 3.4 |        | 五穀根莖類  |                  | 4.1 |        | 五穀根莖類  |                 | 3.4 |        | 五穀根莖類  |                 | 3.4 |        | 五穀根莖類  |                 | 4.6 |        |
|        | 豆魚蛋肉類  |               | 2.2 |        | 豆魚蛋肉類  |                  | 1.9 |        | 豆魚蛋肉類  |                 | 1.4 |        | 豆魚蛋肉類  |                 | 2.4 |        | 豆魚蛋肉類  |                 | 2.6 |        |
|        | 油脂類    |               | 3   |        | 油脂類    |                  | 3   |        | 油脂類    |                 | 3.1 |        | 油脂類    |                 | 3   |        | 油脂類    |                 | 3   |        |
|        | 蔬菜類    |               | 1.6 |        | 蔬菜類    |                  | 1.1 |        | 蔬菜類    |                 | 0.8 |        | 蔬菜類    |                 | 1.6 |        | 蔬菜類    |                 | 0.8 |        |
|        | 水果類    |               |     |        | 水果類    |                  | 1   |        | 水果類    |                 | 1   |        | 水果類    |                 |     |        | 乳品類    |                 |     |        |
|        | 熱量(大卡) |               | 578 |        | 熱量(大卡) |                  | 652 |        | 熱量(大卡) |                 | 563 |        | 熱量(大卡) |                 | 593 |        | 熱量(大卡) |                 | 672 |        |

設計:至芃企業有限公司

執行秘書:

午餐秘書 王好漆

校長:

崙坪國民小學 林盛基 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:

| 菜別     | 3月24日  |               |        | 星期一    | 3月25日            |            |        | 星期二              | 3月26日      |        |            | 星期三          | 3月27日  |              |        | 星期四    | 3月28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     | 名稱     | 食材名稱  | 數量  |  |     |
| 主食     | 蕎麥     | 蕎麥*           | 2 KG   | 糙米飯    |                  |            |        |                  |            | 糙米飯    |            |              |        | 糙米飯          |        |        |       |     |  |     |
| 主菜     | 唐揚炸雞   | 蒜泥            | 0.3 KG | 海鮮豆腐鍋  | 大白菜(QRC)+        | 4 KG       | 肉羹麵線   | 蒜泥               | 0.3 KG     | 味噌燒肉   | 白芝麻        | 0.2 KG       | 滷雞翅    | 蒜頭           | 0.1 KG |        |       |     |  |     |
|        |        | 麵粉            | 2 KG   |        | 金針菇(QRC)         | 1 KG       |        | 絞紅蔥頭             | 0.6 KG     |        | 高麗菜(QRC)+  | 5 KG         |        | 紅辣椒          | 0.1 KG |        |       |     |  |     |
|        |        | 白芝麻           | 0.1 KG |        | 火鍋肉片(CAS)<嘉一香>   | 3 KG       |        | 木耳絲(QRC)         | 1 KG       |        | 味噌<十全>(1K) | 2 包          |        | 雞翅(CAS)<佳世福> | 235支   |        |       |     |  |     |
|        |        | 洗選蛋<東杰>       | 0.6 KG |        | 豆腐(非基改)(大板)(舖袋)  | 1 板        |        | 柴魚(300g)         | 1 包        |        | 瘦夾心肉片<大安>  | 14 KG        |        |              |        |        |       |     |  |     |
|        |        | 雞丁(CAS)<佳世福>  | 19 KG  |        | 鯰魚丁(去皮)(QRC)     | 8 KG       |        | 紅麵線<禾豐>          | 8 KG       |        |            |              |        |              |        |        |       |     |  |     |
|        |        |               |        |        | 鴻喜菇(150g)(有機)    | 4 包        |        | 脆筍絲<品碩豐>         | 1 包        |        |            |              |        |              |        |        |       |     |  |     |
|        |        |               |        |        |                  |            |        | 肉羹(CAS)<嘉楠>      | 6 KG       |        |            |              |        |              |        |        |       |     |  |     |
|        |        |               |        |        |                  |            |        | 紅蘿蔔絲(QRC)+       | 2 KG       |        |            |              |        |              |        |        |       |     |  |     |
| 副菜     | 佛跳牆    | 大白菜(QRC)+     | 17 KG  | 四喜長生果  | 煮花生              | 3 KG       | 五香毛豆莢  | 紅辣椒              | 0.1 KG     | 榨菜干片   | 紅辣椒        | 0.1 KG       | 回鍋高麗菜  | 紅蘿蔔絲(QRC)+   | 1 KG   |        |       |     |  |     |
|        |        | 乾蝦仁           | 0.1 KG |        | 玉米粒(CAS)(1K)<嘉鹿> | 7 包        |        | 毛豆莢(CAS)(1K)<嘉鹿> | 15 包       |        | 榨菜絲<品碩豐>   | 3 包          |        | 高麗菜(QRC)+    | 16 KG  |        |       |     |  |     |
|        |        | 洗選蛋<東杰>       | 3 KG   |        | 絞赤肉<大安>          | 2 KG       |        | 黑胡椒粒<新光>(35      | 庫存         |        | 上肉絲<大安>    | 2 KG         |        | 赤肉片<大安>      | 2 KG   |        |       |     |  |     |
|        |        | 乾香菇絲          | 0.1 KG |        | 毛豆仁(CAS)(1K)<禎祥> | 2 包        |        |                  |            |        | 白豆干片(非基改)< | 10 KG        |        | 乾香菇絲         | 0.1 KG |        |       |     |  |     |
|        |        | 上肉絲(分開)<大安>   | 2 KG   |        | 紅蘿蔔小丁(產銷履歷)      | 2 KG       |        |                  |            |        |            |              |        |              |        |        |       |     |  |     |
|        |        |               |        |        |                  |            |        |                  |            |        |            |              |        |              |        |        |       |     |  |     |
| 青菜     | 腹歷書    | 蒜頭            | 0.6 KG | 蘿蔓     | 有機蘿蔓莖莖           | 13KG       |        |                  | 黑葉         | 有機黑葉白菜 | 13KG       | 機小松          | 有機小松菜  | 13KG         |        |        |       |     |  |     |
|        |        | 青菜(產銷履歷)      | 16 KG  |        |                  |            |        |                  |            |        |            |              |        |              |        |        |       |     |  |     |
| 湯品     | 黃豆芽肉絲湯 | 黃豆芽(非基改)(QRC) | 4 KG   | 四神湯    | 四神+              | 4 KG       | 雙色燒賣   | 巧好蝦仁燒賣(20g)      | 235 個      | 南瓜蔬菜湯  | 高麗菜(QRC)+  | 1 KG         | 紅豆紫米桂圓 | 桂圓干(600g)    | 1 盒    |        |       |     |  |     |
|        |        | 赤肉絲<大安>       | 2 KG   |        | 排骨<大安>           | 3 KG       |        | 巧好香菇燒賣(20g)      | 235 個      |        | 大骨(切)<大安>  | 1 KG         |        | 紫糯米          | 2 KG   |        |       |     |  |     |
|        |        | 紅蘿蔔絲(產銷履歷)    | 1 KG   |        |                  |            |        |                  | 安佳奶油(100g) |        | 2 條        | 紅豆(1K)<產銷履歷> |        | 4 包          |        |        |       |     |  |     |
|        |        |               |        |        |                  |            |        | 南瓜(QRC)<正暘>      | 6 KG       |        |            |              |        |              |        |        |       |     |  |     |
|        |        |               |        |        |                  |            |        | 洋蔥(QRC)+         | 1 KG       |        |            |              |        |              |        |        |       |     |  |     |
| 水果     |        |               |        | 水果     |                  | 230份       | 鮮奶     | 鮮奶(新鮮屋)<味全>      | 221瓶       |        |            |              |        |              |        |        |       |     |  |     |
|        |        |               |        |        |                  | 黃豆奶(產銷履歷)< |        | 9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     | 類別     |       | 份量  |  |     |
|        | 五穀根莖類  |               | 3.7    | 五穀根莖類  |                  | 4.3        | 五穀根莖類  |                  | 3.4        | 五穀根莖類  |            | 3.7          | 五穀根莖類  |              | 4.4    | 五穀根莖類  |       | 4.4 |  |     |
|        | 豆魚蛋肉類  |               | 2.6    | 豆魚蛋肉類  |                  | 2          | 豆魚蛋肉類  |                  | 1.5        | 豆魚蛋肉類  |            | 2.9          | 豆魚蛋肉類  |              | 2.2    | 豆魚蛋肉類  |       | 2.2 |  |     |
|        | 油脂類    |               | 3.3    | 油脂類    |                  | 3.3        | 油脂類    |                  | 3.1        | 油脂類    |            | 3            | 油脂類    |              | 3      | 油脂類    |       | 3   |  |     |
|        | 蔬菜類    |               | 1.5    | 蔬菜類    |                  | 0.9        | 蔬菜類    |                  | 0.2        | 蔬菜類    |            | 1.1          | 蔬菜類    |              | 1.3    | 蔬菜類    |       | 1.3 |  |     |
|        | 水果類    |               |        | 水果類    |                  | 1          | 水果類    |                  | 1          | 水果類    |            |              | 乳品類    |              |        | 乳品類    |       |     |  |     |
|        | 熱量(大卡) |               | 640    | 熱量(大卡) |                  | 682        | 熱量(大卡) |                  | 555        | 熱量(大卡) |            | 639          | 熱量(大卡) |              | 641    | 熱量(大卡) |       | 641 |  |     |

設計:至芃企業有限公司

執行秘書:

午餐王好湊

校長:

崙坪國民小學 林盛基

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:

| 菜別     | 3月31日 |                 | 星期一    | 4月1日  |                   | 星期二    | 4月2日    |                 | 星期三   | 4月3日 |      | 星期四 | 4月4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     | 薏仁飯   | 小薏仁*            | 2 KG   | 糙米飯   |                   |        |         |                 |       |      |      |     |      |      |     |
| 主菜     | 韓式燒雞丁 | 蔥               | 0.3 KG | 骰子豬   | 白豆干(四分)(非基改)<鴻>   | 5 KG   | 焗烤白醬貝殼麵 | 乳酪絲(起司絲)(1K)    | 3 包   | 清明放假 |      |     | 清明連假 |      |     |
|        |       | 雞丁(CAS)<佳世福>    | 16 KG  |       | 赤肉丁(小)<大安>        | 14 KG  |         | 奶油白醬<憶霖>(2K)    | 3 包   |      |      |     |      |      |     |
|        |       | 紅蘿蔔大丁(產銷履歷)     | 2 KG   |       | 黑胡椒粒<飛馬>(30g)     | 1罐     |         | 玉米粒(CAS)(1K)<鴻> | 4 包   |      |      |     |      |      |     |
|        |       | 洋蔥(QRC)+        | 2 KG   |       |                   |        |         | 貝殼麵(三色)(500g)   | 27 包  |      |      |     |      |      |     |
|        |       | 韓式辣椒醬(500g)     | 1 罐    |       |                   |        |         | 三色粒(CAS)(1K)<鴻> | 2 包   |      |      |     |      |      |     |
|        |       |                 |        |       |                   |        |         | 洋蔥(QRC)+        | 3 KG  |      |      |     |      |      |     |
| 副菜     | 銀芽海帶絲 | 薑絲              | 0.3 KG | 芙蓉南瓜  | 薑絲                | 0.3 KG | 炸雞塊地瓜條  | 白酸梅粉(600g)      | 1 包   |      |      |     |      |      |     |
|        |       | 海帶絲<聯宏>         | 3 KG   |       | 枸杞                | 0.1 KG |         | 分裝13包           |       |      |      |     |      |      |     |
|        |       | 綠豆芽(QRC)        | 11 KG  |       | 赤肉丁(小)<大安>        | 2 KG   |         | 雞塊<卜蜂>          | 235*3 |      |      |     |      |      |     |
|        |       | 赤肉絲<大安>         | 2 KG   |       | 南瓜(QRC)<正暘>       | 14 KG  |         | 地瓜條(產銷履歷)(3)    | 6 包   |      |      |     |      |      |     |
|        |       | 紅蘿蔔絲(產銷履歷)      | 1 KG   |       | 三色粒(CAS)(1K)<富士鮭> | 3 包    |         |                 |       |      |      |     |      |      |     |
|        |       |                 |        |       |                   |        |         |                 |       |      |      |     |      |      |     |
| 青菜     | 腹歷青   | 蒜頭              | 0.6 KG | 機蔬    | 有機蔬菜              | 13KG   |         |                 |       |      |      |     |      |      |     |
|        |       | 青菜(產銷履歷)        | 16 KG  |       |                   |        |         |                 |       |      |      |     |      |      |     |
| 湯品     | 冬瓜大骨湯 | 薑絲              | 0.3 KG | 菇蛋花湯  | 紅蘿蔔絲(QRC)+        | 1 KG   | 玉米濃湯    | 洗選蛋<東杰>         | 2 KG  |      |      |     |      |      |     |
|        |       | 冬瓜(青皮)(去皮)(QRC) | 10 KG  |       | 木耳絲(QRC)          | 1 KG   |         | 絞赤肉<大安>         | 1 KG  |      |      |     |      |      |     |
|        |       | 大骨(切)<大安>       | 1 KG   |       | 金針菇(QRC)          | 3 KG   |         | 玉米粒(CAS)(1K)<鴻> | 3 包   |      |      |     |      |      |     |
|        |       |                 |        |       | 洗選蛋<東杰>           | 2 KG   |         | 紅蘿蔔小丁(產銷履歷)     | 1 KG  |      |      |     |      |      |     |
|        |       |                 |        |       | 大骨(切)<大安>         | 2 KG   |         | 馬鈴薯小丁+(QRC)     | 2 KG  |      |      |     |      |      |     |
|        |       |                 |        |       |                   |        |         | 安佳奶油(100g)      | 1 條   |      |      |     |      |      |     |
| 水果     |       |                 |        | 水果    |                   | 230份   | 鮮奶      | 鮮奶(新鮮屋)<味全>     | 221瓶  |      |      |     |      |      |     |
|        |       |                 |        |       |                   |        |         | 黃豆奶(產銷履歷)<      | 9瓶    |      |      |     |      |      |     |
| 菜單營養分析 | 類別    |                 | 份量     | 類別    |                   | 份量     | 類別      |                 | 份量    |      |      |     |      |      |     |
|        | 五穀根莖類 |                 | 3.4    | 五穀根莖類 |                   | 4.1    | 五穀根莖類   |                 | 4.1   |      |      |     |      |      |     |
|        | 豆魚蛋肉類 |                 | 2      | 豆魚蛋肉類 |                   | 2.6    | 豆魚蛋肉類   |                 | 2.3   |      |      |     |      |      |     |
|        | 油脂類   |                 | 3      | 油脂類   |                   | 3      | 油脂類     |                 | 3     |      |      |     |      |      |     |
|        | 蔬菜類   |                 | 1.9    | 蔬菜類   |                   | 0.9    | 蔬菜類     |                 | 0.3   |      |      |     |      |      |     |
|        | 水果類   |                 |        | 水果類   |                   | 1      | 乳品類     |                 | 1.1   |      |      |     |      |      |     |
|        |       | 熱量(大卡)          | 571    |       |                   | 700    |         |                 | 668   |      |      |     |      |      |     |

設計:至芃企業有限公司

執行秘書:

午餐王好漆

校長:

崙坪國民小學 林盛基 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: