桃園市崙坪國小108學年度下學期 第 4 週 學生午餐食譜設計表　　人數:150+1人

菜別	3月16日		星期一	3月17日		星期二	3月18日		星期三	3月19日		星期四	3月20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	芝麻飯	黑白芝麻各	0.1KG	糙米飯						糙米飯			糙米飯		
主菜	雞肉壽喜鍋	薑片	0.1KG	炸虱目魚排	虱目魚排(75g×80片)	2箱	咖哩炒烏龍麵	咖哩粉<老公仔標>(26	1罐	打拋肉	薑絲	0.2KG	金菇燒豆包	薑絲	0.3KG
		紅蘿蔔片	1KG		虱目魚排(75g)	5份		紅蘿蔔絲	1KG		洋蔥+	5KG		紅蘿蔔絲	0.6KG
		秀珍菇	2KG					洋蔥+	3KG		打拋醬(甲拋醬)	1瓶		木耳絲	庫存
		雞丁(CAS)-<上德>	10KG					高麗菜＋	5KG		絞赤肉<大安>	7KG		金針菇	5KG
		青花菜(CAS)(1K)<	2包					小烏龍麵	27KG		絞上肉<大安>	3KG		生豆包(切絲)(非基改)	6KG
								赤肉絲<大安>	5KG						
								青花菜(CAS)(1K)<嘉	3包						
副菜	芙蓉南瓜	薑絲	0.3KG	麻婆豆腐	蔥	1KG	五香毛豆莢	紅辣椒	0.1KG	炒海帶根	薑絲	0.2KG	蕃茄炒蛋	蔥	0.3KG
		南瓜	12KG		豆腐(非基改)(大板)<津悅	3板		毛豆莢(冷凍)	12KG		海帶根<聯宏>	8.4KG		牛蕃茄	6KG
		枸杞	0.1KG		絞上肉(分開)<大安>	2KG		黑胡椒粒<老公仔標>(	庫存		上肉絲(分開)<大安>	1KG		洗選蛋<東杰>	9KG
		三色粒(CAS)(1K)<						蒜頭	0.1KG						
青菜	（產銷	蒜頭	0.6KG	黑葉	有機黑葉白菜	12KG				機小白	薑絲	0.2KG	機小松	有機小松菜	12KG
		山茼蒿(產銷履歷)	12KG								有機小白菜	12KG			
湯品	小魚味噌湯	蔥	0.3KG	玉米條湯	玉米條	7KG	蔬菜關東煮	薑片	0.3KG	枸杞青木瓜湯	青木瓜(去皮)＋	6KG	紫米蓮子湯	蓮子(乾)	0.6KG
		小魚干	0.6KG		大骨(切)<大安>	1KG		紅蘿蔔大丁	1KG		枸杞	0.2KG		桂圓干(600g)	1盒
		豆腐(非基改)(大板	1板					白蘿蔔	3KG		大骨(切)<大安>	1KG		紫糯米	2KG
		味噌<十全>(1K)	2包					高麗菜＋	3KG						
								珍珠虱目魚丸(小)<源	2KG						
水果				水果	蘋果~富祥	150份	鮮奶	鮮奶(新鮮屋)<味全>	自購						
	計:	3520		計:	4825		計:	3665		計:	3177		計:	3332	
		符合			符合			符合			符合			符合	
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		4.2	五穀根莖類		3.8	五穀根莖類		4	五穀根莖類		3.4	五穀根莖類		4.6
	豆魚蛋肉類		2.1	豆魚蛋肉類		2.6	豆魚蛋肉類		2.1	豆魚蛋肉類		2.1	豆魚蛋肉類		2.1
	油脂類		3.2	油脂類		3	油脂類		3	油脂類		3.3	油脂類		2.9
	蔬菜類		1.1	蔬菜類		0.8	蔬菜類		1	蔬菜類		2.1	蔬菜類		1.6
	水果類			水果類		1	乳品類		1	水果類			乳品類		
	熱量(大卡)		623	熱量(大卡)		676	熱量(大卡)		718	熱量(大卡)		597	熱量(大卡)		650

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。