# 桃園市崙坪國小108學年度上學期 第 21 週 學生午餐食譜設計表　　人數:148+1人

| 菜別 | 1月13日 | | 星期一 | 1月14日 | | 星期二 | 1月15日 | | 星期三 | 1月16日 | | 星期四 | 1月17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 | | | 糙米飯 | | |
| 主菜 | 麻油雞 | 老薑片 | 0.2KG | 破布子蒸鱈斑魚 | 薑絲 | 0.3KG | 水餃 | 巧好熟水餃(17gx100入 | 17包 | 筍干扣肉 | 蒜頭 | 0.3KG | 蕃茄燒豆包 | | |
| | | 高麗菜＋ | 4KG | | 紅辣椒 | 0.1KG | | 絞蒜頭 | 0.6KG | | 赤肉丁(小)<大安> | 7KG | | 牛蕃茄 | 3KG |
| | | 麻油<燈燦>(450g) | 1瓶 | | 破布子<定芳>(380g) | 2瓶 | | | | | 上肉丁(小)(分開)< | 3KG | | 生豆包(非基改)<津悅 | 8KG |
| | | 雞丁(CAS)-<上德> | 10KG | | 鱈斑魚丁(鯰魚丁) | 15KG | | | | | 筍干<品碩豐> | 3包 | | 毛豆粒 | 1KG |
| 副菜 | 五行蔬菜 | 薑絲 | 0.3KG | 燴全家福 | 紅蘿蔔小丁 | 1KG | 鮮菇花菜 | 青花菜(CAS)<嘉鹿> | 10KG | 肉末冬瓜 | 薑絲 | 0.2KG | 木須炒蛋 | 紅蘿蔔絲 | 1KG |
| | | 紅蘿蔔絲 | 2KG | | 馬鈴薯小丁(冷凍)<嘉鹿 | 5KG | | 紅蘿蔔片 | 2KG | | 冬瓜(青皮)(去皮) | 14KG | | 洗選蛋<東杰> | 8KG |
| | | 木耳絲 | KG | | 玉米粒(CAS)<嘉鹿> | 5KG | | 杏鮑菇頭 | 2KG | | 絞赤肉<大安> | 2KG | | 木耳絲(乾)(0.6K) | 1包 |
| | | 黃豆芽(非基改) | 8KG | | 青豆粒(冷凍)<嘉鹿> | 1KG | | | | | | | | | |
| | | 毛豆粒(CAS)<嘉鹿 | 1KG | | 絞赤肉<大安> | 2KG | | | | | | | | | |
| | | 油豆片(切絲)(非基 | 2KG | | | | | | | | | | | | |
| 青菜 | (產銷 | 蒜頭 | 0.6KG | 有機蔬 | 有機青菜 | 11KG | | | | 有機蔬 | 有機青菜 | 11KG | 有機蔬 | 有機青菜 | 11KG |
| | | 青菜(產銷履歷) | 11KG | | | | | | | | | | | | |
| 湯品 | 榨菜肉絲湯 | 薑絲 | 0.3KG | 蓮藕湯 | 蓮藕片 | 4KG | 酸辣湯 | 紅蘿蔔絲 | 0.6KG | 鮮菇雞湯 | 薑絲 | 0.1KG | 地瓜芋圓湯 | 老薑片 | 0.3KG |
| | | 榨菜絲<品碩豐> | 2包 | | 大骨(切)<大安> | 1KG | | 木耳絲(乾) | 庫存 | | 秀珍菇 | 1.2KG | | 芋圓<賞味佳>(0.6K) | 2包 |
| | | 赤肉絲<大安> | 1KG | | | | | 洗選蛋<東杰> | 1KG | | 杏鮑菇頭 | 1.2KG | | 地瓜(去皮)＋ | 6KG |
| | | | | | | | | 豆腐(非基改)(大板)< | 1板 | | 雞丁(CAS)-<上德> | 4KG | | | |
| | | | | | | | | 赤肉絲<大安> | 0.6KG | | | | | | |
| | | | | | | | | 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 | | 4.2 | 五穀根莖類 | | 4 | 五穀根莖類 | | 3.8 | 五穀根莖類 | | 3.4 | 五穀根莖類 | | 5.2 |
| | 豆魚蛋肉類 | | 2.3 | 豆魚蛋肉類 | | 2.5 | 豆魚蛋肉類 | | 1.6 | 豆魚蛋肉類 | | 2.8 | 豆魚蛋肉類 | | 3 |
| | 油脂類 | | 3.1 | 油脂類 | | 2.9 | 油脂類 | | 2.8 | 油脂類 | | 2.9 | 油脂類 | | 3 |
| | 蔬菜類 | | 1.1 | 蔬菜類 | | 1.4 | 蔬菜類 | | 1.4 | 蔬菜類 | | 2.2 | 蔬菜類 | | 0.9 |
| | 水果類 | | | 水果類 | | 1 | 乳品類 | | 1 | 水果類 | | | 乳品類 | | |
| | 熱量(大卡) | | 634 | 熱量(大卡) | | 693 | 熱量(大卡) | | 667 | 熱量(大卡) | | 634 | 熱量(大卡) | | 747 |

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