

草澤國民小學110學年度第一學期第3週午餐食譜設計表

日期	2021/09/13(星期一)				類別	2021/09/14(星期二)				類別	2021/09/15(星期三)				類別	2021/09/16(星期四)				類別	2021/09/17(星期五)							
	用膳人數	1,620				用膳人數	1,620				用膳人數	1,620				用膳人數	1,620				用膳人數	1,620						
	食材	數量	單位	備註		食材	數量	單位	備註		食材	數量	單位	備註		食材	數量	單位	備註		食材	數量	單位	備註				
芝麻飯	白米(公)		KG		糙米飯	白米(公)		KG		什錦炒麵	白米(公)		KG		紫米飯	白米(公)		KG		糙米飯	白米(公)		KG					
	黑芝麻	0.6	KG			糙米(公)		KG			什錦炒麵						紫米飯						糙米(公)		KG			
	肉絲	75	KG			雞排丁	100	KG			黃油麵	140	KG			香酥虱目魚排60	1,620	片	Q		雞排丁	100	KG		冬粉(萬龍)	6	KG	
	刈薯去皮Q	52	KG			洋蔥去皮	35	KG			青江菜Q	49	KG								冬粉(萬龍)	6	KG		馬鈴薯去皮Q	35	KG	
京滷肉絲	豆干片	24	KG		洗選蛋(盤)	5	盤		紅蘿蔔絲Q	8	KG						紅蘿蔔丁Q	8	KG		青蔥	1	KG					
	青蔥	1	KG		金針菇	15	KG		木耳絲Q	8	KG						白芝麻	0.3	KG									
	甜麵醬	2	KG		味醂500CC(穀)	1	瓶		洋蔥去皮	24	KG																	
	黑豆瓣醬	2	KG						洗選蛋	12	KG																	
	小計	156				小計	156				絞紅蔥頭	1	KG															
柴魚蒸蛋	洗選蛋	62	KG		開陽蘿蔔絲	白蘿蔔去皮	105	KG		滷味拼盤	四分干丁	50	KG	肉末南瓜	南瓜Q	110	KG	蕃茄燴豆腐	豆腐4.3K(薄)	23	盤							
	柴魚片600G	1	包			肉絲	6	KG			大溪黑干(切12丁)	36	KG			絞肉	6		KG		蕃茄丁2500G	13	桶					
						木耳絲Q	8	KG			海帶結	24	KG			青蔥	1		KG		青蔥	1	KG					
						紅蘿蔔絲Q	8	KG			酸菜心絲	8	KG			紅蘿蔔片Q	8		KG		絞肉	3	KG					
	小計	63			蝦皮	1	KG		滷味滷包10入	1	包																	
蚵白菜Q	蚵白菜Q	105	KG		有機小松菜	有機小松菜	105	KG		有機小芥菜	有機小芥菜	105	KG	有機黑葉白菜	有機黑葉白菜	105	KG	空心菜(產)	空心菜(產)	105	KG							
	薑絲	0.5	KG			蒜末	0.5	KG			薑絲	0.5	KG			薑絲	0.5		KG		蒜末	0.5	KG					
		小計	106				小計	106				小計	106				小計		106			小計	106					
蔬菜肉骨茶湯	高麗菜	32	KG		味噌湯	乾海帶芽	1	KG		黃瓜皮酥湯	大黃瓜去皮Q	50	KG	冬瓜雞湯	冬瓜去皮	45	KG	紅豆薏仁湯	紅豆	20	KG	先送						
	金針菇	16	KG			豆腐4.3K(薄)	9	盤			素皮酥(絲)	4	KG			雞丁	18		KG		小薏仁	13	KG	先送				
	乾豆捲	3	KG			青蔥	2	KG								薑片	0.5		KG		二砂25K(台糖)	1	件					
	大骨	9	KG			味噌9K(粗)	1	箱																				
	小計	68				小計	13																					
水果(份)	水果(份)	1,620	份			0																						
		0				0																						
		0				0																						
		0				0																						
熱量	全穀雜糧類	5.0			熱量	全穀雜糧類	4.5			熱量	全穀雜糧類	4.0		熱量	全穀雜糧類	5.5		熱量	全穀雜糧類	5.5								
	豆魚蛋肉類	2.4				豆魚蛋肉類	2.1				豆魚蛋肉類	2.0				豆魚蛋肉類	2.2				豆魚蛋肉類	2.3						
	蔬菜類	1.0				蔬菜類	1.7				蔬菜類	1.7				蔬菜類	1.0				蔬菜類	0.9						
	油脂與堅果種子	2.5				油脂與堅果種子	2.5				油脂與堅果種子	2.5				油脂與堅果種子	3.0				油脂與堅果種子	2.5						
	水果類	1.0				水果類	0.0				水果類	0.0				水果類	0.0				水果類	1.0						
	乳品類	0.0				乳品類	0.0				乳品類	1.0				乳品類	0.0				乳品類	0.0						
	熱量	728				熱量	628				熱量	705				熱量	710				熱量	753						

蔬菜為預先排定,受天氣及採收期等因素影響,若有調動敬請見諒

◎ 本廠一律使用國產(台灣)豬肉的食材

表單設計:軒泰食品

單位主廚/護理師:

午餐秘書:

午餐承辦劉淑婷

主任:

輔導室黃添營

校長:

樹林國民小學楊千慧

護理師劉淑婷

草潔國民小學110學年度第一學期第3週午餐食譜設計表(素)

菜名	2021/09/13(星期一)				類別	2021/09/14(星期二)				類別	2021/09/15(星期三)				類別	2021/09/16(星期四)				類別	2021/09/17(星期五)					
	廠商	食材	數量	單位		廠商	食材	數量	單位		廠商	食材	數量	單位		廠商	食材	數量	單位		廠商	食材	數量	單位		
芝麻飯	用膳人數 30				糙米飯	用膳人數 30				什錦炒麵	用膳人數 30				紫米飯	用膳人數 30				糙米飯	用膳人數 30					
	永芳	白米(公)		KG		永芳	白米(公)		KG		東寶	黃油麵		KG		松町	白米(公)		KG		永芳	白米(公)		KG		
	永芳	黑芝麻		KG		喜多田	糙米(公)		KG		松町	紫糯米		KG		喜多田	紫糯米		KG		永芳	糙米(公)		KG		
	香里	刈薯去皮Q		KG		喜多田	豆腸	2.0	KG		喜多田	炸豆包	30	片		喜多田	炸豆包		KG		永芳	葫蘆捲	0.3	KG		
	喜多田	豆干片		KG		禾品	生香菇	0.2	KG		禾品	青江菜Q		KG		禾品	紅蘿蔔絲Q		KG		禾品	美白菇	0.4	KG		
	荃珍	芹菜	0.5	KG		禾品	洗選蛋(盤)		盤		荃珍	紅蘿蔔絲Q		KG		荃珍	木耳絲Q		KG		荃珍	筍肉	2.2	KG		
	羿淳	甜麵醬		KG		禾品	金針菇		KG		禾品	洗選蛋		KG		禾品	洗選蛋		KG							
	羿淳	黑豆瓣醬		KG							喜多田	炸豆包絲		KG												
		小計	1				小計	2				小計	0				小計	30				小計	3			
京醬干絲	禾品	洗選蛋		KG	親子井	荃珍	白蘿蔔去皮		KG	什錦炒麵	喜多田	四分干丁		KG	椒鹽豆包	喜多田	大溪黑干(切12丁)		KG	紅燒竹筍	津悅	豆腐4.3K(薄)		盤		
						荃珍	芹菜	0.1	KG		喜多田	海帶結		KG		喜多田	紅蘿蔔片Q		KG		豐輝	蕃茄丁2500G		桶		
						荃珍	木耳絲Q		KG		阿即	酸菜心絲		KG		豐輝	生香菇	0.2	KG		荃珍	芹菜	0.1	KG		
						佑豐	紅蘿蔔絲Q		KG		羿淳	滷味滷包10入		包												
		小計	0				小計	0				小計	0				小計	0				小計	0			
	原味蒸蛋	荃珍	蚵白菜Q			KG	客家蘿蔔絲	聚銘輝	有機小松菜			KG	滷味拼盤	聚銘輝		有機小芥菜		KG	燜南瓜		聚銘輝	有機黑葉白菜		KG	蕃茄燴豆腐	八寶
家煥		薑絲		KG	家煥	薑絲		0.1	KG	家煥	薑絲			KG	家煥	薑絲		KG		家煥	薑絲	0.1	KG			
		小計	0			小計		0			小計	0				小計	0				小計	0				
蚵白菜Q	荃珍	高麗菜		KG	有機小松菜	公司牌	乾海帶芽		KG	滷味拼盤	公司牌	大黃瓜去皮Q		KG	燜南瓜	公司牌	冬瓜去皮		KG	空心菜(產)	日隆	紅豆		KG		
	公司牌	金針菇		KG		津悅	豆腐4.3K(薄)		盤		定翔	素皮酥(絲)		KG		公司牌	乾香菇絲	0.1	KG		日隆	小薏仁		KG		
	尚旺	乾豆捲		KG		永芳	味噌9K(粗)		箱							家煥	薑片		KG		日隆	二砂25K(台糖)		件		
																全國	紅棗	0.1	KG							
		小計	0				小計	0				小計	0				小計	0				小計	0			
蔬菜肉骨茶湯	定翔	肉骨茶包60G		包	味噌湯					黃瓜皮酥湯					香菇冬瓜湯					紅豆薏仁湯						
		小計	0				小計	0				小計	0				小計	0				小計	0			

蔬菜為預先排定,受天氣及採收期等因素影響,若有調動敬請見諒

表單設計:軒泰食品

單位主廚/護理師:

護理師劉淑婷

午餐秘書:

午餐承辦劉淑婷

主任:

輔導室黃添營

校長:

樹林國民小學楊千慧