

草漯.樹林.富林國民小學110學年度第一學期第7週午餐食譜設計表

	2021/10/11(星期一)				2021/10/12(星期二)				2021/10/13(星期三)				2021/10/14(星期四)				2021/10/15(星期五)						
	用餐人數		1,640		用餐人數		1,640		用餐人數		1,640		用餐人數		1,640		用餐人數		1,640				
	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			
國慶日 休假	糙米飯	白米(公)		KG	糙米(公)		KG	木須炒板條	板條(切)	148	KG		燕麥飯	白米(公)		KG	糙米飯	白米(公)		KG			
		糙米(公)		KG		糙米(公)		KG		洗選蛋	24	KG	0.3		燕麥粒	10	KG		糙米(公)		KG		
		豬腳丁	24	KG		豬腳丁	24	KG		小白菜Q	50	KG			御師傳香酥魚排	1,640	份	cas		雞丁	60	KG	
		肉丁	69	KG		肉丁	69	KG		素肉絲	3	KG								雞排丁	54	KG	
		水煮花生	15	KG		水煮花生	15	KG		木耳絲Q	9	KG								地瓜去皮Q	50	KG	
		刈馨去皮Q	55	KG		刈馨去皮Q	55	KG		紅蘿蔔絲Q	9	KG								白芝麻	0.3	KG	
										青蔥	1	KG											
		小計	0			小計	163	KG		小計	244	KG			小計	1,640	份			小計	164	KG	
0		洗選蛋	75	KG		洗選蛋	75	KG		手工炸豆腐70G	1,650	個			冬粉(萬龍)	21	KG			綠豆芽	75	KG	
		紅蘿蔔絲Q	50	KG		紅蘿蔔絲Q	50	KG		金針菇	25	KG			高麗菜Q	40	KG			韭菜Q	16	KG	
		青蔥	1	KG		青蔥	1	KG		芹菜	1	KG			木耳絲Q	8	KG			肉絲	9	KG	
															肉絲	3	KG			紅蘿蔔絲Q	5	KG	
															紅蘿蔔絲Q	10	KG			生香菇Q	5	KG	
															芹菜Q	3	KG						
		小計	0			小計	126	KG		小計	1,676	KG			小計	85	KG			小計	110	KG	
0		有機黑葉白菜	105	KG		有機黑葉白菜	105	KG		有機小芥菜	105	KG			有機小松菜	105	KG			空心菜(產)	105	KG	
		薑絲	0.5	KG		薑絲	0.5	KG		薑絲	0.5	KG			蒜末	0.5	KG			蒜末	0.5	KG	
		小計	0			小計	106	KG		小計	106	KG			小計	106	KG			小計	106	KG	
時蔬 味噌湯		白蘿蔔去皮	33	KG		白蘿蔔去皮	33	KG		扁蒲去皮	40	KG			乾海帶芽	1	KG			紅豆	20	KG	
		牛蒡	15	KG		牛蒡	15	KG		生香菇	5	KG			洗選蛋(個)	4	個			芋頭圓600G	27	包	
		洋蔥去皮	8	KG		洋蔥去皮	8	KG		素皮酥(絲)	3	KG			雞架	12	KG			二砂25K(台糖)	1	件	
		紅蘿蔔片Q	5	KG		紅蘿蔔片Q	5	KG															
		青蔥	1	KG		青蔥	1	KG															
		味噌9K(粗)	1	箱		味噌9K(粗)	1	箱															
		大骨	9	KG		大骨	9	KG															
		小計	0			小計	72	KG		小計	50	KG			小計	17	KG			小計	48	KG	
熱量		全穀雜糧類	0.0			全穀雜糧類	4.8			全穀雜糧類	4.0				全穀雜糧類	5.0				全穀雜糧類	5.5		
		豆魚蛋肉類	0.0			豆魚蛋肉類	2.2			豆魚蛋肉類	1.6				豆魚蛋肉類	2.0				豆魚蛋肉類	2.0		
		蔬菜類	0.0			蔬菜類	1.3			蔬菜類	1.5				蔬菜類	1.0				蔬菜類	1.3		
		油脂與堅果種子	0.0			油脂與堅果種子	2.8			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	0.0			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	0			熱量	660			熱量	670				熱量	660				熱量	740		

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:

主任:

校長:

護理師劉淑婷

午餐承辦劉淑婷

輔導室黃添營  
主任

樹林國民小學楊千慧  
校長

