

草漯.富林.樹林國民小學110學年度第一學期第8週午餐食譜設計表

紅藜飯	2021/10/18(星期一)				糙米飯	2021/10/19(星期二)				韓式海苔拌飯	2021/10/20(星期三)				胚芽飯	2021/10/21(星期四)				糙米飯	2021/10/22(星期五)					
	用膳人數	1,640				用膳人數	1,614				用膳人數	1,640				用膳人數	1,640				用膳人數	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		
香菇肉燥	白米(公)		KG		白米(公)		KG			海苔細絲100G	3	包		白米(公)		KG			白米(公)		KG					
	紅藜麥	10	KG		糙米(公)		KG			乾海帶芽	1	KG		糙米(公)		KG			糙米(公)		KG					
	絞肉	78	KG		雞排丁	113	KG			黃豆芽	30	KG		胚芽米	10	KG	先送		鴨丁	108	KG					
	豆干絞碎	57	KG		西芹Q	8	KG			白芝麻	0.6	KG		鹹鯖片	1.610	份			高麗菜Q	33	KG					
	洋蔥去皮	25	KG		馬鈴薯去皮Q	40	KG			紅蘿蔔絲Q	9	KG							豬血糕丁CAS	21	KG					
	乾香菇絲	2	KG		紅蘿蔔丁Q	10	KG			洗選蛋	24	KG							薑片	1	KG					
	絞紅蔥頭	1	KG		麵粉	5	KG			木耳絲Q	7	KG							黑豆瓣醬	2	KG					
					安佳奶油454G	2	條			辣椒醬(韓式)	2	盒							甜麵醬	2	KG					
					義大利香料100G	1	罐			素火腿(尚好)	10	條														
		小計	163			小計	179			蒜末	1	KG								小計	167					
白菜滷	大白菜Q	115	KG		大黃瓜去皮Q	105	KG			油豆腐丁	90	KG		南瓜Q	98	KG			柴魚片600G	1	包					
	紅蘿蔔絲Q	10	KG		虱目魚丸(如記)	12	KG			洋蔥去皮	25	KG		毛豆仁CAS	11	KG			洗選蛋	70	KG					
	芹菜	2	KG		小木耳Q	7	KG			泡菜3K	3	包		紅蘿蔔小丁Q	5	KG										
	蝦米(仁)	1	KG		紅蘿蔔片Q	7	KG			高麗菜Q	16	KG		洋蔥去皮	16	KG										
	木耳絲Q	10	KG		蒜末	0.3	KG			青蔥	0.5	KG		咖哩粉600G(飛)		盒										
	小計	138			小計	131				小計	135			小計	130				小計	71						
空心菜Q	空心菜Q	105	KG		有機苜荊白菜	103	KG			有機青江菜	105	KG		有機青油菜	105	KG			小白菜(產)	105	KG					
	蒜末	0.5	KG		薑絲	0.5	KG			薑絲	0.5	KG		蒜末	0.5	KG			薑絲	0.5	KG					
	小計	106			小計	104				小計	106			小計	106				小計	106						
香菇冬瓜湯	冬瓜去皮	46	KG		海帶結	40	KG			乾海帶芽	1	KG		蓮藕片	45	KG			白木耳	1.5	KG					
	生香菇	5	KG		大骨	9	KG			豆腐4.3K(薄)	8	盤		龍骨丁	12	KG			雪蓮子	10	KG	先送				
	大骨	9	KG		薑絲	1	KG			青蔥	2	KG							紅棗	0.6	KG					
	小計	60			小計	50				味噌3K(粗)	8	箱							枸杞	0.6	KG					
水果(份)	1,640	份		墨西哥特濃奶酥	31	個	當天		洗選蛋(盤)	4	盤							二砂25K(台糖)	1	件						
	0			統一愛心牛奶球	31	個	當天		小計	23								小計	14							
	0				0					0									0							
	0				0					0									0							
熱量	全穀雜糧類	4.5			全穀雜糧類	5.0				全穀雜糧類	4.5			全穀雜糧類	5.5				全穀雜糧類	5.0						
	豆魚蛋肉類	2.3			豆魚蛋肉類	2.0				豆魚蛋肉類	2.2			豆魚蛋肉類	2.1				豆魚蛋肉類	2.4						
	蔬菜類	1.9			蔬菜類	1.7				蔬菜類	1.3			蔬菜類	0.8				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	3.0			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	0.0			乳品類	0.0				乳品類	0.0						
	熱量	708			熱量	655				熱量	648			熱量	698				熱量	725						

草漯5已校外教學

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:

護理師劉淑婷

營養師:

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

草漯.富林.樹林國民小學110學年度第一學期第8週午餐食譜設計表(素)

紅藜飯	2021/10/18(星期一)				糙米飯	2021/10/19(星期二)				韓式海苔拌飯	2021/10/20(星期三)				胚芽飯	2021/10/21(星期四)				糙米飯	2021/10/22(星期五)				
	用餐人數		數量	單位		用餐人數		數量	單位		用餐人數		數量	單位		用餐人數		數量	單位		用餐人數		數量	單位	
現購	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	廠商	食材	數量	單位	
	白米(公)		35	KG	白米(公)		35	KG						白米(公)		35	KG	白米(公)		35	KG	白米(公)		35	KG
	紅藜麥			KG	糙米(公)			KG						糙米(公)			KG	糙米(公)			KG	糙米(公)			KG
香菇素肉燥	津悅	素肉燥	1	罐	亦德	素雞丁300G	4	包	全國	海苔細絲100G		包	松町	胚芽米		KG	津悅	素羊肉600G	4	包	家換	薑片		KG	
	津悅	豆干絞碎		KG	亦德	西芹Q		KG	全國	乾海帶芽		KG	駿揚	雞蛋豆腐	18	盒	家換	高麗菜Q		KG	家換	素豬血糕480G	2	條	
	定翔	麵輪	0.2	KG	佑豐	馬鈴薯去皮Q		KG	圓福	黃豆芽		KG	永芳	鹹蛋黃	10	個	家換	黑豆瓣醬		KG	家換	甜麵醬		KG	
		乾香菇絲		KG	佑豐	紅蘿蔔丁Q		KG	永芳	白芝麻		KG					家換	黑豆瓣醬		KG	家換	甜麵醬		KG	
					日陸	麵粉		KG	佑豐	紅蘿蔔絲Q		KG													
				現購王哥	安佳奶油454G		條	禾品	洗選蛋		KG														
				定翔	義大利香料100G		罐	茶珍	木耳絲Q		KG														
								全國	辣椒醬(韓式)		盒														
								亦德	素火腿(尚好)		條														
	小計		1		小計		4		小計		0		小計		28		小計		6		小計		6		
白菜滷	台北一市	大白菜Q		KG	台北一市	茄子Q	3.5	KG	家多田	油豆腐丁		KG	台北一市	南瓜Q		KG	禾品	洗選蛋		KG					
	佑豐	紅蘿蔔絲Q		KG	茶珍	九層塔	0.2	KG	興祥生	生香菇	0.3	KG	嘉鹿	毛豆仁CAS		KG									
	台北一市	芹菜		KG					現購王哥	素泡菜	1	KG	佑豐	紅蘿蔔小丁Q		KG									
	台北一市	芋頭	0.6	KG					茶珍	高麗菜Q		KG													
	茶珍	木耳絲Q		KG					茶珍	芹菜	0.1	KG	昇淨	咖哩粉600G(飛)		盒									
	小計		1		小計		4		小計		1		小計		0		小計		0		小計		0		
空心菜Q	家換	空心菜Q		KG	家換	有機荷葉白菜		KG	家換	有機青江菜		KG	家換	有機青油菜		KG	家換	薑絲	0.1	KG	家換	小白菜(產)		KG	
	家換	薑絲	0.1	KG	家換	薑絲		KG	家換	薑絲		KG	家換	薑絲	0.1	KG	家換	薑絲		KG	家換	薑絲		KG	
	小計		0		小計		0		小計		0		小計		0		小計		0		小計		0		
冬瓜香菇湯	台北一市	冬瓜去皮		KG					現購王哥	乾海帶芽		KG	現購王哥	蓮藕片		KG	全國	白木耳		KG	全國	白木耳		KG	
	現購王哥	生香菇		KG					津悅	豆腐4.3K(薄)		盤	現購王哥	琇珍菇	0.2	KG	定翔	雪蓮子		KG	定翔	雪蓮子		KG	
					聯宏	海帶結		KG	永芳	味噌3K(粗)		箱	全國	紅棗	0.1	KG	全國	紅棗		KG	日陸	二砂25K(台糖)		件	
					茶珍	玉米條	0.3	KG	禾品	洗選蛋(盤)		盤													
					家換	薑絲		KG																	
	小計		0		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:

主任黃添營

校長:

樹林國民小學 楊千慧 校長