

草漯、富林、樹林國民小學110學年度第一學期第11週午餐食譜設計表

小 米 飯	2021/11/08(星期一)				糙 米 飯	2021/11/09(星期二)				燕 麥 飯	2021/11/10(星期三)				燕 麥 飯	2021/11/11(星期四)				糙 米 飯	2021/11/12(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				
	白米(公)		KG		白米(公)		KG		白米(公)		KG		白米(公)		KG		白米(公)		KG					
	小米	10	KG		糙米(公)		KG		燕麥粒	10	KG	先送	燕麥粒	10	KG	先送	燕麥粒							
筍 乾 燒 肉	肉丁	78	KG		翅小腿	3,250	隻	50g	義大利麵	142	KG		香酥虱目魚排	60	片		雞排丁	98	KG					
	筍干	60	KG						鴻喜菇Q	15	KG						南瓜Q	57	KG					
	朴菜	8	KG						素火腿(尚好)	20	條						起司絲	5	包					
	蒜仁	0.5	KG						洋蔥去皮	25	KG						洋蔥去皮Q	17	KG					
									三色丁CAS	30	KG													
	小計	147			小計	3,250			麵粉	5	KG						小計	177						
豆 漿 蒸 蛋	洗選蛋	70	KG		海帶絲	49	KG		嫩油丁	82	KG		冬粉(萬龍)	18	KG		綠豆芽	80	KG					
	豆漿5K	3	包		黃干絲	41	KG		青花菜(冷凍)	24	KG		高麗菜Q	50	KG		韭菜Q	15	KG					
					紅蘿蔔絲Q	10	KG		青蔥	2	KG		紅蘿蔔絲Q	10	KG		紅蘿蔔絲Q	8	KG					
					芹菜Q	10	KG		洋蔥去皮	15	KG		絞肉	3	KG		培根CAS	2	包					
					薑絲	0.5	KG		起司絲	10	包		青蔥	0.5	KG		蒜末	0.5	KG					
	小計	73			小計	111						咖哩粉絲燻		盒										
高 麗 菜 Q	高麗菜Q	105	KG		有機青江菜	105	KG		有機小松菜	105	KG		有機黑葉白菜	105	KG		青松菜(產)	105	KG					
	蒜末	0.5	KG		蒜末	0.5	KG		薑絲	0.5	KG		薑絲	0.5	KG		蒜末	0.5	KG					
	紅蘿蔔絲Q	8	KG													小計	106							
	小計	114			小計	106			小計	106			小計	106										
冬 瓜 薑 絲 湯	冬瓜去皮	50	KG		青木瓜	45	KG		大白菜	33	KG		白蘿蔔去皮	43	KG		仙草原汁5K	10	包					
	薑絲	0.5	KG		龍骨丁	12	KG		脆筍絲	12	KG		海帶結	15	KG	先送	花豆	13	KG	先送				
	大骨	9	KG		紅棗	0.3	KG		木耳絲Q	8	KG		雞架	12	KG		小薏仁	7	KG	先送				
									紅蘿蔔絲Q	8	KG					黑粉圓	10	KG						
	小計	60			小計	57			洗滌蛋(盤)	4	盤					二砂25K(台糖)	1	件						
	水果(份)	1,640	份		0				小計	65			小計	70			小計	41						
	0				0				營養多鮮奶	1,395	瓶	草漯	0			0								
	0				0				營養多鮮奶	110	瓶	樹林	0			0								
	0				0				營養多鮮奶	114	瓶	富林	0			0								
	0				0				0			0			0									
熱 量	全穀雜糧類	4.5			全穀雜糧類	4.5			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	2.3			豆魚蛋肉類	3.0			豆魚蛋肉類	2.0			豆魚蛋肉類	2.0			豆魚蛋肉類	2.0						
	蔬菜類	1.4			蔬菜類	1.3			蔬菜類	1.7			蔬菜類	1.3			蔬菜類	1.4						
	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	2.8						
	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	695			熱量	685			熱量	728			熱量	668			熱量	756						

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:軒養食品

單位主廚/護理師:

護理師劉淑婷

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11週午餐食譜設計表(素)

小類	2021/11/08(星期一)				麵粉	2021/11/09(星期二)				燕麥飯	2021/11/10(星期三)				燕麥飯	2021/11/11(星期四)				燕麥飯	2021/11/12(星期五)				燕麥飯	2021/11/13(星期六)							
	用膳人數	食材	數量	單位		用膳人數	食材	數量	單位		用膳人數	食材	數量	單位		用膳人數	食材	數量	單位		用膳人數	食材	數量	單位		用膳人數	食材	數量	單位	用膳人數	食材	數量	單位
小米飯	白米(公)			KG	白米(公)			KG	白米(公)			KG	白米(公)			KG	白米(公)			KG	白米(公)			KG	白米(公)			KG	白米(公)			KG	
燕麥飯	燕麥粒			KG	燕麥粒			KG	燕麥粒			KG	燕麥粒			KG	燕麥粒			KG	燕麥粒			KG	燕麥粒			KG	燕麥粒			KG	
炸雲菜捲	炸雲菜捲	24		條	炸雲菜捲	24		條	炸雲菜捲	24		條	炸雲菜捲	24		條	炸雲菜捲	24		條	炸雲菜捲	24		條	炸雲菜捲	24		條	炸雲菜捲	24		條	
素雲菜捲	素雲菜捲				素雲菜捲				素雲菜捲				素雲菜捲				素雲菜捲				素雲菜捲				素雲菜捲				素雲菜捲				
小計	0	15			0	24			0	0			1	4			0	3			0	3			0	0			0	0			
豆漿蒸蛋	洗滌蛋			KG	黃干絲			KG	嫩油丁			KG	冬粉(萬龍)			KG	綠豆芽			KG	洗滌蛋			KG	高麗菜Q			KG	高麗菜Q			KG	
豆腐	豆腐			包	豆腐			包	豆腐			包	豆腐			包	豆腐			包	豆腐			包	豆腐			包	豆腐			包	
小計	0	0			0	0			0	1			0	1			0	2			0	0			0	0			0	0			
高麗菜Q	高麗菜Q	0.1		KG	青菜(有機)	0.1		KG	青菜(有機)	0.1		KG	青菜(有機)	0.1		KG	青菜(有機)	0.1		KG	高麗菜Q			KG	高麗菜Q			KG	高麗菜Q			KG	
薑絲	薑絲			KG	薑絲			KG	薑絲			KG	薑絲			KG	薑絲			KG	薑絲			KG	薑絲			KG	薑絲			KG	
小計	0	0			0	0			0	0			0	0			0	0			0	0			0	0			0	0			
冬瓜薑絲湯	冬瓜去皮			KG	青木瓜			KG	大白菜			KG	白蘿蔔去皮			KG	仙草原汁5K			KG	冬瓜去皮			KG	冬瓜去皮			KG	冬瓜去皮			KG	
薑絲	薑絲			KG	薑絲			KG	薑絲			KG	薑絲			KG	薑絲			KG	薑絲			KG	薑絲			KG	薑絲			KG	
小計	0	0			0	0.1		KG	0	0			0	0.1		KG	0	0			0	0			0	0			0	0			
白菜羹湯	白菜羹湯				白菜羹湯				白菜羹湯				白菜羹湯				白菜羹湯				白菜羹湯				白菜羹湯				白菜羹湯				
小計	0	0			0	0			0	0			0	0			0	0			0	0			0	0			0	0			
養樂多鮮奶備	養樂多鮮奶備	10		瓶	養樂多鮮奶備	1		瓶	養樂多鮮奶備	1		瓶	養樂多鮮奶備	0		瓶	養樂多鮮奶備	0		瓶	養樂多鮮奶備	0		瓶	養樂多鮮奶備	0		瓶	養樂多鮮奶備	0		瓶	
小計	0	0			0	0			0	0			0	0			0	0			0	0			0	0			0	0			
合計	13				14				22				14				18				0				0				0				
全穀雜糧類	4.5				全穀雜糧類	4.5			全穀雜糧類	4.0			全穀雜糧類	5.0			全穀雜糧類	5.5			全穀雜糧類	4.5			全穀雜糧類	4.5				全穀雜糧類	4.5		
豆魚蛋肉類	2.3				豆魚蛋肉類	3.0			豆魚蛋肉類	2.0			豆魚蛋肉類	2.0			豆魚蛋肉類	2.0			豆魚蛋肉類	2.3			豆魚蛋肉類	2.3				豆魚蛋肉類	2.3		
蔬菜類	1.4				蔬菜類	1.3			蔬菜類	1.7			蔬菜類	1.3			蔬菜類	1.4			蔬菜類	1.4			蔬菜類	1.4				蔬菜類	1.4		
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	2.8			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		
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			水果類	1.0			水果類	1.0				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			乳品類	0.0			乳品類	0.0				乳品類	0.0		
熱量	695				熱量	685			熱量	728			熱量	668			熱量	756			熱量	695			熱量	695				熱量	695		

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: 午餐秘書: 主任: 校長: 樹林國民小學 楊千慧 技

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 技