

草漯.富林.樹林國民小學110學年度第一學期第15週午餐食譜設計表

日期	2021/12/06(星期一)				類別	2021/12/07(星期二)				類別	2021/12/07(星期二)西餐				類別	2021/12/08(星期三)				類別	2021/12/09(星期四)				類別	2021/12/10(星期五)						
	用膳人數	1,640	單位	備註		用膳人數	1,479	單位	備註		用膳人數	129	單位	備註		用膳人數	1,640	單位	備註		用膳人數	1,640	單位	備註		用膳人數	1,640	單位	備註	用膳人數	1,640	單位
芝麻飯	白米(公)	0.6	KG		糙米飯	白米(公)			義大利麵	烏龍麵(小)	16	KG	糙米飯	白米(公)			海苔魚丁	白米(公)			紅藜麥飯	白米(公)			紅藜麥飯	白米(公)						
	黑芝麻	1.630	份				糙米(公)					花生		9	KG			糙米(公)					糙米(公)					糙米(公)				糙米(公)
檸檬雞翅	檸檬	3	KG		花生豬腳	刈薯去皮Q	47	KG	義大利麵	玉米粒CAS(散)	2	KG	南瓜香菇炊飯	鮭魚清肉丁Q	120	KG	海苔魚丁	鮭魚清肉丁Q	120	KG	紅藜麥飯	絞肉	78	KG	紅藜麥飯	絞肉	78	KG	紅藜麥飯	絞肉	78	KG
	白芝麻	0.3	KG				豬腳丁	18		KG		三色丁CAS		2	KG			地瓜去皮Q	45	KG			地瓜去皮Q	45		KG		豆干絞碎		50	KG	
	調合檸檬汁(玻)	2	瓶			肉丁	63	KG		洋蔥去皮	2	KG		生豆包	25	KG		海苔粉300G	1	包		洋蔥去皮	25	KG		洋蔥去皮	25	KG				
	小計	1.635	KG			蒜仁	1	KG		蘑菇醬3K	1	桶		三色丁CAS	16	KG						乾香菇絲	1	KG		乾香菇絲	1	KG				
味噌燒蘿蔔	白蘿蔔去皮Q	95	KG		泡菜炒豆腐	小計	138	KG	時蔬擺盤	紅蘿蔔	3	KG	海芽洋蔥滑蛋	洗淨蛋	74	KG	奶油白菜	大白菜Q	107	KG	黑胡椒毛豆莢	毛豆莢CAS	115	KG	黑胡椒毛豆莢	毛豆莢CAS	115	KG	黑胡椒毛豆莢	毛豆莢CAS	115	KG
	紅蘿蔔Q	8	KG				泡菜3K	5		包		地瓜去皮		9	KG			乾海帶芽600G	3	包			玉米粒CAS(散)	15		KG		蒜末		1	KG	
	海帶結(綠)	20	KG			高麗菜Q	39	KG		青花菜去頭	8	KG		洋蔥去皮	15	KG		紅蘿蔔絲Q	5	KG		黑胡椒粒600G	1	包		黑胡椒粒600G	1	包				
	肉片	3	KG			紅蘿蔔片Q	7	KG		玉米條	10	KG		紅蘿蔔絲Q	8	KG		生香菇Q	3	KG												
	青蔥	0.5	KG			青蔥	0.5	KG		小計	30	KG						肉絲	3	KG												
	味噌3K(粗)	2	箱			小計	99	KG		富統醬燒大排	129	片		有機青油菜	105	KG		濃湯粉(日正)	2	包												
	小計	129	KG			有機青江菜	98	KG		富統醬燒大排	129	片		薑絲	0.5	KG		安佳奶油454G	1	條												
大陸A菜Q	大陸A菜Q	115	KG		有機青江菜	蒜末	0.5	KG	富統醬燒大排	小計	129	片	有機青油菜	有機青油菜	105	KG	有機奶油白菜	有機奶油白菜	105	KG	黑葉白菜(產)	黑葉白菜(產)	105	KG	黑葉白菜(產)	黑葉白菜(產)	105	KG	黑葉白菜(產)	黑葉白菜(產)	105	KG
	蒜末	0.5	KG				小計	99		KG		薑絲		0.5	KG			薑絲	0.5	KG			薑絲	0.5		KG		薑絲		0.5	KG	
	小計	116	KG			小計	99	KG		小計	129	片		小計	106	KG		小計	106	KG		小計	106	KG		小計	106	KG				
芥菜蛋花湯	芥菜仁	41	KG		薏仁蔬菜湯	小葱仁	9	KG	薏仁蔬菜湯	大白菜	40	KG	肉骨茶湯	大白菜	40	KG	芹香大頭菜湯	結頭菜	52	KG	綠豆小米湯	綠豆	25	KG	綠豆小米湯	綠豆	25	KG	綠豆小米湯	綠豆	25	KG
	洗淨蛋(盤)	5	盤				西芹	2		KG		金針菇		15	KG			大骨	9	KG			小米	13		KG		二砂25K(台糖)		1	件	
	大骨	9	KG			瑤珍菇	11	KG		素皮酥絲	5	KG		芹菜	1	KG		小計	62	KG		小計	39	KG		小計	39	KG				
	小計	55	KG			洋蔥去皮	17	KG		白蘿蔔去皮	17	KG		小計	88	KG		小計	62	KG		小計	39	KG		小計	39	KG				
	水果(份)	1.640	份			月桂葉(小磨坊)	1	包		肉骨茶包60G	11	包		小計	1395	瓶		小計	62	KG		小計	1.640	份		小計	1.640	份				
	0					雞架	12	KG		多	營養多鮮奶	110	瓶		小計	114	瓶		小計	62	KG		小計	0	份		小計	0	份			
	0					雞架	12	KG			營養多鮮奶	114	瓶		小計	0	瓶		小計	62	KG		小計	0	份		小計	0	份			
	0					雞架	12	KG			營養多鮮奶	114	瓶		小計	0	瓶		小計	62	KG		小計	0	份		小計	0	份			
熱量	全穀雜糧類	4.5			熱量	全穀雜糧類	5.0		熱量	全穀雜糧類	5.0		熱量	全穀雜糧類	5.0		熱量	全穀雜糧類	5.2		熱量	全穀雜糧類	5.5		熱量	全穀雜糧類	5.5					
	豆魚蛋肉類	2.2					豆魚蛋肉類	2.1				豆魚蛋肉類		2.5				豆魚蛋肉類	2.0				豆魚蛋肉類	2.0				豆魚蛋肉類	2.7			豆魚蛋肉類
	蔬菜類	1.7				蔬菜類	1.3			蔬菜類	1.0			蔬菜類	1.4			蔬菜類	1.7			蔬菜類	0.8			蔬菜類	0.8					
	油脂與堅果種子	2.5				油脂與堅果種子	2.8			油脂與堅果種子	3.0			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			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	0.0			水果類	1.0			水果類	1.0					
	乳品類	0.0				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					
	熱量	695				熱量	666			熱量	698			熱量	768			熱量	692			熱量	780			熱量	780					

草漯6丙換餐

草漯6甲.6乙.6丁. 樹林6年級12人. 富林高年級27人

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/調理師:

調理師劉淑婷

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

