

草漯.富林.樹林國民小學110學年度第二學期第12週午餐食譜設計表

2022/04/25(星期一)				2022/04/26(星期二)				2022/04/26(星期二)西餐				2022/04/27(星期三)				2022/04/28(星期四)				2022/04/29(星期五)											
用膳人數		1,670		用膳人數		1,582		用膳人數		88		用膳人數		1,670		用膳人數		1,670		用膳人數		1,670									
食材		數量		單位		食材		數量		單位		食材		數量		單位		食材		數量		單位									
麥片飯	白米(公)			糙米飯	白米(公)			義大利麵	義大利麵			炸醬麵	白油麵			蕎麥飯	白米(公)			糙米飯	白米(公)										
	麥片	10	KG		糙米(公)				玉米粒CAS(散)	1	KG		豆干丁	58	KG		蕎麥	10	KG		糙米(公)										
照燒雞丁	雞排丁	108	KG	黃豆豬腳	豬腳丁	21	KG	義大利麵	三色丁CAS	1	KG	炸醬麵	小黃瓜Q	28	KG	香酥魚片	油甘魚片	1.660	份	雞排丁	108	KG	牛油南瓜燒肉	雞排丁	108	KG					
	馬鈴薯去皮Q	50	KG		肉丁	63	KG		絞肉	1	KG		三色丁CAS	1	KG		杏鮑菇D-Q	9	KG		甜麵醬	6		KG	黑豆瓣醬	6	KG	南瓜Q	60	KG	
	刈薯去皮Q	8	KG		黃豆(國產)	15k(庫存)	KG		洋蔥去皮	1	KG		黑胡椒粒600G	庫存	包																
	白芝麻	0.3	KG		蒜仁	0.5	KG																								
	味醂500CC(袋)	2	瓶																												
小計	168		小計	125		小計	14		小計	278		小計	1.660		小計	181		小計	181		小計	181									
泡菜炒年糕	泡菜3K	4	包	絲瓜寬粉	絲瓜去皮Q	100	KG	時蔬擺盤	紅蘿蔔	2	KG	蒜香毛豆	毛豆莢CAS	99	KG	什錦花菜	青花菜(冷凍)	60	KG	菜脯蛋	洗選蛋	75	KG								
	高麗菜Q	67	KG		寬粉條	6	KG		地瓜去皮	6	KG		蒜末	1	KG		白花菜CAS	48	KG		碎脯	36	KG								
	肉片	3	KG		金針菇C-Q	15	KG		肉絲	3	KG		黑胡椒粒600G	1	包		黑胡椒粒600G	1	包		小木耳Q	10	KG	紅蘿蔔絲Q	13	KG					
	寧波年糕500G	40	包		肉絲	3	KG		肉絲	3	KG		香油3L(燈)	1	桶		香油3L(燈)	1	桶		紅蘿蔔片Q	10	KG	青蔥Q	1	KG					
	紅蘿蔔片Q	8	KG																												
小計	137		小計	124		小計	22		小計	102		小計	131		小計	125		小計	125		小計	125									
蚵白菜Q	蚵白菜Q	105	KG	有機黑葉白菜	有機黑葉白菜	100	KG	富統醬燒大排	富統醬燒大排	92	片	有機千寶菜	有機千寶菜	105	KG	有機青松菜	有機青松菜	105	KG	小白菜(產)	小白菜(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	蒜末	0.5	KG					
小計	106		小計	101		小計	92		小計	106		小計	106		小計	106		小計	106		小計	106									
味噌小魚湯	小魚干	1	KG	蔬菜羹湯	白蘿蔔去皮Q	30	KG	青木瓜紅棗湯	青木瓜Q	50	KG	蔬菜羹湯	蚵白菜Q	42	KG	冬瓜山粉圓	冬瓜塊600G	37	塊												
	豆腐4.3K(薄)	10	盤		脆筍絲	9	KG		紅棗	0.6	KG		洗選蛋(盤)	4	盤		山粉圓	7	KG												
	味噌9K(粗)	1	箱		木耳絲Q	3	KG		素皮酥(絲)	3	KG		紅蘿蔔絲Q	5	KG		檸檬	3	KG												
	青蔥	0.5	KG		洗選蛋(盤)	2	盤						大骨	9	KG		二砂25K(台糖)	1	件												
	雞架	12	KG		雞架	12	KG																								
小計	13		小計	61		小計	0		小計	54		小計	60		小計	48															
水果(份)	1,670	份	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0									
0	0		0	0		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0									
0	0		0	0		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0									
0	0		0	0		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0									
熱量	全穀雜糧類	5.0		熱量	全穀雜糧類	4.8		熱量	全穀雜糧類	4.5		熱量	全穀雜糧類	4.5		熱量	全穀雜糧類	4.5		熱量	全穀雜糧類	5.0									
	豆魚蛋肉類	2.4			豆魚蛋肉類	2.6			豆魚蛋肉類	2.8			豆魚蛋肉類	2.3			豆魚蛋肉類	2.7			豆魚蛋肉類	2.3									
	蔬菜類	1.5			蔬菜類	1.7			蔬菜類	1.2			蔬菜類	1.3			蔬菜類	1.6			蔬菜類	1.5									
	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			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	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			乳品類	0.0									
熱量	740		熱量	686		熱量	690		熱量	633		熱量	693		熱量	733															

草漯 2.丁.2戊.2己

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)豬內的食材

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

樹林國民小學楊千慧

草瀨.富林.樹林國民小學110學年度第二學期第12週午餐食譜設計表(素)

菜類	2022/04/25(星期一)				2022/04/26(星期二)				炸醬麵	2022/04/27(星期三)				蕎麥飯	2022/04/28(星期四)				糙米飯	2022/04/29(星期五)				紅藜飯	2022/04/30(星期六)						
	用食人數		數量	單位	用食人數		數量	單位		用食人數		數量	單位		用食人數		數量	單位		用食人數		數量	單位		用食人數		數量	單位	用食人數		數量
麥片飯	廠商	食材	單量(g)		廠商	食材	單量(g)		廠商	食材	單量(g)		廠商	食材	單量(g)		廠商	食材	單量(g)		廠商	食材	單量(g)		廠商	食材	單量(g)				
	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			
照燒豆腸	日豐	麥片		KG	糖米(公)			KG	東寶	白油麵			KG	松町	蕎麥			KG	永裕	素鱈魚排600G			包	永裕	糖米(公)			KG			
	津旺	豆腸	2.0	KG	津悅	油豆腐丁	2	KG	津悅	豆干丁			KG	永裕	素鱈魚排600G	2	包	永裕	黑豆豉			0.2	KG	永裕	黑豆豉			0.2	KG		
	佑豐	馬鈴薯去皮Q		KG	益珍	刈薯去皮Q		KG	益珍	小黃瓜Q			KG	益珍	三色丁CAS			KG	益珍	南瓜Q				KG	益珍	南瓜Q				KG	
	永芳	生香菇	0.2	KG	現購	黃豆(國產)		KG	首順	杏鮑菇D-Q			KG	首順	甜麵醬			KG	首順	黑豆醬				KG	首順	黑豆醬				KG	
	永芳	味酥500CC(穀)		瓶					首順	黑豆腐			KG	首順	黑豆腐			KG													
	小計	0	2		小計	0	2		小計	0	2		小計	0	2		小計	0	2		小計	0	0		小計	0	0		小計	0	2
泡菜炒年糕	益珍	素泡菜	0.5	KG	益珍	絲瓜去皮Q		KG	祥源	毛豆莢CAS			KG	首順	青花菜(冷凍)			KG	益珍	洗選蛋			KG	益珍	扁蒲去皮Q			KG			
	益珍	高麗菜Q		KG	日豐	寬粉條		KG	益珍	毛豆莢CAS			KG	嘉樂	白花菜CAS			KG	益珍	碎脯			KG	益珍	洗選蛋(盤)			盤			
	尚旺	乾豆捲	0.2	KG	益珍	金針菇C-Q		KG	益珍	毛豆莢CAS			KG	益珍	小木耳Q			KG	益珍	紅蘿蔔絲Q			KG	益珍	生香菇小小Q			KG			
	太順	寧波年糕500G		包	津悅	炸豆包絲		KG	益珍	毛豆莢CAS			KG	益珍	紅蘿蔔片Q			KG	益珍	紅蘿蔔絲Q			KG	益珍	乾豆捲			0.1	KG		
	益珍	紅蘿蔔片Q		KG					益珍	毛豆莢CAS			KG	益珍	麵輪			0.2	KG												
	小計	0	1		小計	0	0		小計	0	0		小計	0	0		小計	0	0		小計	0	0		小計	0	0		小計	0	0
青菜	益珍	青菜		KG	瑞城	青菜(有機)		KG	瑞城	青菜(有機)			KG	瑞城	青菜(有機)			KG	瑞城	青菜(產)			KG	瑞城	有機高麗菜			KG			
	家煥	薑絲		KG	家煥	薑絲		KG	家煥	薑絲			KG	家煥	薑絲			0.1	KG	家煥	薑絲			0.1	KG	家煥	薑絲			0.1	KG
		小計	0	0		小計	0	0		小計	0	0		小計	0	0		小計	0	0		小計	0	0		小計	0	0		小計	0
海芽味噌湯	益珍	乾海带芽	0.1	KG	益珍	白蘿蔔去皮Q		KG	益珍	青木瓜Q			KG	益珍	蚵白菜Q			KG	益珍	冬瓜塊600G			KG	益珍	玉米粒CAS(散)			KG			
	津悅	豆腐4.3K(薄)		盤	益珍	脆筍絲		KG	益珍	紅棗			KG	益珍	洗選蛋(盤)			盤	益珍	山粉圓			KG	益珍	洗選蛋			KG			
	永芳	味噌9K(粗)		箱	益珍	木耳絲Q		KG	益珍	素皮酥(絲)			KG	益珍	紅蘿蔔絲Q			KG	益珍	檸檬			KG								
		小計	0	0		小計	0	0		小計	0	0		小計	0	0		小計	0	0		小計	0	0		小計	0	0		小計	0
合計	共	17	筆	共	0		合計	共	13	筆	共	0	合計	共	13	筆	共	0	合計	共	13	筆	共	0	合計	共	14	筆	共	0	
熱量	全穀雜糧類		5.0		全穀雜糧類		4.8	量熱	全穀雜糧類		4.5	量熱	全穀雜糧類		4.5	量熱	全穀雜糧類		5.0	量熱	全穀雜糧類		5.5	量熱	全穀雜糧類		5.5				
	豆魚蛋肉類		2.4		豆魚蛋肉類		2.6	量熱	豆魚蛋肉類		2.3	量熱	豆魚蛋肉類		2.7	量熱	豆魚蛋肉類		2.3	量熱	豆魚蛋肉類		2.0	量熱	豆魚蛋肉類		2.0				
	蔬菜類		1.5		蔬菜類		1.7	量熱	蔬菜類		1.3	量熱	蔬菜類		1.6	量熱	蔬菜類		1.5	量熱	蔬菜類		1.4	量熱	蔬菜類		1.4				
	油脂與堅果種子		2.5		油脂與堅果種子		2.5	量熱	油脂與堅果種子		2.5	量熱	油脂與堅果種子		3.0	量熱	油脂與堅果種子		2.5	量熱	油脂與堅果種子		2.5	量熱	油脂與堅果種子		2.5				
	水果類		1.0		水果類		0.0	量熱	水果類		0.0	量熱	水果類		0.0	量熱	水果類		1.0	量熱	水果類		1.0	量熱	水果類		1.0				
	乳品類		0.0		乳品類		0.0	量熱	乳品類		0.0	量熱	乳品類		0.0	量熱	乳品類		0.0	量熱	乳品類		0.0	量熱	乳品類		0.0				
	熱量		740		熱量		686	量熱	熱量		633	量熱	熱量		693	量熱	熱量		733	量熱	熱量		743	量熱	熱量		743				

4/30(六)草瀨運動會

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/助理師: 輔導室黃添營 校長: 主任: 營養師劉淑婷 午餐承辦劉淑婷

樹林國民小學 楊千慧 校長