

草溪、樹林、富林國民小學110學年度第二學期第20週午餐食譜設計表

日期	2022/06/20(星期一)				類別	2022/06/21(星期二)				類別	2022/06/22(星期三)				類別	2022/06/23(星期四)				類別	2022/06/24(星期五)								
	用膳人數	數量	單位	備註		用膳人數	數量	單位	備註		用膳人數	數量	單位	備註		用膳人數	數量	單位	備註		用膳人數	數量	單位	備註					
芝蔴飯	用膳人數	1,437			糙米飯	用膳人數	1,437			海苔拌醋飯	用膳人數	1,437			蕎麥飯	用膳人數	1,437			糙米飯	用膳人數	1,437							
	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		白米(公)		KG		
	黑芝蔴	0.6	KG			糙米(公)		KG			白米(公)		KG			蕎麥	10	KG	先送		糙米(公)		KG		絞肉	69	KG		
	肉片	69	KG			雞丁	54	KG			白米(公)		KG			油甘魚片	1,430	片			絞肉		KG		青蔥	7	KG	先送	
	洋葱去皮	25	KG			骨腿丁	36	KG			玉米粒CAS(散)	30	KG			青蔥	1	KG			馬鈴薯去皮Q	32	KG		馬鈴薯去皮Q	32	KG		
	黃豆芽	35	KG			南瓜Q	60	KG			小黃瓜Q	25	KG			薑絲	1	KG			洋葱去皮	15	KG		洋葱去皮	15	KG		
	韓式年糕條	14	包			紅蘿蔔丁Q	7	KG			紅蘿蔔小丁Q	10	KG						紅蘿蔔小丁Q		9	KG		紅蘿蔔小丁Q	9	KG			
	韓式辣醬	3	盒			安佳奶油454G	1	條			鯉魚香鬆	2	包						咖哩粉600G(飛)			盒		咖哩粉600G(飛)		盒			
	小計	146				小計	158				炸豆包絲	15	KG						小計		1432			小計	132				
韓式燒肉	寬粉條	18	KG		奶油南瓜燒雞	洗選蛋	57	KG		海苔拌醋飯	手工作豆腐70G	1,440	個		蔥燒魚片	大黃瓜去皮Q	100	KG		白米飯	青花菜(冷凍)	43	KG						
	高麗菜Q	40	KG			油蔥酥600G	1	包			泡菜3K	2	包			紅蘿蔔片Q	7	KG			白米(公)		KG		白花菜(冷凍)	60	KG		
	小木耳Q	5	KG								起司絲	7	包			肉片	6	KG			紅蘿蔔絲Q	7	KG		紅蘿蔔絲Q	7	KG		
	肉絲	3	KG								高麗菜Q	15	KG			小木耳Q	4	KG			小木耳Q	4	KG		小木耳Q	4	KG		
	芹菜Q	1	KG																		肉絲	3	KG		肉絲	3	KG		
	洗選蛋(散)	4	盤																										
	小計	71																											
	什錦寬粉	青菜	90	KG			古早味蒸蛋	有機青松菜	90		KG		起司泡菜豆腐	有機黑紫白菜		90	KG		黃瓜燴肉片		有機小松菜	90	KG		什錦花菜	白苧菜(產)	90	KG	
		蒜末	0.5	KG				蒜末	0.5		KG			薑絲		0.5	KG				蒜末	0.5	KG			蒜末	0.5	KG	
		小計	91					小計	91					小計		91					小計	91				小計	91		
青菜		玉米粒CAS(散)	30	KG		有機青松菜		海帶結	36	KG		起司泡菜豆腐		玉米條Q	20	KG		黃瓜燴肉片		冬瓜去皮Q	40	KG		白苧菜(產)		紫糯米	17	KG	先送
		馬鈴薯去皮Q	15	KG				大骨	6	KG				白蘿蔔去皮	35	KG				鴻禧菇Q	9	KG				小慈仁	10	KG	先送
		洋葱去皮	7	KG				薑絲	0.5	KG				紅蘿蔔片Q	4	KG				大骨	6	KG				二砂25K(台糖)	1	件	
		洗選蛋(散)	1	盤										芹菜Q	0.5	KG													
		紅蘿蔔小丁Q	4	KG																									
		濃湯粉(日正)	3	包																									
		小計	60																										
	玉米濃湯	水果(份)	1,437	份			有機構大骨湯	全穀雜糧類	5.0				玉米蘿蔔湯	全穀雜糧類	4.6		冬瓜香菇湯		全穀雜糧類	4.5		紫米慈仁湯	全穀雜糧類		5.5				
		0			豆魚蛋肉類			2.2		豆魚蛋肉類	2.5				豆魚蛋肉類	2.4				豆魚蛋肉類	2.0								
		0			蔬菜類			1.0		蔬菜類	1.3				蔬菜類	1.7				蔬菜類	1.6								
0				油脂與堅果種子	2.7			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													
0				水果類	0.0			水果類	0.0		水果類	0.0			水果類	1.0													
0				乳品類	0.0			乳品類	1.2		乳品類	0.0			乳品類	0.0													
0				熱量	662			熱量	799		熱量	650			熱量	748													
0				0				0			0				0														
0				0				0			0				0														
0				0				0			0				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

◎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

營養師

主任

校長

營養師劉淑婷

午餐承辦劉淑婷

輔導室黃添營

樹林國民小學楊千慧

草漯、樹林、富林國民小學110學年度第二學期第17週午餐食譜設計表(素)

2022/06/20(星期一)				2022/06/21(星期二)				2022/06/22(星期三)				2022/06/23(星期四)				2022/06/24(星期五)				2022/06/25(星期六)				
午餐人數 32				午餐人數 32				午餐人數 32				午餐人數 32				午餐人數 32				午餐人數 32				
廠商	食材	單位	數量	廠商	食材	單位	數量	廠商	食材	單位	數量	廠商	食材	單位	數量	廠商	食材	單位	數量	廠商	食材	單位	數量	
芝麻飯	白米(公)	KG		糖米飯	白米(公)	KG		海苔拌醋飯	白米(公)	KG		蕎麥飯	白米(公)	KG		糖米飯	白米(公)	KG						
	黑芝麻	KG			糖米(公)	KG							松町	蕎麥	KG									
醬燒豆包	生豆包(大)	KG	2.0	牛奶南瓜燒雞	亦德	素雞丁300G	5	海苔拌醋飯	亦德	素雞丁300G	5	海苔拌醋飯	亦德	素雞丁300G	5	雞嘴豆咖哩肉燥	亦德	素雞丁300G	5					
	甜豆	KG	0.3		泰珍	南瓜Q			泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
	紅蘿蔔片	KG	0.4		泰珍	安佳奶油454G			泰珍	紅蘿蔔小丁Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
	生香菇Q	KG	0.2						泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁Q										
									泰珍	小黃瓜Q			泰珍	紅蘿蔔小丁										