

廣興國民小學104學年度第下學期第19週午餐食譜設計表

米食	6月20日(一)			糙米飯	6月21日(二)			特餐	6月22日(三)			蕎麥飯	6月23日(四)			米飯	6月24日(五)						
	用餐人數		228人		用餐人數		230人		用餐人數		228人		用餐人數		198人		用餐人數		197人				
	廠商	食材	數量		廠商	食材	數量		廠商	食材	數量		廠商	食材	數量		廠商	食材	數量				
筍香雞丁	超泰	雞丁	14	黃金柳葉魚	順隆	糙米	庫存	肉絲雜糧蛋炒飯	松町	十穀米(先送)	2	塔香醬爆豬	松町	蕎麥粒(先送)	0.7	蕃茄豆腐	美福龍	(非)豆腐大丁	12				
	荃珍	筍肉(竹筍剝殼)	7		福國	調理柳葉魚	460條		聯宏	三色丁	3		復進	肉片	8		荃珍	蕃茄	4				
	台北農產	紅蘿蔔丁	2						禾品	洗選蛋	2		圓福	黃豆芽	5		荃珍	青蔥	0.2				
									復進	肉絲	2		荃珍	洋蔥去皮	3.0		荃珍	可果美蕃茄醬					
									荃珍	青蔥	0.2		台北農產	紅蘿蔔絲	1								
									荃珍	洋蔥去皮	5		荃珍	九層塔	0.4								
									家煥	蒜末	0.2		六年級畢業典，今日任要用餐										
	小計		9.0		小計		460.0		小計		14.4		小計		17.4		小計		4.2				
絲瓜麵線	福隆	白色麵線	1.8	八寶肉醬	復進	絞肉	2	滷味燙	美福龍	(非)百頁豆腐丁	6	黃瓜金菇	台北農產	小黃瓜	12	三蔬蒸蛋	禾品	洗選蛋	10				
	台北農產	絲瓜	16		美福龍	(非)豆干丁	7		合豐	白蘿蔔	10		宏旭	小木耳	1		觀音農產	金針菇	0.8				
	華順	枸杞	0.1		嘉鹿	芋頭小丁(冷)	2		自立	甜不辣條	3		台北農產	紅蘿蔔片	1		台北農產	紅蘿蔔絲	0.8				
	宏旭	小木耳	0.8		聯宏	三色丁	5		荃珍	青蔥	0.5		觀音農產	金針菇	2.0		觀音農產	小豆苗	0.8				
	荃珍	青蔥	0.2		荃珍	青蔥	0.2																
	家煥	薑絲	0.1		家煥	蒜末	0.2																
		小計			19.0		小計			16.4			小計		19.5			小計		16.0		小計	
有機小白菜	耕心田	有機小白菜17K		有機空心菜	耕心田	有機空心菜17K		吉園圃紅莧菜	佳益行	吉園圃紅莧菜	17	薑絲油菜	荃珍	油菜	15	有機山菠菜	耕心田	有機山菠菜15k					
	家煥	薑絲	0.1		家煥	薑絲	0.1		家煥	薑絲	0.1		家煥	薑絲	0.1		家煥	薑絲	0.1				
		小計			0.10		小計			0.1			小計		17.1			小計		0.1			
羅宋湯	荃珍	大白菜	1.5	仙草甜湯	東寶	仙草6k/包	5包	酸辣湯	阿郎	豬血	1.5	冬瓜薏仁湯	台北農產	冬瓜	4.5	玉米濃湯	首饌	玉米粒	2				
	合豐	西芹	0.8		日陞	二砂			美福龍	(非)豆腐小丁	1.5		華順	小薏仁	1		佑豐	馬鈴薯去皮	1.5				
	荃珍	大蕃茄	1.5						宏旭	木耳絲	0.7		家煥	薑絲	0.2		荃珍	洋蔥去皮	1				
	佑豐	馬鈴薯去皮	2.5						品碩豐	脆筍絲	1.5						台北農產	紅蘿蔔小丁	1				
	超泰	雞架(切)	1						台北農產	紅蘿蔔絲	1						禾品	洗選蛋	1.5				
									禾品	洗選蛋	1						生楓	安佳奶油454g	1塊				
		小計			7.3		小計			5.0			小計		7.2			小計		5.9		小計	
水果	富果	香吉士-美國	228份					乳品	雅可樂多	養樂多鮮奶	221瓶	水果	富果	小蘋果-美國	198份								
熱量		全穀根莖類	4.7份	熱量		全穀根莖類	4.6份	熱量		全穀根莖類	4.5份	熱量		全穀根莖類	4.7份	熱量		全穀根莖類	4.7份				
		蔬菜類	1.5份			蔬菜類	1.2份			蔬菜類	1.2份			蔬菜類	1.5份			蔬菜類	1.5份				
		水果類	1.0份			水果類	.0份			乳品類	1.0份			水果類	.0份			水果類	1.0份				
		豆魚肉蛋類	2.1份			豆魚肉蛋類	2.5份			豆魚肉蛋類	2.3份			豆魚肉蛋類	2.5份			豆魚肉蛋類	2.7份				
		油脂堅果種子類	2.5份			油脂堅果種子類	3.0份			油脂堅果種子類	2.5份			油脂堅果種子類	2.8份			油脂堅果種子類	2.6份				
		熱量	707.0大卡			熱量	687.0大卡			熱量	761.5大卡			熱量	692.5大卡			熱量	759.5大卡				

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

監廚老師: 午餐秘書: 主任: 校長: