

廣興國民小學104學年度第下學期第15週午餐食譜設計表

米食	5月23日(一)			糙米飯	5月24日(二)			特餐	5月25日(三)			蕎麥飯	5月26日(四)			米飯	5月27日(五)					
	用餐人數		230人		用餐人數		232人		用餐人數		230人		用餐人數		232人		用餐人數		231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			
蕃茄燒雞	荃珍	大蕃茄	6	沙茶魚丁	順隆	糙米	庫存	夏威夷炒飯	台新	台畜肉鬆	1.5	黑胡椒肉柳	松町	蕎麥粒(先送)	0.7	冬瓜燒鴨	普惠	cas鴨丁	14			
	超泰	雞丁	14		和昇	水沙魚丁	16		聯宏	三色丁	6		香里	肉柳	9		荃珍	冬瓜	12			
	荃珍	青蔥	0.2		荃珍	洋蔥去皮	3.5		禾品	洗選蛋	2		圓福	黃豆芽	6		福隆	鹹冬瓜醬380g	3罐			
	合豐	白蘿蔔	5		台北農產	小黃瓜	2		復進	絞肉	1.5		台北農產	紅蘿蔔絲	1.5		家煥	薑片	0.5			
					台北農產	紅蘿蔔丁	1.5		荃珍	青蔥	0.2		荃珍	洋蔥去皮	3.5							
					荃珍	青蔥	0.2		荃珍	洋蔥去皮	5		荃珍	青蔥	0.5							
					豐輝	牛頭牌沙茶醬			日陞	鳳梨罐565G	4罐		昇淳	黑胡椒粒600g								
									家煥	蒜末	0.2											
		小計	19.2			小計	23.2			小計	20.4			小計	20.5			小計	29.5			
黃瓜魚輪	台北農產	大黃瓜	14	螞蟻上樹	全國	冬粉	3	大三角薯餅	上福	大三角薯餅	238份	絲瓜麵線	福隆	白色麵線	1.8	鮮菇蒸蛋	禾品	洗選蛋	10			
	祥亮	小香魚輪	2		荃珍	芹菜	0.7						台北農產	絲瓜	16		觀音農產	金針菇	0.7			
	台北農產	紅蘿蔔片	1.5		台北農產	紅蘿蔔絲	1						華順	枸杞	0.1		觀音農產	生香菇	0.5			
	全國	乾木耳絲(先送)	0.1		荃珍	高麗菜	6						福隆	乾木耳絲(先送)	0.1		荃珍	青蔥	0.2			
					宏旭	木耳絲	0.7						荃珍	青蔥	0.2							
					復進	絞肉	0.7						家煥	薑絲	週配							
	小計	17.6		小計	12.1		小計	238.0		小計	18.2		小計	11.4								
有機小松菜	耕心田	有機小松菜17K		有機蘿蔓菜	耕心田	有機蘿蔓菜17K		吉園圃白莧菜	佳益行	吉園圃白莧菜	17	薑絲蚵白菜	荃珍	蚵白菜	17	有機山菠菜	耕心田	有機山菠菜17k				
	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		小計	0.1								
海結大骨	聯宏	海帶結	3	檸檬愛玉	東寶	愛玉6k/包	4包	玉米濃湯	首饌	玉米粒	2	蒲仔湯	台北農產	扁蒲	7	南瓜湯	台北農產	南瓜	7			
	台北農產	紅蘿蔔丁	1		現購	檸檬	0.7		佑豐	馬鈴薯去皮	1.5		超泰	雞架(切)	1		家煥	薑絲	0.1			
	家煥	薑絲	0.1		日陞	二砂			台北農產	紅蘿蔔小丁	1											
	嘉一香	大骨	1						荃珍	洋蔥去皮	1											
									禾品	洗選蛋	1.5											
	小計	5.1		小計	4.7		小計	7.0		小計	8.0		小計	7.1								
水果	富果	香吉士-美國	230份				乳品	雅可樂多	養樂多鮮奶	223瓶	水果	興光	小蕃茄-雲林	232份								
熱量		全穀根莖類	4.5份	熱量		全穀根莖類	5.0份	熱量		全穀根莖類	5.0份	熱量		全穀根莖類	4.8份	熱量		全穀根莖類	4.7份			
		蔬菜類	1.3份			蔬菜類	1.2份			蔬菜類	1.2份			蔬菜類	1.6份			蔬菜類	1.2份			
		水果類	.0份			水果類	.0份			水果類	.0份			水果類	.0份			水果類	1.0份			
		豆魚肉蛋類	2.7份			豆魚肉蛋類	2.7份			豆魚肉蛋類	2.0份			豆魚肉蛋類	2.5份			豆魚肉蛋類	2.5份			
		油脂堅果種子類	2.8份			油脂堅果種子類	3.0份			油脂堅果種子類	3.2份			油脂堅果種子類	2.9份			油脂堅果種子類	2.7份			
		熱量	689.5大卡			熱量	731.0大卡			熱量	684.0大卡			熱量	706.5大卡			熱量	740.5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: