

廣興國民小學104學年度第下學期第18週午餐食譜設計表

米食	6月13日(一)			糙米飯	6月14日(二)			特餐	6月15日(三)			五穀飯	6月16日(四)			米飯	6月17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														
咖哩雞丁	起泰	雞丁	14	粉蒸肉	順隆	糙米	庫存	什錦麵疙瘩	東寶	麵疙瘩	31	糖醋魚	松町	五穀米(先送)	0.7	冬瓜醬鴨	普惠	cas鴨丁	14														
	佑豐	馬鈴薯去皮	5		復進	肉丁	9		香里	肉絲	3		和昇	水沙魚丁	16		台北農產	冬瓜	12														
	台北農產	紅蘿蔔丁	2		台北農產	地瓜	12		荃珍	高麗菜	7		荃珍	洋蔥去皮	2		福隆	鹹冬瓜醬380g	3罐														
	荃珍	洋蔥去皮	1		全國	蒸肉粉600g	2包		台北農產	紅蘿蔔絲	2		合豐	西芹	5		家煥	薑末	0.5														
	福隆	咖哩粉			家煥	蒜末	0.2		荃珍	洋蔥去皮	1		豐輝	可果美蕃茄醬																			
									荃珍	香菇絲	0.2																						
									家煥	絞紅蔥頭	0.2																						
						福隆	乾木耳絲(先送)	0.2																									
	小計		22.0		小計		23.2		小計		44.6		小計		23.0		小計		29.5														
木須什錦	禾品	洗選蛋	9	麻婆豆腐	美福龍	(非)薄豆腐4.5k	4板	奶油玉米條	荃珍	玉米條(先送)	85條	紅燒海結	聯宏	海帶結	12	魚香長豆	台北農產	長豆	13														
	聯宏	筍絲	3		復進	絞肉	1			(廚房1切3)			台北農產	紅蘿蔔丁	3		復進	絞肉	1	宏旭	木耳絲	1.5											
	台北農產	紅蘿蔔絲	1.5		荃珍	青蔥	0.5		生楓	安佳奶油454g	1塊		家煥	薑絲	0.1		家煥	蒜末	0.1														
	荃珍	韭菜	2.5		福隆	辣豆瓣醬							荃珍	青蔥	0.2																		
	宏旭	木耳絲	1																														
	小計		17.0		小計		5.5		小計		86.0		小計		15.3		小計		15.6														
有機青江菜	耕心田	有機青江菜17k		有機山菠菜	耕心田	有機山菠菜17k		吉園圃白莧菜	佳益行	吉園圃白莧菜	17	薑絲油菜	荃珍	油菜	17	有機小白菜	耕心田	有機小白菜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	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														
味噌海芽湯	福隆	乾海芽	0.2	養生山藥湯	台北農產	山藥	3	蕃茄蛋花湯	荃珍	大蕃茄	5	南瓜湯	台北農產	南瓜	7	金勾掛玉排	美福龍	(非)豆腐小丁	3														
	昇淳	味噌	1.2		佑豐	馬鈴薯去皮	3		禾品	洗選蛋	2		家煥	薑絲	0.1		圓福	黃豆芽	1														
	家煥	薑絲	0.1		華順	枸杞	0.1		起泰	雞架(切)	1						聯宏	海帶絲	1														
					起泰	雞架(切)	1										家煥	薑絲	0.1														
																	起泰	雞架	1														
	小計		1.5		小計		7.1		小計		8.0		小計		7.1		小計		6.1														
水果	富果	香吉士-美國	230份	熱量	乳品	雅樂多	養樂多鮮奶	222瓶	水果	元興	桃子-台中	232份	熱量	全穀根莖類	4.5份	全穀根莖類	4.7份	全穀根莖類	4.8份	全穀根莖類	4.5份												
		全穀根莖類	4.5份																				全穀根莖類	4.7份		全穀根莖類	5.0份		全穀根莖類	4.8份		全穀根莖類	4.5份
		蔬菜類	1.2份																				蔬菜類	1.3份		蔬菜類	1.2份		蔬菜類	1.6份		蔬菜類	1.8份
		水果類	1.0份																				水果類	.0份		水果類	1.0份		水果類	1.0份		水果類	.0份
		豆魚肉蛋類	2.4份																				豆魚肉蛋類	2.8份		豆魚肉蛋類	2.0份		豆魚肉蛋類	2.6份		豆魚肉蛋類	2.5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	2.5份		油脂堅果種子類	2.8份		油脂堅果種子類	2.8份
		熱量	709.5大卡																				熱量	711.5大卡		熱量	772.5大卡		熱量	770.0大卡		熱量	686.0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: