

廣興國民小學104學年度第下學期第2週午餐食譜設計表

米食	2月22日(一)			糙米飯	2月23日(二)			特餐	2月24日(三)			蕎麥飯	2月25日(四)			米飯	2月26日(五)					
	用餐人數		230人		用餐人數		230人		用餐人數		230人		用餐人數		230人		用餐人數		230人	用餐人數		230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	廠商	食材	數量
滷手工炸豆腐	津悅	非基改手工炸豆腐	230份	順隆	糙米	庫存	民族	五穀米(先送)	2	民族	蕎麥粒(先送)	1	民族	雞丁	14	順隆	糙米	庫存				
	羿淳	飛馬滷包(大)	1包	正興	白芝麻	0.1	復進	肉絲	3	和昇	水沙魚丁	16	和昇	洋蔥去皮	4	復進	肉絲	10				
				復進	肉絲	10	聯宏	三色丁	2	合豐	西芹	5	合豐	青椒	2	復進	肉絲	10				
				圓福	非基改黃豆芽	4	首饌	玉米粒	1	荃珍	紅甜椒	1	正興	蒜花生	1	圓福	非基改黃豆芽	4				
				荃珍	洋蔥去皮	4	荃珍	洋蔥去皮	3.5	荃珍	洋蔥去皮	2	荃珍	青蔥	0.2	荃珍	洋蔥去皮	4				
				荃珍	青蔥	0.5	禾品	洗選蛋	2	家煥	蒜末	0.2	家煥	乾辣椒	0.1	荃珍	青蔥	0.5				
				家煥	蒜末	0.1	荃珍	青蔥	0.5	豐輝	可果美蕃茄醬		家煥	蒜末	0.1	家煥	蒜末	0.1				
				福隆	烤肉醬250g	9罐	家煥	蒜末	0.2				家煥	蒜末	0.1	福隆	烤肉醬250g	9罐				
			小計	231.0			小計	27.7		小計	14.2		小計	24.2			小計	21.4				
鮮菇花椰	首饌	青花菜(冷)	10	全國	冬粉	3	聯宏	海帶結	6	福隆	雪蓮子-先送	2	荃珍	大蕃茄	6	首饌	青花菜(冷)	10				
	首饌	白花菜(冷)	6	荃珍	芹菜	1	津悅	非基改油豆腐丁	3	台北農產	白蘿蔔	15	津悅	非基改薄豆腐4.5k	1板	首饌	白花菜(冷)	6				
	宏旭	木耳絲	1.2	台北農產	紅蘿蔔絲	1	美福龍	非基改黑豆干切9丁	6	台北農產	紅蘿蔔小丁	1.5	禾品	洗選蛋	9	宏旭	木耳絲	1.2				
	台北農產	紅蘿蔔片	1	荃珍	高麗菜	6	家煥	蒜泥	0.5	華順	枸杞	0.1	荃珍	青蔥	0.5	台北農產	紅蘿蔔片	1				
	觀音農產	鮑魚菇	0.7	宏旭	木耳絲	0.7	荃珍	青蔥	0.5	荃珍	香菜	0.5	觀音農產	鮑魚菇	0.7	觀音農產	鮑魚菇	0.7				
	觀音農產	生香菇	0.5	復進	絞肉	0.7							觀音農產	生香菇	0.5	復進	絞肉	0.7				
			小計	19.4			小計	12.4		小計	16.0		小計	19.1			小計	16.5				
有機黑葉白菜	耕心田	有機黑葉白菜17K		耕心田	有機A菜17K		八德產銷	吉圓圓蚵白菜	17	荃珍	高麗菜	17	耕心田	有機青江菜17k		耕心田	有機黑葉白菜17K					
	家煥	蒜末	0.1	家煥	蒜末	0.1	家煥	蒜末	0.1	家煥	蒜末	0.1	家煥	蒜末	0.1	家煥	蒜末	0.1				
			小計	0.10			小計	0.1		小計	17.1		小計	0.1								
玉米蛋花湯	首饌	玉米粒	3.5	荃珍	結頭菜	7	荃珍	高麗菜	4	津悅	非基改豆腐4.8k	1板	福隆	乾海帶芽	0.2	首饌	玉米粒	3.5				
	禾品	洗選蛋	1.5	荃珍	香菜	0.5	觀音農產	金針菇	1	羿淳	十全味噌	1	福隆	小魚乾	0.1	禾品	洗選蛋	1.5				
	超泰	雞架(切)	1	超泰	雞架(切)	1	福隆	乾金針	0.2	福隆	青蔥	0.2	家煥	薑絲	0.2	超泰	雞架(切)	1				
							台北農產	白蘿蔔	1.5	超泰	雞架(切)	1.2										
							福隆	肉骨茶包60g	2包													
		小計	6.0			小計	8.5		小計	8.8		小計	3.4									
水果		水果	230份				豆漿	津悅	非基改豆漿5k	5包			水果	230份								
熱量		全穀根莖類	4.8份		全穀根莖類	5.0份		全穀根莖類	5.0份		全穀根莖類	5.0份		全穀根莖類	4.5份		全穀根莖類	4.8份				
		蔬菜類	1.7份		蔬菜類	1.5份		蔬菜類	1.8份		蔬菜類	1.5份		蔬菜類	1.2份		蔬菜類	1.7份				
		水果類	1.0份		水果類	.0份		水果類	.0份		水果類	1.0份		水果類	.0份		水果類	1.0份				
		豆魚肉蛋類	2.4份		豆魚肉蛋類	2.4份		豆魚肉蛋類	2.3份		豆魚肉蛋類	2.3份		豆魚肉蛋類	2.5份		豆魚肉蛋類	2.4份				
		油脂堅果種子類	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	2.8份		油脂堅果種子類	3.0份		油脂堅果種子類	2.5份				
		熱量	743.0大卡		熱量	692.0大卡		熱量	705.0大卡		熱量	757.5大卡		熱量	680.0大卡		熱量	743.0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: