

桃園市 廣興國民小學營養午餐菜單(第九週)

日期	10/24 W1				10/25 W2				10/26 W3				10/27 W4				10/28 W5				10/29 W6																											
人數	223人				225人				223人				225人				225人				225人																											
菜名	菜名	配料	規格	重量(kg)	菜名	配料	規格	重量(kg)	菜名	配料	規格	重量(kg)	菜名	配料	規格	重量(kg)	菜名	配料	規格	重量(kg)	菜名	配料	規格	重量(kg)																								
主食	白米飯	白米			糙米飯	白米			特餐				白米飯	白米			薏仁飯	白米			特餐																											
主菜	花枝排	花枝排		225.0	薑母鴨	鴨丁		18.0	香菇瘦肉粥	高麗菜	去葉	6.0	五彩豆包絲	非基因炸豆包絲		12.0	咖哩雞丁	雞胸丁		14.0	客家米粉	細米粉	切	18.0																								
副菜	冬瓜肉末	冬瓜	**	18.0	海茸肉絲	海茸切		11.0	照燒肉片	肉片		6.0	番茄炒蛋	洗選蛋		10.0	關東煮	白蘿蔔	**	6.0	海結燒肉	肉丁		9.0																								
		絞肉		3.0																																												
		香菇絲		0.3																																												
		薑片		0.2																																												
青菜	炒時蔬	冬瓜		17.0	有機蔬菜	空心菜		17.0	炒時蔬	豈芽炒韭菜		17.0	有機蔬菜	油菜		17.0	有機蔬菜	小白菜		17.0	吉園圃蔬菜			0.0																								
		蒜末		0.2																																												
湯品	味噌湯	非基因細豆腐	切小丁 7K	1.0	薑絲豬血湯	豬血		10.0	銀絲卷	銀絲卷	1個/人	250.0	冬瓜鮮菇湯	冬瓜	**	7.0	海芽蛋花湯	海帶芽	600g	1.0	沙茶魷魚羹湯	魷魚羹		3.0																								
		細味噌	3K	1.0																																												
		青蔥		0.6																																												
熱量分析	全穀根莖類				5.4份				全穀根莖類				5.6份				全穀根莖類				5.5份				全穀根莖類				5.6份																			
	豆魚肉蛋類				2.份				豆魚肉蛋類				2.2份				豆魚肉蛋類				2.7份				豆魚肉蛋類				2.份				豆魚肉蛋類				2.2份				豆魚肉蛋類				2.5份			
	蔬菜類				1.8份				蔬菜類				2.1份				蔬菜類				1.7份				蔬菜類				2.份				蔬菜類				1.8份				蔬菜類				1.8份			
	種子與油脂類				2.5份				種子與油脂類				2.份				種子與油脂類				2.2份				種子與油脂類				2.1份				種子與油脂類				2.1份				種子與油脂類				2.3份			
	水果類				1.份				水果類				1.份				水果類				1.份				水果類				1.份				水果類				1.份											
	低脂乳品類				1.份				低脂乳品類				1.份				低脂乳品類				1.份				低脂乳品類				1.份				低脂乳品類				1.份											
熱量				686Kcal				熱量				760Kcal				熱量				879Kcal				熱量				687Kcal				熱量				690Kcal				熱量				728Kcal				

監廚老師：

執行秘書：

主任：

校長：