

義興國小一一四學年第一學期學生午餐食譜設計表(第九週)

市政府教育局建議暫停使用豬肉調整菜單

oal

	10 月 27 日(星期一).			10 月 28 日(星期二).			10 月 29 日(星期三).			10 月 30 日(星期四)			10 月 31 日(星期五).		
	人數	2,362+40備 人		人數	2,185+40備 人		人數	2,362+40備 人		人數	2,362+40備 人		人數	2,362+40備 人	
	主食	白米飯		主食	糙米飯		主食	米食		主食	糙米飯		主食	紫米飯	
	菜名	配 料	數 量	菜名	配 料	數 量	菜名	配 料	數 量	菜名	配 料	數 量	菜名	配 料	數 量
主 菜	樹 子 蒸 魚	去皮烏魚片(6)	2400個	蔥 油 雞 丁	雞胸丁.大成	96Kg	玉 米 雞 肉 粥	雞清肉絞-超秦	42Kg	咖 哩 雞 丁	雞胸丁.大成	102Kg	香 滷 雞 翅	雞三節翅W6佳世福	2420支
		薑絲"	2.5Kg		雞排切丁.大成	51Kg		玉米粒鮮綠Q15K"	3件		雞排切丁.大成	57Kg		絞蒜仁"	1.5Kg
		樹蔭子(3K)包"	2包		麵腸切片*	42Kg		高麗菜去外葉"	42Kg		紅蘿蔔"Q	20Kg			
					脆筍片1.7K	8包		紅蘿蔔"Q	15Kg		馬鈴薯"Q	85Kg			
					紅蘿蔔"Q	18Kg		香菇(生)"Q	9Kg		洋蔥去皮"	18Kg			
					杏鮑菇-切塊Q"	11Kg		絞紅蔥頭	3Kg		薑片"	3Kg			
					蔥"	4.5Kg		乾香菇絲"	2Kg		老公咖哩粉600g盒	2盒			
			絞蒜泥"	1.9Kg											
副 菜	青 蔬 粉 絲	香菇(生)"Q	12Kg	海 茸 干 絲	粗豆干絲."	24Kg	滷 味 拼 盤	小△油豆腐27g	115Kg	雙 花 什 錦	青花菜"12K散	12件	原 味 茶 碗 蒸	洗選雞蛋.15K	105Kg
		冬粉-大包3K"	11包		洋蔥去皮"	17Kg		大黑魚輪條3K(包)	8包		白花菜"富士12K散	6件		洗選雞蛋"12K	12Kg
		高麗菜去外葉"	80Kg		海茸."	140Kg		白蘿蔔"	80Kg		細豆干絲*	24Kg		年糕紙-薄""	100張
		紅蘿蔔"Q	20Kg		紅蘿蔔"Q	11Kg		紅蘿蔔"Q	20Kg		紅蘿蔔"Q	25Kg			
		乾香菇絲"	1.2Kg		絞蒜仁"	1.1Kg		絞蒜仁"	2.2Kg		木耳絲*3K	2包			
		絞蒜仁"	1.5Kg		薑絲"	1.1Kg		滷包-大10入母指	庫存		絞蒜仁"	1.5Kg			
青 菜	有 機 青 江	有機青菜鄭育旻	165KG	有 機 優 愛	有機青菜鄭育旻	143KG	產 銷 空 心	空心菜-產履	160Kg	有 機 青 松	有機青菜鄭育旻	155KG	有 機 荷 葉	有機青菜鄭育旻	155KG
		絞蒜仁"	1.5Kg		薑片"	1.4Kg		薑片"	1.5Kg		絞蒜仁"	1.5Kg		薑片"	1.5Kg
湯	冬 瓜 養 生 湯	冬瓜*Q	115Kg	銀 耳 紅 棗 甜 湯	白木耳朵	2.3Kg	蒸 芝 麻 包	晶鈺芝麻包-直送	120包	紫 菜 豆 腐 湯	紫菜150g"大包圓	8包	白 菜 羹 湯	豆包(生)切絲	18Kg
		金絲菇"Q	18Kg		桂圓1斤	2盒			(先漂洗切段下鍋)			大白菜去外葉"		35Kg	
		薑絲"	2.5Kg		切QQ粉圓	17Kg			豆腐4.2K津切絲		8板	脆筍絲1.7K		7包	
		枸杞(1斤包)	2包		紅棗(1斤包)	2包			薑絲"		1.3Kg	紅蘿蔔"Q		12Kg	
					砂糖"	庫存						柴魚片-1斤"		2包	
		水 果				水果		1383個							
營 養	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	全穀 豆魚 蔬菜 鮮奶 油脂 熱量	全穀 豆魚 蔬菜 鮮奶 油脂 熱量	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量
5.7 3.2 1.2 3.0 804	5.4 2.3 1.0 1.0 2.0 726	5.5 2.1 1.2 2.3 677	5.5 2.2 1.2 1.0 2.4 808	5.5 2.9 1.4 1.0 3.4 851											

◎本菜單含有甲殼類、花生、乳品類、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類、亞硫酸鹽類等及其各類製品，不適合對其過敏體質者食用

設計小組:義興國小及復旦國小午餐工作小組

午餐秘書:

主任:

校長:

義興國小一一四學年第一學期學生午餐食譜設計表(第九週)素

		10 月 27 日(星期一).			10 月 28 日(星期二).			10 月 29 日(星期三).			10 月 30 日(星期四)			10 月 31 日(星期五).										
人數		2,402 人			人數		2,225 人		人數		2,402 人		人數		2,402 人									
主食		白米飯			主食		糙米飯		主食		米食		主食		糙米飯		主食		紫米飯					
菜名		配 料		數 量	菜名		配 料		數 量	菜名		配 料		數 量	菜名		配 料		數 量					
主 菜	樹 子 蒸 豆 腐	豆腐4.2K	津切小丁	1板	香 油 麵 腸	小黃瓜Q	0.8Kg		玉 米 鮮 蔬 粥	小豆干丁	1Kg		素 香 咖 哩	絞碎豆干	2Kg		醬 滷 豆 包	炸豆包	37個					
		薑絲"				麵腸切片*				玉米粒鮮綠Q15K"				毛豆仁1K	1包				薑絲"	0.1Kg				
		樹蔭子(3 K)包"					脆筍片1.7K				高麗菜去外葉"					紅蘿蔔"Q				滷包-大10入母指				
						紅蘿蔔"Q				紅蘿蔔"Q				馬鈴薯"Q										
						杏鮑菇-切塊Q"						香菇(生)"Q				薑片"								
						薑絲"	0.1Kg					乾香菇絲"				老公咖哩粉600g盒								
副 菜	青 蔬 粉 絲	香菇(生)"Q			海 茸 干 絲	粗豆干絲."			滷 味 拼 盤	小△油豆腐27g			雙 花 什 錦	青花菜"12K散			原 味 茶 碗 蒸	洗選雞蛋.15K						
		冬粉-大包3K"					海茸."			素小鱈魚丸	0.6Kg			白花菜"富士12K散				洗選雞蛋"12K						
		高麗菜去外葉"					紅蘿蔔"Q			白蘿蔔"				細豆干絲*				年糕紙-薄""						
		紅蘿蔔"Q				薑絲"				紅蘿蔔"Q				紅蘿蔔"Q										
		乾香菇絲"								薑絲"	0.1Kg			木耳絲*3K										
		薑絲"	0.1Kg							滷包-大10入母指				薑絲"	0.1Kg									
青 菜	有 機 青 江	有機青菜鄭育旻			有 機 優 愛	有機青菜鄭育旻			產 銷 空 心	空心菜-產履		有 機 青 松	有機青菜鄭育旻			有 機 荷 葉	有機青菜鄭育旻							
		薑絲"	0.1Kg				薑片"			薑片"			薑絲"	0.1Kg			薑片"							
湯	冬 瓜 養 生 湯	冬瓜*Q			銀 耳 紅 棗 甜 湯	白木耳朵			蒸 芝 麻 包	晶鈺芝麻包-直送			紫 菜 豆 腐 湯	紫菜150g"大包圓			白 菜 羹 湯	豆包(生)切絲						
		金絲菇"Q				桂圓1斤								(先漂洗切段下鍋)				大白菜去外葉"						
		薑絲"				切QQ粉圓								豆腐4.2K津切絲				脆筍絲1.7K						
		枸杞(1斤包)					紅棗(1斤包)							薑絲"				紅蘿蔔"Q						
							砂糖"																	
水 果																								
營 養	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量				全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量				全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量				全穀 豆魚 蔬菜 鮮奶 油脂 熱量				全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量							
	5.7 3.2 1.2 3.0 804				5.4 2.3 1.0 1.0 2.0 726				5.5 2.1 1.2 2.3 677				5.5 2.2 1.2 1.0 2.4 808				5.5 2.9 1.4 1.0 3.4 851							

◎本菜單含有甲殼類、花生、乳品類、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類、亞硫酸鹽類等及其各類製品，不適合對其過敏體質者食用

設計小組:義興國小及復旦國小午餐工作小組

午餐秘書:

主任:

校長:

