

台南市白河區白河國中+玉、大、竹、內國小 2022年12月第4週午餐菜單

	12月19日				12月20日				12月21日				12月22日				12月23日											
					菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位				
主食		白中校慶補休				芝麻飯	白米		46	kg	油麵	油麵			110	kg	白米飯	冬至 白米		49	kg	糙米飯	白米 糙米		46 3	kg		
主菜					咖哩豬	肉丁-台糖			48	kg	沙茶肉羹麵	肉絲-台糖			14	kg	泡菜起司雞	去骨雞腿丁			42	kg	古早味肉燥	瘦絞肉-立大		51	kg	
						馬鈴薯	中丁	15	kg	肉羹CAS				16	kg	杏鮑菇		手切大丁	20	kg	豆乾小丁(榮洲)			20	kg			
						洋蔥	中丁	8	kg	山東白菜		片	42	kg	愛之味韓式泡菜				12	kg	洋蔥	小丁		5	kg			
						紅蘿蔔	中丁	5	kg	脆筍絲6KG				1	包	安佳頂級大師乳酪絲1KG				4	kg	乾香菇絲			0.5	kg		
						小磨坊咖哩粉			2	盒		紅蘿蔔	絲	4	kg	青蔥		切	1	kg	蒜末			0.5	kg			
												生香菇	片	6	kg	安佳無鹽奶油		450G	1	塊	油蔥酥			2	包			
												金針菇			3	kg						醬油						
												洗選蛋CAS			4	kg												
副菜					小魚花生豆乾	柴魚(大)			1	包	香菇蛋黃肉包	香菜	末	5	kg	芹香豆包	煙燻豆包(富源成)	切段	40	kg	家常豆腐	素蠔油						
						豆乾片(榮洲)			45	kg		(每班1包.備份每校1包)			生香菇		片	12	kg	板豆腐			3	大板				
						鹹酥花生			15	kg		牛頭牌沙茶粉(300g)			2		包	芹菜-去葉	段	12		kg	桶筍	片	10	kg		
						特級小魚乾(小隻的)			2	kg		牛頭牌沙茶醬(3KG)			1		桶	紅蘿蔔	片	5		kg	紅蘿蔔	片	5	kg		
						青蔥	珠	2	kg								紅蘿蔔	片	5	kg		鮮木耳	片	5	kg			
						蒜末			0.5	kg								蒜末		0.5		kg	高麗菜	片	30	kg		
蔬菜					炒清江菜	乾辣椒(不辣)			0.1	kg	蘋果蜜布丁	濕黑豆豉500G			2	罐	炒油菜	有機清江菜	段	62	kg	炒菠菜	青蔥	段	1	kg		
						有機清江菜			62	kg		蒜末			0.5	kg		蒜末		0.5	kg		蒜末		0.5	kg		
						蒜末															白精靈菇			5	kg			
湯					紫菜蛋花湯	韓國紫菜			2	包	蘋果蜜布丁	好麥香菇蛋黃肉包100C			700	份	桂花釀湯圓	有機油菜			62	kg	玉米蛋花湯	玉米粒			15	kg
						洗選蛋cas			12	kg		有青蜜蘋果丁			10	kg		桂冠冷凍小湯圓			6	kg		洗選蛋CAS			10	kg
												洗選蛋CAS			45	kg		地瓜圓(榮洲)			8	kg		芹菜-去葉			1	kg
						蔥	切珠	1	kg	糖						芋圓(榮洲)				8	kg							
												鮮奶(家庭號)			7	桶		糖										
附餐				份	優格	福樂原味優格			700	份	棗子	棗子			700	份	小番	小番茄			700	份	黑糖	好麥黑糖饅頭50G		700	份	
營養分析				份		備份		20	份		備份		20	份		備份		20	份		備份		20	份				
		主食類	肉魚豆蛋	蔬菜		主食類	肉魚豆蛋	蔬菜		主食類	肉魚豆蛋	蔬菜		主食類	肉魚豆蛋	蔬菜		主食類	肉魚豆蛋	蔬菜		主食類	肉魚豆蛋	蔬菜				
		水果類	油脂類	熱量		水果類	油脂類	熱量		水果類	油脂類	熱量		水果類	油脂類	熱量		水果類	油脂類	熱量		水果類	油脂類	熱量				
		蛋白質	脂肪	醣類		蛋白質	脂肪	醣類		蛋白質	脂肪	醣類		蛋白質	脂肪	醣類		蛋白質	脂肪	醣類		蛋白質	脂肪	醣類				

*經營營養師審核： ☐通過

午餐秘書：

主任：

☐不通過(原因：)

校長：

★本校一律使用國產豬、牛肉食材