

台南市白河區白河國中+玉、大、竹、內 2024年8-9月第1週午餐菜單

	8月26日					8月27日					8月28日					8月29日					8月30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	菜名	食材	規格	數量	單位
主 食																		芝 麻 飯	白米		52	kg			
					熟黑芝麻														0.2	kg					
主 菜																		滷 雞 腿	新鮮雞腿D6		640	支			
																			薑片		0.5	kg			
																			蔥		1	kg			
																			滷包						
																			醬油						
副 菜																		蒲 燒 鯛 燒 豆 腐	蒲燒鯛		15	kg			
																			板豆腐		5	板			
																			洋蔥		絲	6	kg		
																			照燒醬						
蔬 菜																		芹 香 高 麗 菜	有機高麗菜		片	67	kg		
																			紅蘿蔔		片	3	kg		
																			芹菜-去葉		切段	2	kg		
湯																		黑 糖 珍 珠 奶 茶	冬瓜茶塊		10	塊			
																			黑糖		3	kg			
																			波霸粉圓		8	kg			
																			鮮奶家庭號		10	桶			
附 餐																		吐司		葡萄薄片吐司	640	份			
營 養 分 析	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
																6.00		3.20		1.20					
	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
					0.00					0.00					0.00	1		2.20		849.00					
	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
																16.8%		28.6%		52.3%					

※經營營養師審核：☐通過☐不通過(原因：)

午餐秘書：主任：校長：

★本校一律使用國產豬、牛肉食材；不使用蘇丹紅調味料

★本校營養午餐有供應甲殼類、芒果、花生、牛奶及羊奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類等11種及其製品，不適合對其過敏體質者