

台南市白河區白河國中+玉、大、竹、內國小 2024年11月第5週午餐菜單

| 11月25日 |          |    |     |    | 11月26日 |                 |    |     |    | 11月27日 |         |        |     |    | 11月28日 |        |    |     |    | 11月29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 |
| 胚芽飯    | 白米       |    | 48  | kg | 芝麻飯    | 白米              |    | 51  | kg | 漢堡     | 好麥漢堡    |        | 635 | 份  | 白米飯    | 白米     |    | 51  | kg | 糙米飯    | 白米     |    | 48  | kg |
|        | 胚芽米      |    | 3   | kg |        | 熟黑芝麻            |    | 0.3 | kg |        | 好麥漢堡-備份 |        | 20  | 份  |        |        |    |     |    |        | 糙米     | 小丁 | 3   | kg |
| 番茄炒蛋   | 番茄       | 片  | 25  | kg | 剝皮辣椒雞  | 雞腿切丁            |    | 24  | kg | 花枝排漢堡  | CAS花枝排  |        | 635 | 份  | 香酥魚塊   | 新鮮白旗魚丁 |    | 66  | kg | 麻油雞    | 光雞丁    |    | 57  | kg |
|        | 雞蛋CAS    |    | 38  | kg |        | 光雞丁             |    | 27  | kg |        |         |        |     |    |        | 蝦片     |    | 4   | 包  |        | 米血丁CAS |    | 15  | kg |
|        | 蔥        | 切段 | 1   | kg |        | 白蘿蔔             | 中丁 | 18  | kg |        |         |        |     |    |        | 胡椒鹽    |    |     |    |        | 薑片     |    | 0.6 | kg |
|        |          |    |     |    |        | 蒜仁              |    | 0.5 | kg |        | 小包番茄醬   |        | 655 | 份  |        |        |    |     |    |        |        |    |     |    |
|        | 番茄醬      |    | 1   | 桶  |        | 剝皮辣椒(不辣)500G    |    | 8   | 罐  |        |         |        |     |    |        |        |    |     |    |        |        |    |     |    |
|        |          |    |     |    |        | 香油,醬油           |    |     |    |        |         |        |     |    |        |        |    |     |    |        | 黑麻油    |    |     | 桶  |
|        |          |    |     |    |        | *國小/幼兒園不放辣椒,調味淡 |    |     |    |        |         |        |     |    |        |        |    |     |    |        |        |    |     |    |
| 芹香豆包絲  | 煙燻 豆包絲   |    | 18  | kg | 香腸炒花菜  | 新鮮白花菜           | 切  | 52  | kg | 香料溫沙拉  | CAS青花菜  |        | 35  | kg | 南瓜豆腐羹  | 板豆腐    |    | 4   | 板  | 紅蘿蔔炒蛋  | 雞蛋     |    | 38  | kg |
|        | 芹菜-去葉    |    | 10  | kg |        | 蒜末              |    | 0.5 | kg |        | 履歷黃地瓜   | 去皮切丁   | 20  | kg |        | 去皮南瓜   | 小丁 | 35  | kg |        | 紅蘿蔔    | 絲  | 22  | kg |
|        | 紅彩椒      | 粗絲 | 4   | kg |        | CAS香腸           | 切片 | 6   | kg |        | 紅彩椒     | 片      | 5   | kg |        | 生香菇    | 片  | 8   | kg |        | 青蔥     | 切珠 | 2   | kg |
|        | 蒜末       |    | 0.5 | kg |        | 紅蘿蔔             | 片  | 3   | kg |        | 玉米段     | 手切2公分段 | 10  | kg |        | 芹菜-去葉  | 珠  | 1   | kg |        |        |    |     |    |
|        | 豆芽菜      |    | 12  | kg |        |                 |    |     |    |        | 蒜泥      |        | 0.6 | kg |        |        |    |     |    |        |        |    |     |    |
| 炒刺瓜    | 素蠔油,黑胡椒粒 |    |     |    | 炒青松菜   |                 |    |     |    |        | CAS培根片  |        | 7   | kg | 沙茶芥藍   |        |    |     |    |        |        |    |     |    |
|        |          |    |     |    |        | 有機青松菜           | 段  | 63  | kg |        | 義式綜合香料  |        |     |    |        | 履歷芥藍   |    | 63  | kg |        | 履歷菠菜   | 段  | 63  | kg |
|        | 刺瓜       | 片  | 67  | kg |        | 紅蘿蔔             | 片  | 3   | kg |        |         |        |     |    |        | 紅蘿蔔    | 片  | 3   | kg |        | 蒜末     |    | 0.5 | kg |
|        | 蒜末       |    | 0.5 | kg |        | 蒜末              |    | 0.5 | kg |        |         |        |     |    |        | 洋蔥     | 片  | 3   | kg |        | 紅蘿蔔    | 片  | 3   | kg |
|        | 紅蘿蔔      | 片  | 3   | kg |        |                 |    |     |    |        |         |        |     |    |        | 沙茶醬    |    | 2   | 桶  |        |        |    |     |    |
|        |          |    |     |    |        |                 |    |     |    |        |         |        |     |    |        | 蒜末     |    | 0.5 | kg |        |        |    |     |    |
|        |          |    |     |    |        |                 |    |     |    |        |         |        |     |    |        |        |    |     |    |        |        |    |     |    |
| 海芽玉米湯  | 濕海帶芽     |    | 3   | kg | 四神排骨湯  | 四神湯料包           |    | 12  | 包  | 蘑菇濃湯   | 鮮奶油     |        | 4   | 罐  | 豆薯蛋花湯  | 豆薯     | 絲  | 24  | kg | 芋奶地瓜圓  | 芋頭     | 中丁 | 24  | kg |
|        | 柴魚片      |    | 1   | 包  |        | 中排骨             |    | 12  | kg |        | 洋蔥      | 小丁     | 10  | kg |        | 洗選蛋cas |    | 12  | kg |        | 地瓜圓    |    | 15  | kg |
|        | 玉米粒      |    | 10  | kg |        | 薑片              |    | 0.3 | kg |        | 紅蘿蔔     | 小丁     | 5   | kg |        |        |    |     |    |        | 椰奶     |    | 12  | 罐  |
|        | 蔥        | 切珠 | 1   | kg |        | 金針菇             | 切  | 3   | kg |        | 玉米粒     |        | 8   | kg |        | 蔥      | 切珠 | 1   | kg |        | 煉乳     |    | 6   | 罐  |
|        |          |    |     |    |        |                 |    |     |    |        | 馬鈴薯     | 小丁     | 10  | kg |        |        |    |     |    |        | 二砂糖    |    |     |    |
| 奇異果    |          |    |     |    | 保久乳    |                 |    |     |    | 豆花     |         |        |     |    | 芭樂     |        |    |     |    | 海苔     |        |    |     |    |
| 備份     |          |    |     |    | 備久乳-備份 |                 |    |     |    | 備份     |         |        |     |    | 備份     |        |    |     |    | 備份     |        |    |     |    |
| 主食類    |          |    |     |    | 主食類    |                 |    |     |    | 主食類    |         |        |     |    | 主食類    |        |    |     |    | 主食類    |        |    |     |    |
| 4.30   |          |    |     |    | 4.20   |                 |    |     |    | 5.70   |         |        |     |    | 4.60   |        |    |     |    | 6.40   |        |    |     |    |
| 水果類    |          |    |     |    | 水果類    |                 |    |     |    | 水果類    |         |        |     |    | 水果類    |        |    |     |    | 水果類    |        |    |     |    |
| 1      |          |    |     |    | 0      |                 |    |     |    | 0      |         |        |     |    | 1      |        |    |     |    | 0      |        |    |     |    |
| 蛋白質    |          |    |     |    | 蛋白質    |                 |    |     |    | 蛋白質    |         |        |     |    | 蛋白質    |        |    |     |    | 蛋白質    |        |    |     |    |
|        |          |    |     |    | 脂肪     |                 |    |     |    | 脂肪     |         |        |     |    | 脂肪     |        |    |     |    | 脂肪     |        |    |     |    |
|        |          |    |     |    | 醃類     |                 |    |     |    | 醃類     |         |        |     |    | 醃類     |        |    |     |    | 醃類     |        |    |     |    |
|        |          |    |     |    | 竹門     |                 |    |     |    |        |         |        |     |    |        |        |    |     |    | 竹門     |        |    |     |    |

★本校一律使用國產豬、牛肉食材

午餐秘書：

主任：

校長：