

台南市白河區白河國中+玉、大、竹、內 2024年12月第4週午餐菜單

12月23日					12月24日					12月25日					12月26日					12月27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
白米飯	白米		51	kg	燕麥飯	白米 燕麥		49 3	kg kg	麵疙瘩					五穀飯	白米 五穀米		48 3	kg kg	胚芽飯	白米 胚芽米		49 3	kg kg
蔥花菜脯蛋	雞蛋		40	kg	磨菇雞丁	光雞丁		57	kg	番茄肉醬麵疙瘩	瘦粗絞肉		27	kg	五柳魚	新鮮白旗魚丁		57	kg	燒烤雞翅	CAS燒烤雞翅		635	支
	紅蘿蔔	絲	6	kg		洋蔥	片	8	kg		碎培根CAS		6	kg		脆筍絲		6	kg					
	蔥	珠	2	kg		紅彩椒	片	5	kg		茄汁焗豆		10	罐		鮮木耳	絲	3	kg					
	珍珠腩(不鹹)		15	kg		洋菇片罐頭		2	桶		紅蘿蔔	小丁	5	kg		紅蘿蔔	絲	3	kg					
						蘑菇醬					玉米粒		5	kg		洋蔥	絲	10	kg					
						黑胡椒醬					番茄	小丁	10	kg		蒜末		0.5	kg					
											洋蔥	小丁	12	kg		五印醋		2	瓶					
	黑豆豉-濕		0.6	kg						洋菇片罐頭	2.8KG	2	桶	青蔥		0.5	kg							
										蕃茄醬	3KG	2	桶	烏醋			桶							
豆瓣豆腐	板豆腐		7	板	海芽增蛋	濕海帶芽(不鹹)		4	kg	炸雞腿	CAS熟炸雞腿		635	份	紅蘿蔔炒蛋	雞蛋		38	kg	塔香海茸	CAS前腿肉絲		12	kg
	皮絲	切	3	kg		雞蛋cas		36	kg		胡椒鹽					紅蘿蔔	絲	22	kg		海茸		39	kg
	毛豆仁		5	kg		薑絲		1	kg												九層塔		3	kg
	蔥	切珠	1	kg		鯉魚粉										青蔥	切珠	2	kg		蒜末		0.5	kg
	蒜末		0.5	kg		香油																辣豆瓣醬-640G		1
	辣豆瓣醬-640G		1	罐															素蠔油.香油					
炒清江菜	有機青江菜	段	64	kg	炒小白菜	有機小白菜	段	63	kg	鮮蔬濃湯					炒花菜	新鮮青花菜		57	kg	炒高麗菜	高麗菜	片	67	kg
	蒜末		0.5	kg		蒜末		0.5	kg							白精靈菇		4	kg		紅蘿蔔	片	3	kg
	紅蘿蔔	片	3	kg		紅蘿蔔	片	3	kg							玉米粒		3	kg		蒜末		0.5	kg
																蒜末		1	kg					
玉米濃湯	雞蛋		5	kg	蘿蔔魚丸湯	白蘿蔔	中丁	10	kg	鮮蔬濃湯	洋蔥	小丁	10	kg	刺瓜排骨湯	刺瓜	片	22	kg	冬瓜珍珠	冬瓜茶塊		24	塊
	玉米醬3KG		5	桶		玉米段	2公分段	12	kg		紅蘿蔔	小丁	5	kg		中排骨		12	kg		波霸粉圓		18	kg
	玉米粒3KG		4	桶		虱目魚丸-小		12	kg		帶皮南瓜	手切中丁	10	kg		蔥	切珠	1	kg					
	洋蔥	小丁	8	kg		蔥	切珠	1	kg		高麗菜	手切中丁	8	kg							二砂糖			
	紅蘿蔔	小丁	5	kg							CAS青花菜	手切中丁	10	kg							冰塊		30	kg
	馬鈴薯	小丁	15	kg							玉米醬3KG		2	桶										
香蕉	香蕉		635	份	保久乳		635	份	豆奶	黑芝麻豆漿		635	份	柳丁	柳丁		635	份	餅乾	麥爆		635	份	
	水果-備份	20		份	保久乳-備份	20		份		備份	20		份		水果-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		
	4.50	2.10	1.60		4.20	3.10	1.50		4.00	3.00	0.90		4.10	3.30	2.00		5.40	2.50	1.80					
	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		
	1	2.50	685.00		0	2.20	663.00		0	3.00	662.50		1	2.40	752.50		1	2.20	769.50					
	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		
										聖誕節														

★本校一律使用國產豬、牛肉食材

午餐秘書：

主任：

校長：

★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食用