

台南市白河區白河國中+玉、大、竹、內 2025年2月第3週午餐菜單

	2月17日					2月18日					2月19日					2月20日					2月21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	五穀飯	白米		48	kg	刈包	刈包		640	份	紫米飯	白米		48	kg	白米飯	白米		52	kg	
		熟黑芝麻		0.2	kg		五穀米		3	kg					份		紫米		3	kg						
主菜	香酥炸	小卷圈		39	kg	古早味肉燥	瘦粗絞肉		45	kg	照燒豬刈包	小肉片		42	kg	大蒜奶油鮮魚	白旗魚丁		60	kg	蜜汁豬排	CAS五香肉排		640	份	
		百頁豆腐丁		27	kg		鳥蛋		9	kg		豆芽菜		6	kg		洋蔥	中丁	10	kg						
		海苔胡椒鹽			kg		碎干丁		8	kg		洋蔥	絲	15	kg		蒜末		1	kg		麥芽糖(鐵桶)		6	kg	
		九層塔		2	kg		洋蔥	小丁	6	kg		紅蘿蔔	粗絲	6	kg		紅甜椒	中丁	3	kg		熟白芝麻		0.3	kg	
							乾香菇絲		0.5	kg		照燒醬		3	桶		帶皮南瓜	中丁	5	kg		醬油.糖				
							蒜末		0.5	kg							無鹽奶油454G		4	塊						
							油蔥酥		2	包							起司粉		0.2	kg						
							醬油										乾燥迷迭香30G		3	小瓶						
副菜	蒸蛋	雞蛋cas		40	kg	培根洋芋	培根片CAS		6	kg	蒸燒賣	CAS蟹黃燒賣		1280	份	塔香海茸	海茸		36	kg	咖哩馬鈴薯	雞絞肉		9	kg	
		蒜末		1	kg		馬鈴薯	小丁	38	kg							有機杏鮑菇	手切長片	15	kg		馬鈴薯	中丁	35	kg	
							CAS毛豆仁		5	kg		2粒/人					九層塔		3	kg		紅蘿蔔	中丁	6	kg	
							玉米粒		12	kg							蒜末		0.5	kg		洋蔥	中丁	8	kg	
							蒜末		0.5	kg							辣豆瓣醬		2	罐		咖哩粉		2	盒	
蔬菜	炒小白菜	有機小白菜	段	63	kg	炒鵝白菜	有機鵝白菜	段	63	kg						炒高麗菜	高麗菜	片	67	kg	炒奶油白菜	有機奶油白菜	段	63	kg	
		蒜末		0.5	kg		蒜末		0.5	kg							紅蘿蔔	片	3	kg		蒜末		0.5	kg	
		紅蘿蔔	片	3	kg		紅蘿蔔	片	3	kg		烏醋.白胡椒粉.醬油.糖					蒜末		0.5	kg		紅蘿蔔	片	3	kg	
												素排骨酥		5	kg											
												紅麵線(不鹹)		12	kg											
湯	關東煮湯	海帶結(薄的)		6	kg	牛蒡雞湯	牛蒡	片	10	kg	素香羹	山東白菜	粗絲	12	kg	刺瓜魚丸湯	刺瓜	片	20	kg	冬瓜珍珠	冬瓜茶塊		24	塊	
		白蘿蔔	中丁	15	kg		光雞丁		20	kg		紅蘿蔔	粗絲	4	kg							波霸粉圓		18	kg	
		CAS米血丁		9	kg		山東白菜	片	12	kg		乾木耳絲		0.6	kg		CAS秀珍魚丸		12	kg						
		CAS小黑輪條		6	kg		金針菇	切	3	kg		筍絲		12	kg		芹菜-去葉	切	1	kg		二砂糖				
		芹菜-去葉		1	kg							金針菇		4	kg											
		柴魚片(大)		1	包							香菜		1	kg											
附餐	百香	百香果		640	份	保久	保久乳		640	份	豆奶	黑豆漿		640	份	香蕉	香蕉		640	份	米果	米果		640	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							
		4.70	3.10	1.40			4.80	3.40	1.50			3.00	3.30	1.00			4.20	3.00	2.40			6.10	2.40	1.30		
		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	3.00	791.50			0	2.80	754.50			0	2.50	595.00			1	2.30	742.50			1	2.40	807.50		
營養分析		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：

☐不通過(原因：)
主任：

★本校一律使用國產豬、牛肉食材；不使用蘇丹紅調味料
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