

台南市白河區白河國中+玉、大、竹、內 2025年2月第4週午餐菜單

		2月24日					2月25日					2月26日					2月27日					2月28日														
		一		640		人		二		640		人		三		640		人		四		640		人		五		人								
		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	菜名	食材	規格	數量	單位					
主	食	芝麻飯	白米		52	kg	糙米飯	白米		49	kg	白米飯	白米		49	kg	胚芽飯	白米		49	kg		228連假													
			熟黑芝麻		0.2	kg		糙米		3	kg							胚芽米		3	kg															
主	菜	姆式滷豆皮	非基改炸豆包		切2	12	kg	孜然燒雞	光雞丁		60	kg	海產粥	前腿肉絲		預解凍	12	kg	壽喜燒	小肉片		預解凍	39	kg												
			非基改角螺		6	kg	蒜末		中丁	0.5	kg	文蛤			12	kg	板豆腐			5	板															
			薑片		0.5	kg				洋蔥					6	kg				白蝦仁		9	kg	鴻喜菇		5	kg									
			蔥		1	kg	青蔥		切	1	kg	新鮮虱目魚柳		12	kg	洋蔥		絲		12	kg															
			小豆輪		6	kg	孜然粒		0.5	kg	新鮮魷魚條			15	kg	紅蘿蔔		片		5	kg															
			麵筋泡		3	kg	十三香30G		1	小瓶	薑絲			0.5	kg	照燒醬		2		瓶																
			鈕扣菇		0.5	kg	小茴香粉30G		1	小瓶	CAS玉米粒			8	kg	柴魚片(大)		1		包																
							白芝麻		0.1	kg	魚露		4	瓶																						
											蒜頭酥		2	包																						
副	菜	豆薯炒蛋	紅蘿蔔		絲	5	kg	白菜滷	山東白菜		片	40	kg	筍乾滷味	筍干(濕的)		12	kg	紅蘿蔔炒蛋	雞蛋		38	kg													
			豆薯		絲	12	kg		紅蘿蔔		片	5	kg		蒜仁		1	kg		紅蘿蔔		絲	22		kg											
			雞蛋		40	kg	鮮木耳		絲	3	kg	海帶結(薄的)			12	kg	青蔥			切珠	2	kg														
							乾魷魚-切絲-密封包裝		2	kg	鳥蛋		9		kg																					
							薑絲		0.3	kg	小三角油豆腐		12		kg																					
							蒜末		0.3	kg	辣豆瓣醬-640G		2	罐																						
蔬	菜	沙茶青油菜	有機青油菜		段	64	kg	炒菠菜	履歷菠菜		段	63	kg	炒高麗菜					炒清江菜	有機青江菜		段	64	kg												
			蒜末		0.5	kg	蒜末		0.5	kg	蒜末		0.5		kg	蒜末		0.5		kg	木耳		片	3		kg										
			紅蘿蔔		片	3	kg		紅蘿蔔		片	3	kg		高麗菜		67	kg																		
			沙茶醬		*瀝油再用	1	桶																													
			沙茶粉		2	包																														
湯	玉	米濃湯	雞蛋		5	kg	筍片排骨湯	筍片		20	kg						蘿蔔貢丸湯	白蘿蔔		中丁	15	kg														
			玉米醬3KG		5	桶		中排骨		12	kg																									
			玉米粒3KG		4	桶		薑絲		0.3	kg																									
			洋蔥		小丁	8		kg	蔥		切珠		1	kg																						
			紅蘿蔔		小丁	5		kg																												
			馬鈴薯		小丁	15		kg																												
附	餐	茂谷	茂谷柑		640	份	保久	保久乳		640	份	麵包	冰心麵包		640	份	芭樂	芭樂		640	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																	
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	主食類		肉魚豆蛋	蔬菜	主食類		肉魚豆蛋	蔬菜					
				4.60		2.70	1.50	4.10		3.00	2.20	5.50		2.50	1.50	4.10		3.40	2.10	4.10		3.40	2.10	4.10		3.40	2.10	4.10		3.40	2.10					
				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	水果類		油脂類	熱量					
				1		2.40	730.00	0		3.00	702.00	0		2.10	704.50	1		2.40	762.50	1		2.40	762.50	1		2.40	762.50	1		2.40	762.50					
				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	蛋白質		脂肪	醣類					

※經營養師審核：☐通過

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食用