台南市白河區白河國中+玉、大、竹、內 2025年3月第3週午餐菜單

abla I		3月17日	_	640	人		3月18日	=	640	人		3月19日	Ξ	640	人		3月20日	四	640	人		3月21日	五	640	人
	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	P (4	規格	數量	單位	菜名		規格	數量	單位	菜名		規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位
主	芝麻	白米		52	kg	五穀	白米		48	kg	麵	義大利麵		48	kg	紫米			48	kg	白米	白米		52	kg
食		熟黑芝麻		0.2	kg	飯	五穀米		3	kg	処					飯	紫米		3	kg	飯				
		CAS花枝排70G		640	份		翅小腿		24	kg		瘦粗絞肉		27	kg		豬柳		48	kg		光雞丁		54	kg
							光雞丁		27	kg 🚜	茄	培根片CAS		5	kg	.	洋蔥	絲	10	kg		洋蔥	中丁	8	kg
		胡椒鹽					白蘿蔔	中丁	18	kg	汁	紅蘿蔔	小丁	5	kg	黑	蒜末		1	kg	照	紅蘿蔔	中丁	5	kg
+	花						薑片		0.5	kg	義	玉米粒		10	kg	胡	青椒	絲	6	kg	燒	馬鈴薯	中丁	10	kg
去	枝					仔	脆瓜段		9	kg	大	番茄	小丁	15	kg	椒	豆芽菜		5	kg	雞	蔥	切段	1	kg
*	排					雞	鈕扣菇		0.5	kg		洋蔥	小丁	10	kg	豬	無鹽奶油454G		2	塊					
							醬油.糖				利	洋菇片罐頭	2.8KG	2	桶	柳	黑胡椒醬		3	桶	丁	照燒醬		3	桶
		*微芡汁									麵	蕃茄醬	3KG	2	桶]									
		烏醋																							
		脆筍絲		20	kg	鯆	鮪魚罐頭3KG		4	桶		CAS檸檬雞柳條		33	kg		雞蛋		38	kg		板豆腐		6	板
	筍	紅蘿蔔	絲	5	kg		馬鈴薯	小丁	35	kg		玉米筍	去殼不切	16	kg	紅	紅蘿蔔	絲	23	kg	番	蕃茄	中丁	20	kg
回	絲絲	木耳	絲	5	kg	魚魚	CAS毛豆仁		8	kg	香	牛蒡	切片	8	kg	蘿					茄	雞蛋		5	kg
おお	魚	薑絲		0.5	kg	洋	洋蔥	小丁	10	kg	g 酥 	胡椒鹽				蔔	青蔥	切珠	2	kg	豆	生香菇	片	3	kg
*		CAS魚羹	切2	15	kg	学						起司酥炸粉		2	包	炒					腐	蒜末		1	kg
	羹	香菜		1	kg	于										蛋						蔥	切珠	1	kg
		蒜頭酥		1	包																	蕃茄醬		1	桶
							有機青江菜	段	62	kg							有機鵝白菜	段	61	kg	J 476 5	有機小白菜	段	61	kg
	炒	蒜末		0.5	kg		蒜末		0.5	kg	/					炒	蒜末		0.5	kg		蒜末		0.5	kg
**	高	紅蘿蔔	片	3	kg	清	紅蘿蔔	片	3	kg						鵝	紅蘿蔔	片	3	kg	小小	玉米粒		3	kg
訪	麗	高麗菜		66	kg	江										白					白白				
*						菜															菜				
	菜				米					鮮奶油1L		4	唯	菜											
												玉米片		3	包										
		板豆腐		4	板	-	黑麻油		1	<u>桶</u> 玉	Ŧ	雞蛋			kg		脆筍片		20	kg	人	波霸粉圓		18	kg
	日	濕海帶芽(不鹹)		2	kg	麻	光雞丁		15	kg	米	玉米醬3KG		5	桶	筍	中排骨		12	kg	冬瓜	冬瓜茶塊		24	塊
	式	非基改油皮		3	kg	油	CAS米血丁		15	kg	ル脆	玉米粒3KG		4	桶	片	蔥	切珠	1	kg	檸	新鮮檸檬汁500CC		5	瓶
湯	味	特級小魚乾-密封	1包裝	0.3	kg	米	薑絲		0.5	kg		洋蔥	小丁	8	kg	排	75.	74.11				77.00			7124
	噌	蒜苗	切片	2	kg	血	金針菇	切	3	kg	片	CAS青花菜	7 7	10	kg	骨					檬	二砂糖			
	湯	粗味噌-非基改(<u></u>		1	箱	湯		17		0	濃	馬鈴薯	小丁	12	kg	湯					粉	冰塊		60	kg
	,,,,	71.71.	7111117		- 1	,,,,					湯	紅蘿蔔	小十	5	kg						圓	.,,,,,			
附	香蕉	香蕉		640	份	保久	保久乳		640	份	栗子	·栗子		640	份	奇異	奇異果		640	份	麵包	風糖小可頌		640	份
餐		備份	20	20			備份	20				備份	20			1/			份		備份			份	
		主食類	肉魚豆	蛋	蔬菜		主食類	肉魚豆蛋		蔬菜	主食類				蔬菜		主食類 肉魚豆蛋		豆蛋	蔬菜		主食類	肉魚豆	蛋蛋	蔬菜
營		4.10	2.80		1.60		5.40	2.50		1.60		3.70	2.90		1.20		4.10 3.30		2.00		5.70	2.60		1.60	
養		水果類	油脂類 3.00		熱量		水果類	油脂類		熱量		水果類	油脂類	Ą	熱量		水果類 0		0	熱量		水果類	油脂	類	熱量
分		1			732.00		0	2.20		704.50		0	3.00		641.50		1 2.40		40	752.50		0.2	2.30)	749.50
析		蛋白質	脂肪	j	醣類		蛋白質	脂肪		醣類		蛋白質	脂肪		醣類	1	蛋白質	FE	肪	醣類		蛋白質	脂肪	j.	醣類
		年安抚:	□7岁7回			•		C.茶福/百田·)			•					▲未於二海庙日									_

※經營養師審核:

午餐秘書:

□通過 □不通過(原因:)

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