

台南市白河區白河國中+玉、大、竹、內 2025年4月第4週午餐菜單

	4月21日					4月22日					4月23日					4月24日					4月25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		全中運停班停課					全中運停班停課					全中運停班停課					全中運停班停課				白米飯	白米		52	kg
主 菜																					蘿 蔔 燒 雞	光雞丁		39	kg
																						翅小腿		18	kg
																						白蘿蔔	中丁	12	kg
																						CAS紅蘿蔔丁		5	kg
																						薑母片		0.3	kg
																						醬油.糖			
副 菜																					素 鬆 蒸 蛋	雞蛋		38	kg
																						蒜末		0.5	kg
																						海苔香鬆		3	kg
蔬 菜																					炒 高 麗 菜	蒜末		0.5	kg
																						紅蘿蔔	片	3	kg
																						高麗菜		66	kg
湯																					八 寶 冰	紅白小湯圓		8	kg
																						地瓜圓		8	kg
																						濃糖蜜豆罐頭3KG		5	桶
																						大薏仁		6	kg
																						花生仁-半		5	kg
																						仙草凍		30	kg
																						冰塊		70	kg
附 餐																					米果	米果		650	份
																						備份		20	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
		4.30		2.10	2.00		4.10		3.30	1.70		5.80		2.30	3.30		4.90		3.30	1.40		4.60		3.30	1.90
		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	703.50		0		2.00	667.00		0		2.80	739.50		1		2.70	807.00		0		2.30	720.50
		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

※經營養師審核：☐通過
午餐秘書：

☐不通過(原因：)

★本校一律使用國產豬、牛肉食材；不使用蘇丹紅調味料

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