

台南市白河區白河國中+玉、大、竹、內 2025年5月第4週午餐菜單

	5月26日					5月27日					5月28日					5月29日					5月30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	糙米飯	白米			49	kg	麵線	紅麵線(不鹹)			43	kg	胚芽飯	白米			49	kg		端午連假						
		熟黑芝麻			0.2	kg		糙米			3	kg								胚芽米			3	kg								
		新鮮鯛魚片			650	份																										
主菜	鹹蛋黃魚片	金沙鹹蛋黃椒鹽			1	包	客家小炒	前腿肉絲			33	kg	絲瓜麵線	絲瓜			片	50	kg	馬鈴薯燒雞	光雞丁			54	kg							
								豆干片			21	kg		蒜末				0.6	kg		馬鈴薯			中丁	22		kg					
								乾魷魚切絲-密封包			2	kg		履歷文蛤				12	kg		CAS紅蘿蔔丁			6	kg							
								洋蔥			片	10		kg	前腿肉絲			24	kg													
								蒜末			0.5	kg		非基改角螺			切	3	kg		洋蔥			中丁	8		kg					
								蔥			切段	2		kg	柴魚片			1	包		醬油.糖											
								豆瓣醬2KG			1	桶																				
副菜	筍絲魚羹	CAS魚羹條			18	kg	豆薯炒蛋	紅蘿蔔			絲	5	kg	筍乾滷味	筍干(濕的)			切	13	kg	海芽燴蛋	濕海帶芽(不鹹)			4	kg						
		紅蘿蔔			絲	5		kg	豆薯			絲	12		kg	蒜仁			0.6	kg		雞蛋cas			38	kg						
		脆筍絲			15	kg		雞蛋				38	kg		CAS紅蘿蔔丁			5	kg	薑絲			1	kg								
		有機高麗菜			片	12		kg							烏蛋			9	kg													
		蒜末			0.5	kg							大黑豆干丁-榮洲			27	kg															
		香菜			1	kg							醬油.糖																			
		洋蔥			絲	5		kg																								
		有機奶油白菜			段	62		kg																								
		蒜末			0.5	kg																										
蔬菜	炒奶油白菜						炒鵝白菜	有機鵝白菜			段	62	kg	冰心麵包	冰心麵包			650	份	炒莧菜	履歷莧菜			段	62	kg						
								蒜末			0.5	kg						蒜末			0.5	kg										
湯	玉米蛋花湯	CAS玉米粒			12	kg	蘿蔔雞湯	白蘿蔔			中丁	15	kg							山藥排骨湯	山藥			中丁	15	kg						
		cas雞蛋			10	kg		CAS紅蘿蔔丁				5	kg								中排骨			12	kg							
		蔥			切珠	1		kg	光雞丁				20		kg							金針菇(有機或履歷)			切	3		kg				
		CAS紅蘿蔔丁			5	kg		蔥			切珠	1	kg								有機枸杞											
附餐	百香	百香果			650	份	保久	保久乳			650	份	豆奶	黃豆漿			650	份	火龍	火龍果			650	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	
		4.30			2.70	1.50	4.00			3.50	1.70	5.80			3.20	1.00	4.80			3.10	1.30	4.60			3.30	1.90	4.30			3.00	1.20	
		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			3.00	736.00	0			2.50	697.50	0			2.60	788.00	1			2.30	764.50	0			2.30	720.50	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	蛋白質			脂肪	醣類	

※經營養師審核：☐通過

主任：☐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

午餐秘書：

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