

台南市白河區白河國中+玉、大、竹、內 2025年6月第1週午餐菜單

	6月2日					6月3日					6月4日					6月5日					6月6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	糙米飯	白米		49	kg	糙米飯	白米		49	kg	糙米飯	白米		49	kg	糙米飯	白米		49	kg	糙米飯	白米		49	kg
		糙米		3	kg		糙米		3	kg		糙米		3	kg		糙米		3	kg		糙米		3	kg
主 菜	檸檬魚	白旗魚丁		57	kg	瓜仔肉燥	瘦粗絞肉		42	kg	雞肉飯	CAS雞肉絲		54	kg	蘑菇雞丁	翅小腿		21	kg	香菇滷肉	鈕扣菇		0.8	kg
		洋蔥	絲	10	kg		碎干丁		15	kg		新鮮紅蔥頭		1	kg		光雞丁		33	kg		油蔥酥		2	包
		蒜末		0.6	kg		洋蔥	小丁	6	kg					洋蔥		中丁	10	kg	煎腿肉丁			48	kg	
		香菜	切	0.6	kg		絞瓜		8	kg		油蔥酥		2	包					豆干小丁			15	kg	
		番茄	小丁	8	kg		蒜末		0.5	kg		醬油								蒜仁			0.5	kg	
		新鮮檸檬汁1000cc		3	瓶		醬油,糖,香油													糖,醬油					
		魚露500cc		4	瓶																				
		寬粉	剪段	2	kg																				
		泰式醬800G		2	瓶																				
副 菜	虎皮蛋	CAS雞蛋		655	粒	刺瓜鮮燴	刺瓜	片	55	kg	白菜滷	山東白菜	片	60	kg	芹香豆干	芹菜-去葉		4	kg	紅蘿蔔炒蛋	雞蛋		38	kg
							CAS紅蘿蔔丁		5	kg		紅蘿蔔	片	6	kg		有機杏鮑菇	手切長段	5	kg		紅蘿蔔	絲	23	kg
							CAS秀珍魚丸	切	3	kg					豆干片			42	kg						
		九層塔香蒜椒鹽30G		2	罐		蒜末		0.5	kg		薑絲		0.3	kg		蒜末		0.5	kg		青蔥	切珠	1	kg
		胡椒鹽										蒜末		0.3	kg		紅蘿蔔	片	5	kg					
												乾魷魚-切絲-密封包裝		2	kg										
蔬 菜	炒絲瓜	絲瓜	片	67	kg	炒清江菜	有機青江菜	段	62	kg					炒鵝白菜	有機鵝白菜	段	62	kg	炒銀芽	有機豆芽菜		40	kg	
		金針菇(履歷或有機)		2	kg		蒜末		0.5	kg						蒜末		0.5	kg		韭菜	段	2	kg	
		蒜末		0.5	kg		CAS玉米粒		2	kg									蒜末			0.5	kg		
	玉米濃湯	雞蛋		4	kg	白菜雞湯	金針菇(有機或履歷)	切	3	kg	鮮筍排骨湯	新鮮竹筍	片	15	kg	海芽玉米湯	濕海帶芽(不鹹)	段	3	kg	黑糖珍珠撞奶	黑糖		3	kg
		玉米醬3KG		5	桶		山東白菜	片	6	kg		CAS紅蘿蔔丁		3	kg		洗滌蛋cas		5	kg		波霸粉圓		16	kg
		玉米粒3KG		4	桶		光雞丁		18	kg		中排骨		12	kg		CAS玉米粒		8	kg		鮮奶		10	桶
		洋蔥	小丁	8	kg		薑絲		0.3	kg		青蔥	切珠	0.6	kg					二砂糖					
	CAS紅蘿蔔丁		5	kg																					
	馬鈴薯	小丁	12	kg																					
附 餐	水果	水果		655	份	保久乳	保久乳		655	份	餅乾	小饅頭餅乾		655	份	水果	水果		655	份	蔥花	蔥花捲		655	份
		水果-備份		20	份		備份		20	份		備份		20	份		水果-備份		20	份		備份		16	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		主食類		肉魚豆蛋	蔬菜
		4.9		2.80	1.50		4.10		2.70	2.10		5.10		2.80	1.20		4.30		2.90	1.90		6.70		3.30	1.00
		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
營 養 分 析		1	2.70	772.00	0	2.20	641.00	0	2.80	723.00	1	2.80	752.00	0	2.40	849.50									
		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								

※經營養師審核：☐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