

台南市白河區白河國中+玉、大、竹、內 2025年6月第2週午餐菜單

| 6月9日  |               |          |         |          | 6月10日 |         |          |         |          | 6月11日 |         |         |       |        | 6月12日 |          |      |         |          | 6月13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       |     |    |    |    |
| 香酥白帶魚 | 糙米飯           | 白米<br>糙米 | 49<br>3 | kg<br>kg | 滷雞腿   | 糙米飯     | 白米<br>糙米 | 49<br>3 | kg<br>kg | 拉麵    | 拉麵      |         | 120   | kg     | 糙米飯   | 白米<br>糙米 |      | 49<br>3 | kg<br>kg | 糙米飯   | 白米<br>糙米 |     | 49<br>3 | kg<br>kg |     |    |    |    |
|       | 新鮮白帶魚         |          | 550     | 份        |       | 新鮮雞腿D6  |          | 585     | 支        |       | CAS小黑輪條 | 切       | 3     | kg     |       | 前腿肉絲     |      | 42      | kg       |       | 翅小腿      |     | 12      | kg       |     |    |    |    |
|       |               |          |         |          |       |         |          |         |          |       |         |         | 新鮮魷魚條 |        |       |          | 9    | kg      | 洋蔥       |       |          | 絲   | 10      | kg       | 光雞丁 |    | 33 | kg |
|       |               |          |         |          |       |         | 薑片       | 0.5     | kg       |       |         | 新鮮虱目魚柳  |       | 9      |       |          | kg   | 蒜末      |          |       |          | 0.5 | kg      | 馬鈴薯      | 中丁  | 6  | kg |    |
|       | 胡椒鹽           |          |         |          |       |         | 蔥        | 0.6     | kg       |       |         | 前腿肉絲    |       | 12     |       |          | kg   | 青椒      | 絲        |       |          | 6   | kg      | 洋蔥       | 中丁  | 6  | kg |    |
|       |               |          |         |          |       |         | 滷包       | 10      | 包        |       |         | 有機高麗菜   | 片     | 12     |       |          | kg   |         |          |       |          |     |         |          |     |    |    |    |
|       |               |          |         |          |       |         |          |         |          |       |         | CAS紅蘿蔔丁 |       | 3      |       |          | kg   | 黑胡椒醬    |          |       |          | 2   | 桶       | 黃金泡菜     |     | 12 | kg |    |
|       |               |          |         |          |       |         |          |         |          |       |         | 凍豆腐     |       | 6      |       |          | kg   |         |          |       |          |     |         |          |     |    |    |    |
|       |               |          |         |          |       |         |          | 柴魚片     |          | 1     |         | 包       |       |        |       |          |      |         |          |       |          |     |         |          |     |    |    |    |
|       |               |          |         |          |       |         | 沙茶粉      |         |          |       |         |         |       |        |       |          |      |         |          |       |          |     |         |          |     |    |    |    |
| 帶結滷冬瓜 | 冬瓜            | 大丁       | 55      | kg       | 番茄豆腐  | 板豆腐     |          | 7       | 板        | 豆瓣滷味  | 鳥蛋      |         | 6     | kg     | 蒸蛋    | 雞蛋cas    |      | 36      | kg       | 螞蟥上樹  | 山東白菜     | 粗絲  | 30      | kg       |     |    |    |    |
|       | 杏鮑菇(有機)       | 手切大丁     | 5       | kg       |       | 蕃茄      | 中丁       | 12      | kg       |       | 大黑豆干丁   |         | 30    | kg     |       | 蒜末       | 1    | kg      | 冬粉3KG    |       |          | 1   | 包       |          |     |    |    |    |
|       | 薑片            |          | 0.3     | kg       |       | 雞蛋      |          | 5       | kg       |       | 白蘿蔔     | 大丁      | 22    | kg     |       |          |      |         | 瘦粗絞肉     |       |          | 6   | kg      |          |     |    |    |    |
|       | CAS紅蘿蔔丁       |          | 4       | kg       |       | 生香菇     | 片        | 2       | kg       |       | 薑片      |         | 0.5   | kg     |       |          |      |         | 紅蘿蔔      |       | 絲        | 4   | kg      |          |     |    |    |    |
|       | 海帶素肉          |          | 1       | kg       |       | 蒜末      |          | 0.5     | kg       |       |         |         |       |        |       |          |      |         | 蔥        |       | 切珠       | 1   | kg      |          |     |    |    |    |
|       |               |          |         |          |       | 蔥       | 切珠       | 0.6     | kg       |       | 豆瓣醬     |         | 1     | 桶      |       |          |      |         | 醬油       |       |          |     |         |          |     |    |    |    |
| 炒高麗菜  | 有機高麗菜         | 段        | 58      | kg       | 炒奶油白菜 | 有機機油白菜  | 段        | 57      | kg       | 紅豆包   | CAS紅豆包  |         | 585   | 份      | 炒刺瓜   | 刺瓜       | 片    | 58      | kg       | 炒清江菜  | 有機青江菜    | 段   | 57      | kg       |     |    |    |    |
|       | 蒜末            |          | 0.5     | kg       |       | 蒜末      |          | 0.5     | kg       |       |         |         |       |        |       | 紅蘿蔔      | 片    | 3       | kg       |       | 蒜末       |     | 0.5     | kg       |     |    |    |    |
|       | CAS玉米粒        |          | 2       | kg       |       |         |          |         |          |       |         |         |       |        |       | 蒜末       |      | 0.5     | kg       |       |          |     |         |          |     |    |    |    |
|       |               |          |         |          |       |         |          |         |          |       |         |         |       |        |       |          |      |         |          |       |          |     |         |          |     |    |    |    |
|       |               |          |         |          |       |         |          |         |          |       |         |         |       |        |       |          |      |         |          |       |          |     |         |          |     |    |    |    |
|       |               |          |         |          |       |         |          |         |          |       |         |         |       |        |       |          |      |         |          |       |          |     |         |          |     |    |    |    |
| 鮮魚味噌湯 | 新鮮魚丁          |          | 12      | kg       | 豆薯蛋花湯 | 豆薯      | 絲        | 12      | kg       |       |         |         |       |        | 牛蒡雞湯  | 牛蒡       | 片    | 3       | kg       | 玉米排骨湯 | CAS玉米粒   |     | 10      | kg       |     |    |    |    |
|       | 板豆腐           |          | 2       | 板        |       | CAS雞蛋   |          | 9       | kg       |       |         |         |       |        |       | 光雞丁      |      | 15      | kg       |       | 中排骨      |     | 10      | kg       |     |    |    |    |
|       | 乾海帶芽-非中國產     |          | 0.6     | kg       |       | 香菜      | 切珠       | 0.5     | kg       |       |         |         |       |        |       | 山東白菜     | 片    | 8       | kg       |       | CAS紅蘿蔔丁  |     | 3       | kg       |     |    |    |    |
|       | 洋蔥            | 片        | 5       | kg       |       | CAS紅蘿蔔丁 |          | 5       | kg       |       |         |         |       |        |       |          |      |         |          |       |          |     |         |          |     |    |    |    |
|       | 粗味噌-非基改(5斤/箱) |          | 1       | 箱        |       |         |          |         |          |       |         |         |       |        |       |          |      |         |          |       |          |     |         |          |     |    |    |    |
|       | 柴魚片(大)        |          | 1       | 包        |       |         |          |         |          |       |         |         |       |        |       |          |      |         |          |       |          |     |         |          |     |    |    |    |
| 水果    | 水果            |          | 585     | 份        | 保久    | 保久乳     |          | 585     | 份        | 豆奶    | 豆漿      |         | 585   | 份      | 水果    | 水果       |      | 585     | 份        | 奶皇    | 奶皇包      |     | 585     | 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       | 20   | 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      |          |       |          |     |         |          |     |    |    |    |
|       | 4.10          | 2.20     | 2.20    | 4.10     |       | 3.00    | 1.5      | 5.60    | 3.40     |       | 0.60    | 4.10    | 3.50  | 1.50   |       | 6.30     | 2.40 | 1.60    |          |       |          |     |         |          |     |    |    |    |
|       | 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     | 702.00  | 0        |       | 2.20    | #####    | 0       | 2.20     |       | 761.00  | 1       | 2.30  | 750.50 |       | 0        | 2.60 | 778.00  |          |       |          |     |         |          |     |    |    |    |
|       | 蛋白質           | 脂肪       |         |          | 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       |      |         |          |       |          |     |         |          |     |    |    |    |

午餐秘書：

主任：

校長：

★本校一律使用國產豬、牛肉食材