

台南市白河區玉豐、大竹、竹門、內角附設幼兒園 2025年11月第3週午餐菜單

	11月17日				11月18日				11月19日				11月20日				11月21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											
主食	白米飯	白米		52	kg	糙米飯	白米		49	kg	麵					白米飯	白米		52	kg											
							糙米		3	kg							糙米		3	kg											
主菜	砂鍋魚柳	新鮮無刺虱目魚柳-履歷		40	kg	蘑菇雞柳	雞肉絲		51	kg	香菇雞湯麵	拉麵-細		140	kg	打拋豬	瘦豬絞肉		預解凍	48	kg										
		山東白菜		片	12		kg	CAS紅蘿蔔丁		3		kg	光雞丁		33		kg	豆干小丁			12	kg									
		紅蘿蔔		片	3		kg	洋蔥		中丁		10	kg	翅小腿			15	kg	洋蔥		小丁	6	kg								
		CAS玉米粒			4		kg						鈕扣菇		1		kg	番茄		小丁	6	kg									
		蒜末			0.5		kg	洋菇罐頭				2	kg	高麗菜			片	18	kg	蒜末			0.5	kg							
		洋蔥		絲	6		kg	蘑菇醬				2	桶	薑片				0.6	kg	九層塔			2	kg							
		香菜			0.5		kg	黑胡椒醬				1	桶	金針菇			3	kg	新鮮檸檬汁1000CC			3	瓶								
		烏醋,胡椒粉,												薑黃粉30G			1	小罐	魚露		500CC	4	瓶								
副菜	素鬆蒸蛋	沙茶醬		3.3KG	1	桶						100%黑麻油2KG		1	桶	蟹棒刺瓜	醬油,糖														
		雞蛋			38	kg	玉米四色	生香菇(有機或履歷)		小丁	6	kg	泡菜年糕	CAS小黑輪條		切2	9	kg	蜜汁滷味	CAS米血丁			20	kg							
		芝麻海苔香鬆			2	kg		CAS玉米粒			40	kg		韓式年糕條			15	kg		大黑豆干丁			24	kg							
								CAS紅蘿蔔丁			5	kg		黃金泡菜3KG			9	kg	百頁豆腐丁			6	kg								
								CAS毛豆仁			5	kg		韓式泡菜3KG			6	kg	鳥蛋			6	kg								
								青蔥		珠	1	kg		高麗菜(有機或履歷)		片	22	kg	海帶結			5	kg								
														韭菜		切段	2	kg	麥芽糖			10	kg								
蔬菜	炒高麗菜	高麗菜(有機或履歷)		片	65	kg	炒奶油白菜	有機奶油白菜		段	64	kg						炒小白菜	履歷小白菜		段	64	kg	炒青江菜	履歷青江菜		段	65	kg		
		紅蘿蔔		片	3	kg										蒜末				0.5	kg	蒜末				0.5	kg				
		蒜末			0.5	kg		蒜末			0.5	kg																			
湯	關東煮湯					筍片雞湯	脆筍片			20	kg						魚皮湯	新鮮無刺虱目魚皮-履歷			11	kg	玉米蛋花湯	CAS玉米粒			10	kg			
		白蘿蔔		中丁	15		kg	光雞丁			15		kg						板豆腐			4		板	洗選蛋cas			10	kg		
		CAS米血丁			6		kg	薑絲			0.3		kg						薑絲			0.3		kg							
		CAS小黑輪條		切	3		kg	金針菇(產銷或有機)		切	3		kg						蔥		切珠	0.5		kg	蔥		切珠	0.6	kg		
		芹菜-去葉			0.6		kg																								
		柴魚片(大)			1		包																								
附餐																															
		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		
		4.50			2.60		1.50	4.90				2.80	1.60	5.10				2.00	0.90	4.10			3.20	2.10	4.10			3.00	1.30		
		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		0			3.00	682.50		0			2.60	710.00		0			2.50	642.00		0			2.30	683.00		0			2.40	652.50	
		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