台南市白河區白河國中+玉、大、竹、內 2023年6月第1週午餐菜單

餐別	5月29日				5月30日				5月31日				6月1日				6月2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	薑黃飯	白米		48	kg	燕麥飯	白米		48	kg	麵	熟細白麵		135	kg	糙米飯	白米		48	kg	白米飯	白米		46	kg						
		薑黃粉	用庫存		kg		燕麥		3	kg																					
	主菜	茶香滷味	大黑豆干丁		42	kg	回鍋肉	五花肉片	預解凍	36	kg	餛飩拌麵	CAS餛飩		250	盒	滷豬排	CAS豬排		700	片	彩椒雞絲	雞肉絲	預解凍	51	kg					
			小黑輪條		14	kg			豆干片		20		kg		(餛飩4粒/人)											紅彩椒	段	8	kg		
			米血丁		15	kg			高麗菜	片	15		kg		小白菜			60	kg		蔥			0.5	kg			黃彩椒	段	8	kg
			薑片		0.5	kg			紅蘿蔔	片	3		kg								滷包			6	包			青椒	段	5	kg
			蒜仁		0.3	kg			蔥	段	2		kg								薑片			0.3	kg						
			紅茶茶包60G		4	包			蒜末		0.5		kg																		
			滷包		6	包																									
副菜	金沙鮮筍	鮮筍	絲	36	kg	雞絲寬粉	雞肉絲		21	kg	滷雞腿	新鮮雞腿D6		700	支	親子井豆腐	板豆腐		7	板	吻魚煎蛋	熟吻魚		12	kg						
		杏鮑菇	切段	12	kg			紅蘿蔔	粗絲	5		kg													雞絞肉		15	kg			
		皮絲	水洗去油切絲	6	kg			小黃瓜	粗絲	20		kg		薑片			0.5	kg		紅蘿蔔		絲	4	kg		洋蔥	小丁	10	kg		
		紅蘿蔔	片	10	kg			黃豆芽		10		kg		蔥			1	kg		秋葵		切丁	3	kg		蔥	切珠	2	kg		
		鹹蛋黃		120	粒			寬粉		6		kg		滷包			12	包		雞蛋			12	kg							
		蒜末		0.5	kg			蒜泥		0.5		kg								洋蔥		絲	8	kg							
蔬菜	炒高麗菜	高麗菜	片	70	kg	炒青菜	有機青菜	段	70	kg	炒油菜	有機油菜	段	68	kg	炒鵝白菜	鵝白菜	段	68	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			紅蘿蔔	片	2		kg		紅蘿蔔	片		2	kg		紅蘿蔔	絲	4	kg								
湯	豆乳味噌湯	豆漿		10	kg	剝皮辣椒雞湯	山東白菜	片	15	kg	魚皮湯	新鮮虱目魚皮		18	kg	豆薯蛋花湯	豆薯	絲	20	kg	鳳梨冰茶	新鮮鳳梨		20	kg						
		粗味噌-非基改(5斤/箱)		1	箱			光雞丁		3.00		kg		秀珍魚丸			6	kg		洗滌蛋cas			12	kg		新鮮百香果		20	kg		
		秀珍菇		3	kg			金針菇		3		kg		冬瓜	片		24	kg								冬瓜塊		12	塊		
		板豆腐-榮洲		3	板			剝皮辣椒(不辣)500G		5		罐		薑絲			0.5	kg		芹菜-去葉		切珠	1	kg		新鮮薄荷葉		0.3	kg		
		大白菜	片	10	kg									蔥	珠		1	kg									60	kg			
附餐	糖果	糖果		700	份	保久	保久乳		700	份	愛玉	愛玉		700	份	百香	百香果		700	份	蛋糕	杯子蛋糕		700	份						
	備份				份	備份				份	備份				份	備份			20	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								
	4.80	1.90	1.90	4.00	3.00	4.30	3.20	0.70	3.60	3.20	1.40	4.60	3.10	1.50																	
	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	水果類	油脂類	熱量	水果類	油脂類	熱量							
	1	2.20	685.00	0	2.80	678.50	0	2.80	684.50	1	2.20	686.00	0.5	2.40	760.00																
	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	蛋白質	脂肪	醣類	蛋白質	脂肪	醣類							

※經營師審核：通過

不通過(原因：)

★本校一律使用國產豬、牛肉食材

午餐秘書：

主任：

校長：