

庫懋 食品企業社

我們是庫懋~~好吃的庫懋!!不要選錯唷~

屏東縣屏東市明正國中 113年4月營養午餐菜單

日期	星期	主食	主菜	副菜	青菜	湯	莊	喝熱湯	喝甜湯
4月1日	週一	精燉豚骨拉麵	香炒胸丁(炒)	雞蛋蔬菜餅(煎)	季節時蔬	豚骨拉麵湯		890	
4月2日	週二	胚芽飯	蔥爆豬柳(炒)	麻婆豆腐(燴)	季節時蔬	紫菜蛋花湯		809	
4月3日	週三	蠔油炒飯	厚切日式豬排(炸)	筍干素控肉(滷)	有機蔬菜	東白雪片湯	水果	842	
4月4日	週四								
4月5日	週五								
4月8日	週一	帕瑪森義式燉飯	炙燒青花翅腿(滷)*2	帕瑪森燉肉(燉)	季節時蔬	筍絲排骨湯		769	846
4月9日	週二	胚芽飯	蔥爆豬柳(炒)	番茄炒蛋(炒)	季節時蔬	芹香玉米湯		798	863
4月10日	週三	糙米飯	杏鮑炸雞丁(炸)	香嫩豆腐(燴)	季節時蔬	田園蔬菜湯	水果	860	929
4月11日	週四	薏仁飯	蔥燒肋排丁(滷)	油腐粉絲堡(炒)	有機蔬菜	雙蘿肉絲湯		775	844
4月12日	週五	肉末廣東粥	塔香杏鮑雞丁(炒)	香酥地瓜薯餅(炸)	季節時蔬	鮮酥肉末廣東粥		853	
4月15日	週一	麥片飯	韓式年糕(炒)	翡翠蒸蛋(蒸)	季節時蔬	筍絲粉絲湯	牛奶	1007	
4月16日	週二	白米飯	豪大炸雞排(炸)	府城肉燥(燴)	季節時蔬	四神肉絲湯		824	
4月17日	週三	糙米飯	炙燒炒排肉丁(炒)	肉片關東煮(煮)	季節時蔬	東白肉絲湯	水果	838	
4月18日	週四	白米飯	咖哩雞(燴)	香根豬柳雙花菜(炒)	有機蔬菜	干貝佛跳牆		759	
4月19日	週五	燕麥飯	杏鮑鹹酥雞(炸)	滷香干丁(滷)	季節時蔬	北海道濃湯		821	
4月22日	週一	茄汁炒飯	轟炸雞腿(炸)	菇菇豆腐燒(燴)	季節時蔬	藥膳肉絲湯		848	871
4月23日	週二	白米飯	冰糖蔬菜豬腳(滷)	日式茶碗蒸(蒸)	季節時蔬	海芽味噌湯		760	801
4月24日	週三	糙米飯		螞蟻上樹(炒)	季節時蔬	酸辣湯	水果	914	916
4月25日	週四		義式肉醬(燴)	醬煮厚實肉排(煮)	有機蔬菜	肉絲蔬菜湯		870	901
4月26日	週五	燕麥飯	菠蘿雞丁(炒)	肉片壽喜燒(煮)	季節時蔬	玉米蛋花湯	豆漿	835	802
4月29日	週一	白米飯	古早味肉燥(滷)	肉片高麗菜(炒)	季節時蔬	香根蘿蔔湯		745	
4月30日	週二	胚芽飯	歐爸韓式魚丁(煮)	肉末炒寶玉(炒)	季節時蔬	紫菜薑絲湯		765	

【庫懋食品企業社】

服務專線：(08)7223875、(08)7223281

※本廠使用肉類及其製品產地皆為台灣

營養師：陳育滄

午餐秘書：

主任：

校長：

屏東縣屏東市明正國中 113年4月第 1 週學生午餐食譜(外訂桶餐)

供應人數： 800 人

*食材確認合格打✓，不合格打✕

供應廠商: 庫懋食品企業社

連絡電話: 08-7223875

半成品用藍色註記；炸物用紅色註記

供應廠商: 庫懋食品企業社

供應廠商電話: (08)7223875、(08)7223281

日期	4月1日星期一				4月2日星期二				4月3日星期三				4月4日星期四				4月5日星期五								
項目	菜名/烹調法	材料	每人(g)	資源廠商	菜名/烹調法	材料	每人(g)	資源廠商	菜名/烹調法	材料	每人(g)	資源廠商	菜名/烹調法	材料	每人(g)	資源廠商	菜名/烹調法	材料	每人(g)	資源廠商					
主食	精燉豚骨拉麵	小拉麵	400	庫懋食品企業社	胚芽飯	白米(生)	95	甫洲實業	蠔油炒飯	蠔油		鴻發行													
							胚芽(生)	15		甫洲實業	白米(生)	110	甫洲實業												
主菜	(炒) 香炒胸丁	雞胸肉	70	*****	(炒) 蔥爆豬柳	青蔥	適量	陳秋乙	排(炸) 厚切日式豬	豬排	75	伊那食品有限公司													
		青蔥	適量	陳秋乙		豬柳	80	*****																	
		青花菜	15	瑞新食品公司		洋蔥	35	許永霖																	
副食一	(煎) 雞蛋蔬菜餅	紅蘿蔔	10	許永霖	(燴) 麻婆豆腐	豆腐(非基改)	70	千珍豆腐行	(滷) 筒素控肉	筍干	10	鴻發行													
		高麗菜	15	許永霖		絞肉	10	品新肉品有限公司		素肉角	15	宇你旺素齋食材料													
		雞蛋	40	吳昭蛋行		蔥花	適量	陳秋乙		紅蘿蔔	10	許永霖													
		麵粉	20	廣益有限公司		豆瓣醬(非基改)	適量	金寶順商行		白蘿蔔	30	許永霖													
		杏鮑菇	10	許永霖		醬油	適量	金寶順商行																	
蔬菜	季節時蔬	青菜	80	許永霖	季節時蔬	青菜	85	許永霖	有機蔬菜	有機蔬菜	75	王重鈞													
		薑蒜	適量	陳藝芳		薑蒜	適量	陳藝芳		薑蒜	適量	陳藝芳													
湯	豚骨拉麵湯	筍干	12	鴻發行	紫菜蛋花湯	雞蛋	10	吳昭蛋行	東白雪片湯	山東白菜	35	許永霖													
		洋蔥	10	許永霖		紫菜(濕重)	25	永順成行		雞蛋	5	吳昭蛋行													
		海帶	5	許詠修		青蔥	適量	陳秋乙		青蔥	適量	陳秋乙													
		龍骨	適量	*****						紅蘿蔔	5	許永霖													
甜湯																									
水果				水果				水果	1			水果					水果								
豆漿				豆奶				豆奶				豆奶					豆奶								
牛奶				牛奶				牛奶				牛奶					牛奶								
營養供應比例	年級	鹹湯		營養供應比例	年級	鹹湯		營養供應比例	年級	鹹湯		營養供應比例	年級	鹹湯		營養供應比例	年級	鹹湯		營養供應比例	年級	鹹湯			
	全穀雜糧類(份)	7.7			全穀雜糧類(份)	5.5			全穀雜糧類(份)	5.5			全穀雜糧類(份)	5.5			全穀雜糧類(份)	5.5			全穀雜糧類(份)	5.5		全穀雜糧類(份)	5.5
	豆魚蛋肉類(份)	2.7			豆魚蛋肉類(份)	3.6			豆魚蛋肉類(份)	3.2			豆魚蛋肉類(份)	3.2			豆魚蛋肉類(份)	3.2			豆魚蛋肉類(份)	3.2		豆魚蛋肉類(份)	3.2
	蔬菜類(份)	1.5			蔬菜類(份)	1.5			蔬菜類(份)	1.6			蔬菜類(份)	1.6			蔬菜類(份)	1.6			蔬菜類(份)	1.6		蔬菜類(份)	1.6
	水果類(份)				水果類(份)				水果類(份)	1.0			水果類(份)	1.0			水果類(份)	1.0			水果類(份)	1.0		水果類(份)	1.0
	乳品類(份)				乳品類(份)				乳品類(份)	3.0			乳品類(份)	3.0			乳品類(份)	3.0			乳品類(份)	3.0		乳品類(份)	3.0
	油脂與堅果種子類(份)	3.0			油脂與堅果種子類(份)	3.0			油脂與堅果種子類(份)	3.0			油脂與堅果種子類(份)	3.0			油脂與堅果種子類(份)	3.0			油脂與堅果種子類(份)	3.0		油脂與堅果種子類(份)	3.0
	熱量(大卡)	890.2			熱量(大卡)	808.7			熱量(大卡)	842.3			熱量(大卡)	842.3			熱量(大卡)	842.3			熱量(大卡)	842.3		熱量(大卡)	842.3

營養師：陳育煌

午餐秘書：

主任：

校長：

※本廠使用肉類及其製品產地皆為台灣

*每日供應三菜一湯，若遇特殊情形(如颱風天、缺貨、停水【電】)請校方午秘委員允許廠商更改菜單，謝謝！

*隔週附涼湯一次，若天氣轉涼，請校方允許涼湯變更為熱湯，謝謝！

*每星期一次水果

*每星期一次有機蔬菜

*每月一次乳品

屏東縣屏東市明正國中 113年4月第 2 週學生午餐食譜(外訂桶餐)

供應人數： 800 人

*食材確認合格打√，不合格打X

供應廠商: 庫戀食品企業社 連絡電話: 08-7223875

半成品用藍色註記；炸物用紅色註記

供應廠商: 庫戀食品企業社

供應廠商電話: (08)7223875、(08)7223281

日期	4月8日 星期一				4月9日 星期二				4月10日 星期三				4月11日 星期四				4月12日 星期五			
項目	菜名/烹調法	材料	每人(g)	資源廠商	菜名/烹調法	材料	每人(g)	資源廠商	菜名/烹調法	材料	每人(g)	資源廠商	菜名/烹調法	材料	每人(g)	資源廠商	菜名/烹調法	材料	每人(g)	資源廠商
主食	帕瑪森 義式燉飯	白米(生)	110	甫洲實業	胚芽飯	白米(生)	95	甫洲實業	糙米飯	白米(生)	95	甫洲實業	薏仁飯	白米(生)	95	甫洲實業	肉末廣 東粥	白米(生)	110	甫洲實業
主菜	(滷) 腿 青花翅	翅小腿	85	*****	(炒) 蔥爆豬柳	青蔥	適量	陳秋乙	(炸) 炸雞丁	杏鮑菇	25	許永霖	(滷) 燒肋排丁	中排肉	50	*****	塔 香 杏 鮑 雞	雞丁(少骨)	90	大發興泰商行
		青花菜	20	翔新食品有限公司		豬柳	80	*****		雞丁(純肉)	75	*****		肉角	30	*****		九層塔	適量	葉素惠
副食一	(燉) 森燉肉	馬鈴薯	25	許永霖	(炒) 番茄炒蛋	番茄	35	許永霖	(燴) 嫩豆腐	豆瓣醬	適量	金寶順商行	(炒) 腐粉絲堡	油豆腐(非基改)	45	千珍豆腐行	(炸) 香酥地瓜薯餅	地瓜	65	*****
		紅蘿蔔	35	許永霖		青蔥	適量	陳秋乙		醬油	適量	金寶順商行		冬粉	10	合懋商行		薯餅	35	翔新食品有限公司
蔬菜	季節時蔬	青菜	90	許永霖	季節時蔬	青菜	75	許永霖	季節時蔬	青菜	85	許永霖	有機蔬菜	有機蔬菜	75	王重鈞	季節時蔬	青菜	85	許永霖
		薑蒜	適量	陳藝芳		薑蒜	適量	陳藝芳		薑蒜	適量	陳藝芳		薑蒜	適量	陳藝芳		薑蒜	適量	陳藝芳
湯	筍絲排骨湯	筍絲	35	鴻發行	芹香玉米湯	香菜	適量	葉素惠	田園蔬菜湯	高麗菜	20	許永霖	雙 蘿 肉 絲 湯	紅蘿蔔	10	許永霖	鮮 酥 肉 末 廣 東 粥	高麗菜	40	許永霖
		龍骨	適量	*****		玉米塊(非基改)	20	明祥行		香菜	適量	葉素惠		白蘿蔔	20	許永霖		絞肉	20	*****
甜湯	綠豆粉圓	綠豆	15	鴻發行	綠豆粉圓	綠豆	15	鴻發行	綠豆粉圓	綠豆	15	鴻發行	綠豆粉圓	綠豆	15	鴻發行	綠豆粉圓	綠豆	15	鴻發行
		粉圓	10	蔡令文		粉圓	10	蔡令文		粉圓	10	蔡令文		粉圓	10	蔡令文		粉圓	10	蔡令文
水果				水果				水果	水果	1		水果				水果				
豆漿				豆奶				豆奶				豆奶				豆奶				
牛奶				牛奶				牛奶				牛奶				牛奶				
營養供應 比例	年級	鹹湯			營養供應 比例	年級	鹹湯		營養供應 比例	年級	鹹湯		營養供應 比例	年級	鹹湯		營養供應 比例	年級	鹹湯	
	全穀雜糧類(份)	5.8	7.0	全穀雜糧類(份)		5.8	6.8	全穀雜糧類(份)		5.5	6.8	全穀雜糧類(份)		6.0	7.3	全穀雜糧類(份)		6.0	7.3	
	豆魚蛋肉類(份)	2.7	2.7	豆魚蛋肉類(份)		3.2	3.2	豆魚蛋肉類(份)		3.4	3.3	豆魚蛋肉類(份)		2.7	2.6	豆魚蛋肉類(份)		2.7	2.6	
	蔬菜類(份)	1.8	1.5	蔬菜類(份)		1.5	1.5	蔬菜類(份)		1.8	1.5	蔬菜類(份)		1.3	1.0	蔬菜類(份)		1.3	1.0	
	水果類(份)			水果類(份)				水果類(份)		1.0	1.0	水果類(份)				水果類(份)				
	乳品類(份)			乳品類(份)				乳品類(份)				乳品類(份)				乳品類(份)				
	油脂與堅果種子類(份)	3.0	3.0	油脂與堅果種子類(份)		3.0	3.0	油脂與堅果種子類(份)		3.0	3.0	油脂與堅果種子類(份)		3.0	3.0	油脂與堅果種子類(份)		3.0	3.0	
熱量(大卡)	769.4	846.0	熱量(大卡)	797.6	863.2	熱量(大卡)	859.9	926.1	熱量(大卡)	774.5	841.9	熱量(大卡)	774.5	841.9	熱量(大卡)	852.8				
營養師：陳育煌				午餐秘書：				主任：				校長：								

※本廠使用肉類及其製品產地皆為台灣

*每日供應三菜一湯，若遇特殊情形(如颱風天、缺貨、停水【電】)請校方午秘委員允許廠商更改菜單，謝謝！

*隔週附涼湯一次，若天氣轉涼，請校方允許涼湯變更為熱湯，謝謝！

*每星期一次水果

*每星期一次有機蔬菜

*每月一次乳品

屏東縣屏東市明正國中 113年4月第 3 週學生午餐食譜(外訂桶餐)

供應人數： 800 人

*食材確認合格打√，不合格打X

供應廠商: 庫懋食品企業社 連絡電話: 08-7223875

半成品用藍色註記；炸物用紅色註記

供應廠商: 庫懋食品企業社

供應廠商電話: (08)7223875、(08)7223281

日期	4月15日星期一				4月16日星期二				4月17日星期三				4月18日星期四				4月19日星期五					
項目	菜名/烹調法	材料	每人(g)	資源廠商	菜名/烹調法	材料	每人(g)	資源廠商	菜名/烹調法	材料	每人(g)	資源廠商	菜名/烹調法	材料	每人(g)	資源廠商	菜名/烹調法	材料	每人(g)	資源廠商		
主食	麥片飯	白米(生)	95	甫洲實業	白米飯	白米(生)	110	甫洲實業	糙米飯	白米(生)	95	甫洲實業	白米飯	白米(生)	110	甫洲實業	燕麥飯	白米(生)	95	甫洲實業		
		麥片(生)	15	甫洲實業				糙米(生)		15	甫洲實業				燕麥(生)	15		甫洲實業				
主菜	(炒) 韓式年糕	韓式辣椒醬	適量	金寶順商行	(炸) 豪大炸雞排	雞排	120	*****	丁(炒) 炙燒炒排肉	中排肉	55	*****	(咖哩) (燴)雞	雞肉(骨)	95	大發興家禽行	(炸) 杏鮑酥雞	杏鮑菇	35	許永霖		
		年糕條	35	德祥食品行		青花菜	30	福新食品有限公司		肉角	25	伊華註食品有限公司		咖哩粉	適量	合懋商行		雞肉(純肉)	60	*****		
		山東白菜	35	許永霖				洋蔥		10	許永霖	洋蔥		10	許永霖	馬鈴薯		15	許永霖	洋蔥	15	許永霖
		紅蘿蔔	10	許永霖												紅蘿蔔		10	許永霖			
		豆皮(非基改)	25	伊華註食品行																		
副食一	(蒸) 翡翠蒸蛋	雞蛋	55	吳昭蛋行	(燴) 府城肉燥	絞肉	45	永興食品商業有限公司	肉片(煮) 關東煮	紅蘿蔔	10	許永霖	菜(炒) 豬柳雙花	香菜	適量	葉素惠	(滷) 滷香干丁	豆干丁(非基改)	50	千珍豆腐行		
		青蔥	適量	陳秋乙		醬油	適量	金寶順商行		白蘿蔔	25	許永霖		豬柳	12	*****		海帶節	10	許詠修		
		紅蘿蔔	10	許永霖		洋蔥	35	許永霖		玉米塊(非基改)	15	明祥行		白花菜	25	福新食品有限公司						
								豆皮(非基改)		10	伊華註食品行	青花菜		40	福新食品有限公司							
蔬菜	季節時蔬	青菜	75	許永霖	季節時蔬	青菜	85	許永霖	季節時蔬	青菜	75	許永霖	有機蔬菜	有機蔬菜	75	王重鈞	季節時蔬	青菜	90	許永霖		
		薑蒜	適量	陳藝芳		薑蒜	適量	陳藝芳		薑蒜	適量	陳藝芳		薑蒜	適量	陳藝芳		薑蒜	適量	陳藝芳		
湯	筍絲粉絲湯	桶筍	30	鴻發行	四神肉絲湯	四神中藥包	適量	合懋商行	東白肉絲湯	大白菜	30	許永霖	千貝佛跳牆	干貝	2	國寶水產行	北海道濃湯	玉米粒(非基改)	20	明祥行		
		粉絲	10	合懋商行		肉絲	5	*****		肉絲	10	*****		豬腳	15	伊華註食品有限公司		太白粉	適量	廣益有限公司		
						香菇乾絲	0	合懋商行		紅蘿蔔	5	許永霖		白蘿蔔	20	許永霖		雞蛋	5	吳昭蛋行		
甜湯																						
水果				水果				水果	水果	1		水果				水果						
豆漿				豆奶				豆奶				豆奶				豆奶						
牛奶				牛奶				牛奶				牛奶				牛奶						
營養供應比例	年級	鹹湯		營養供應比例	年級	鹹湯		營養供應比例	年級	鹹湯		營養供應比例	年級	鹹湯		營養供應比例	年級	鹹湯				
	全穀雜糧類(份)	7.2			全穀雜糧類(份)	5.5			全穀雜糧類(份)	5.7			全穀雜糧類(份)	5.7			全穀雜糧類(份)	5.8				
	豆魚蛋肉類(份)	2.7			豆魚蛋肉類(份)	3.8			豆魚蛋肉類(份)	3.0			豆魚蛋肉類(份)	2.7			豆魚蛋肉類(份)	3.5				
	蔬菜類(份)	1.6			蔬菜類(份)	1.50			蔬菜類(份)	1.6			蔬菜類(份)	1.8			蔬菜類(份)	1.5				
	水果類(份)				水果類(份)				水果類(份)	1.0			水果類(份)				水果類(份)					
	乳品類(份)	1.0			乳品類(份)				乳品類(份)				乳品類(份)				乳品類(份)					
	油脂與堅果種子類(份)	3.0			油脂與堅果種子類(份)	3.0			油脂與堅果種子類(份)	3.0			油脂與堅果種子類(份)	3.0			油脂與堅果種子類(份)	3.0				
	熱量(大卡)	1007.4			熱量(大卡)	824.5			熱量(大卡)	837.6			熱量(大卡)	759.1			熱量(大卡)	821.4				
營養師：陳育煌				午餐秘書：				主任：				校長：										

※本廠使用肉類及其製品產地皆為台灣

*每日供應三菜一湯，若遇特殊情形(如颱風天、缺貨、停水【電】)請校方午秘委員允許廠商更改菜單，謝謝！

*隔週附涼湯一次，若天氣轉涼，請校方允許涼湯變更為熱湯，謝謝！

*每星期一次水果

*每星期一次有機蔬菜

*每月一次乳品

屏東縣屏東市明正國中 113年4月第 4 週學生午餐食譜(外訂桶餐)

供應人數： 800 人

*食材確認合格打√，不合格打X

供應廠商: 庫懋食品企業社 連絡電話: 08-7223875

半成品用藍色註記；炸物用紅色註記

供應廠商: 庫懋食品企業社

供應廠商電話: (08)7223875、(08)7223281

日期	4月22日 星期一				4月23日 星期二				4月24日 星期三				4月25日 星期四				4月26日 星期五				
項目	菜名/烹調法	材料	每人(g)	資源廠商	菜名/烹調法	材料	每人(g)	資源廠商	菜名/烹調法	材料	每人(g)	資源廠商	菜名/烹調法	材料	每人(g)	資源廠商	菜名/烹調法	材料	每人(g)	資源廠商	
主食	茄汁炒飯	番茄醬		金寶順商行	白米飯	白米(生)	110	南洲實業	糙米飯	白米(生)	95	南洲實業	豬排義式肉醬麵	麵食	350	品森食品股份有限公司	燕麥飯	白米(生)	95	南洲實業	
		白米(生)	130	南洲實業		糙米(生)	15	南洲實業		麵				燕麥(生)	15	南洲實業					
主菜	(炸) 轟炸雞腿	雞腿(骨)	125	*****	腳(滷) 冰糖蔬菜豬	冰糖	適量	合懋商行	雞香酥咕咕嫩	雞肉(純肉)	85	*****	(燴) 義式肉醬	絞肉	45	品森食品股份有限公司	(炒) 菠蘿雞丁	鳳梨罐頭	10	合懋商行	
		地瓜粉	適量	廣登有限公司		豬腳	40	品森食品股份有限公司		洋蔥	30	許永霖		洋蔥	30	許永霖					
		青花菜	20	瑞新食品有限公司		肉角	45	品森食品股份有限公司		紅蘿蔔	15	許永霖		雞丁(骨)	85	大發興家禽行					
						桶筍	30	鴻發行		玉米粒(非基改)	35	明祥行		番茄醬	適量	金寶順商行					
副食一	(燴) 菇豆腐燒	九層塔	適量	葉素惠	日式茶碗蒸	雞蛋	55	吳昭蛋行	(炒) 螞蟻上樹	粉絲	10	合懋商行	(煮) 醬煮厚實肉排	豬排	75	品森食品股份有限公司	(煮) 肉片壽喜燒	肉片	10	品森食品股份有限公司	
		豆腐(非基改)	60	千珍豆腐行		青蔥	適量	陳秋乙		紅蘿蔔	15	許永霖		青花菜	20	瑞新食品有限公司		白蘿蔔	30	許永霖	
		洋蔥	25	許永霖		紅蘿蔔	20	許永霖		高麗菜	35	許永霖						油豆腐(非基改)	15	千珍豆腐行	
		杏鮑菇	15	許永霖						絞肉	5	品森食品股份有限公司		醬油	適量	金寶順商行		金針菇	10	許永霖	
蔬菜	季節時蔬	青菜	90	許永霖	季節時蔬	青菜	85	許永霖	季節時蔬	青菜	85	許永霖	有機蔬菜	有機蔬菜	85	王重鈞	季節時蔬	青菜	80	許永霖	
		薑蒜	適量	陳藝芳		薑蒜	適量	陳藝芳		薑蒜	適量	陳藝芳		薑蒜	適量	陳藝芳		薑蒜	適量	陳藝芳	薑蒜
湯	藥膳肉絲湯	藥膳包	適量	鴻發行	海芽味噌湯	海帶芽(濕重)	25	許詠修	酸辣湯	乾木耳	0	合懋商行	肉絲蔬菜湯	肉絲	5	品森食品股份有限公司	玉米蛋花湯	玉米粒(非基改)	15	明祥行	
		白蘿蔔	30	許永霖		味噌	適量	合懋商行		肉絲	10	品森食品股份有限公司		高麗菜	20	許永霖		雞蛋	10	吳昭蛋行	
		肉絲	10	品森食品股份有限公司		青蔥	適量	陳秋乙		豆腐(非基改)	20	千珍豆腐行		紅蘿蔔	10	許永霖		青蔥	適量	陳秋乙	
										雞蛋	12	吳昭蛋行									
甜湯	芋香西米露	芋頭	10	許永霖	芋香西米露	芋頭	10	許永霖	芋香西米露	芋頭	10	許永霖	芋香西米露	芋頭	10	許永霖	芋香西米露	芋頭	10	許永霖	
		西谷米	10	蔡令文		西谷米	10	蔡令文		西谷米	10	蔡令文		西谷米	10	蔡令文		西谷米	10	蔡令文	
水果				水果				水果	水果	1		水果				水果					
豆漿				豆奶				豆奶				豆奶				豆奶	豆漿	1			
牛奶				牛奶				牛奶				牛奶				牛奶					
營養供應比例	年級	鹹湯			營養供應比例	年級	鹹湯		營養供應比例	年級	鹹湯		營養供應比例	年級	鹹湯		營養供應比例	年級	鹹湯		營養供應比例
	全穀雜糧類(份)	6.5	7.2	全穀雜糧類(份)		5.5	6.2	全穀雜糧類(份)		6.0	6.7	全穀雜糧類(份)		6.3	7.0	全穀雜糧類(份)		5.7	6.2		
	豆魚蛋肉類(份)	3.1	2.8	豆魚蛋肉類(份)		2.9	2.9	豆魚蛋肉類(份)		3.7	3.0	豆魚蛋肉類(份)		3.6	3.4	豆魚蛋肉類(份)		3.8	2.6		
	蔬菜類(份)	1.8	1.5	蔬菜類(份)		1.6	1.35	蔬菜類(份)		1.6	1.5	蔬菜類(份)		1.8	1.50	蔬菜類(份)		1.5	1.5		
	水果類(份)			水果類(份)				水果類(份)		1.0	1.0	水果類(份)				水果類(份)					
	乳品類(份)			乳品類(份)				乳品類(份)				乳品類(份)				乳品類(份)					
	油脂與堅果種子類(份)	3.0	3.0	油脂與堅果種子類(份)		3.0	3.0	油脂與堅果種子類(份)		3.0	3.0	油脂與堅果種子類(份)		3.0	3.0	油脂與堅果種子類(份)		3.0	3.0		
熱量(大卡)	847.9	866.2	熱量(大卡)	760.1	800.5	熱量(大卡)	913.7	902.6	熱量(大卡)	869.6	898.3	熱量(大卡)	835.0	780.6							
營養師：陳育煌				午餐秘書：				主任：				校長：									

※本廠使用肉類及其製品產地皆為台灣

*每日供應三菜一湯，若遇特殊情形(如颱風天、缺貨、停水【電】)請校方午秘委員允許廠商更改菜單，謝謝！

*隔週附涼湯一次，若天氣轉涼，請校方允許涼湯變更為熱湯，謝謝！

*每星期一次水果

*每星期一次有機蔬菜

*每月一次乳品

屏東縣屏東市明正國中 113年4月第 5 週學生午餐食譜(外訂桶餐)

供應人數： 800 人

*食材確認合格打√，不合格打×

供應廠商: 庫懋食品企業社

連絡電話: 08-7223875

半成品用藍色註記；炸物用紅色註記

供應廠商: 庫懋食品企業社

供應廠商電話: (08)7223875、(08)7223281

日期	4月29日星期一				4月30日星期二				1月0日星期六				1月0日星期六			
項目	菜名/烹調法	材料	每人(g)	資源廠商	菜名/烹調法	材料	每人(g)	資源廠商	菜名/烹調法	材料	每人(g)	資源廠商	菜名/烹調法	材料	每人(g)	資源廠商
主食	白米飯	白米(生)	110	南洲實業	胚芽飯	白米(生)	95	南洲實業								
						胚芽(生)	15	南洲實業								
主菜	古早味肉燥	絞肉	80	永興肉品轉業有限公司	丁(煮)歐爸韓式魚	豆腐(非基改)	20	千珍豆腐行								
		洋蔥	30	許永霖		魚丁	85	國寶水產行								
		醬油	適量	金寶順商行		韓式泡菜	10	廣富食品有限公司								
						大白菜	20	許永霖								
副食一	肉片(炒)高麗菜	肉片	10	永興肉品轉業有限公司	肉末(炒)炒寶玉	玉米粒(非基改)	35	明祥行								
		高麗菜	50	許永霖		洋蔥	20	許永霖								
		蒜仁	適量	陳藝芳		紅蘿蔔	15	許永霖								
		紅蘿蔔	10	許永霖		絞肉	10	永興肉品轉業有限公司								
蔬菜	季節時蔬	青菜	75	許永霖	季節時蔬	青菜	75	許永霖								
		薑蒜	適量	陳藝芳		薑蒜	適量	陳藝芳								
湯	香根蘿蔔湯	白蘿蔔	35	許永霖	紫菜薑絲湯	紫菜(濕重)	20	永順成行								
		香菜	適量	葉素惠		薑絲	適量	鴻發行								
		龍骨	適量	永興肉品轉業有限公司												
甜湯																
水果				水果				水果				水果				
豆漿				豆奶				豆奶				豆奶				
牛奶				牛奶				牛奶				牛奶				
營養供應比例	年級	鹹湯		營養供應比例	年級	鹹湯		營養供應比例	年級	鹹湯		營養供應比例	年級	鹹湯		
	全穀雜糧類(份)	5.5			全穀雜糧類(份)	6.0			全穀雜糧類(份)		全穀雜糧類(份)					
	豆魚蛋肉類(份)	2.6			豆魚蛋肉類(份)	2.5			豆魚蛋肉類(份)		豆魚蛋肉類(份)					
	蔬菜類(份)	2.0			蔬菜類(份)	1.6			蔬菜類(份)		蔬菜類(份)					
	水果類(份)				水果類(份)				水果類(份)		水果類(份)					
	乳品類(份)				乳品類(份)				乳品類(份)		乳品類(份)					
	油脂與堅果種子類(份)	3.0			油脂與堅果種子類(份)	3.0			油脂與堅果種子類(份)		油脂與堅果種子類(份)					
	熱量(大卡)	744.7			熱量(大卡)	764.8			熱量(大卡)		熱量(大卡)					

營養師：陳育煌

午餐秘書：

主任：

校長：

※本廠使用肉類及其製品產地皆為台灣

*每日供應三菜一湯，若遇特殊情形(如颱風天、缺貨、停水【電】)請校方午秘委員允許廠商更改菜單，謝謝！

*隔週附涼湯一次，若天氣轉涼，請校方允許涼湯變更為熱湯，謝謝！

*每星期一次水果

*每星期一次有機蔬菜

*每月一次乳品