

大同國民小學111學年度第一學期第3週午餐食譜設計表

2022/09/12(星期一)					2022/09/13(星期二)					2022/09/14(星期三)					2022/09/15(星期四)					2022/09/16(星期五)				
主餐	用餐人數	數量	單位	備註	燕麥飯	用餐人數	數量	單位	備註	義大利麵	用餐人數	數量	單位	備註	雞排飯	用餐人數	數量	單位	備註	地瓜飯	用餐人數	數量	單位	備註
白米(公)	1,060				白米(公)	1,060				義大利麵	1,060	57	KG	3K*19包	白米(公)	1,060	42	KG		白米(公)	1,060	8	KG	
玉米粒CAS(薄)	6	KG	CAS		燕麥粒	5	KG	先送		義大利麵	47.5	KG	2.5K*19包		雞排飯	21	KG			地瓜去皮Q	39	KG	CAS	
豆腐4.3K(薄)	17	個			肉丁	57	KG	CAS		絞肉	12	KG	CAS		雞丁	1,060	份	Q		雞丁	21	KG	CAS	
雞胸片	9	KG	CAS		乾豆捲	35	KG			絞肉	15	KG	CAS		青豆菜(冷凍)	1	KG	CAS		雞丁	39	KG	CAS	
絞肉	3	KG	CAS		紅蘿蔔Q	2	KG	Q		三色丁CAS	25	KG	桶		白豆菜(冷凍)	1	KG	CAS		雞丁	32	KG	CAS	
紅蘿蔔片Q	3	KG	Q		肉骨茶包60C	6	KG			蕃茄醬3K(果)	2	KG	桶		白豆菜(冷凍)	1	KG	CAS		雞丁	32	KG	CAS	
金針菇BQ	3	KG	Q		海帶結(綠)	0.8	KG			毛豆仁CAS	0.3	KG	CAS		杏鮑菇(DQ)	0.3	KG	Q		雞丁	32	KG	CAS	
豆腐										義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
燕麥										義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
冬粉(萬龍)	35	KG								義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
高麗菜	14	KG								義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
絞肉	27	KG	CAS							義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
紅蘿蔔Q	6	KG	Q							義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
木耳絲Q	2	KG	Q							義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
樹上										義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
白寬菜產	54	KG								義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
蒜末	64	KG								義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
薑絲	1.0	KG								義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
白寬菜	5	KG	公司							義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
南瓜	71	KG	Q							義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
薑片	40	KG								義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
大骨	0.4	KG	CAS							義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
小計	43									義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
全穀雜糧類	5.4									義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
豆魚蛋肉類	2.0									義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
蔬菜類	2.1									義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
油類與堅果種子	2.3									義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
水果類	0.0									義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
乳品類	0.0									義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
熱量	684									義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
燕麥飯										義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
白米(公)	1,060									義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
玉米粒CAS(薄)	6	KG	CAS							義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
豆腐4.3K(薄)	17	個								義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
雞胸片	9	KG	CAS							義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
絞肉	3	KG	CAS							義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
紅蘿蔔片Q	3	KG	Q							義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
金針菇BQ	3	KG	Q							義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
豆腐										義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
燕麥										義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
冬粉(萬龍)	35	KG								義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
高麗菜	14	KG								義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
絞肉	27	KG	CAS							義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
紅蘿蔔Q	6	KG	Q							義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
木耳絲Q	2	KG	Q							義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
樹上										義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
白寬菜產	54	KG								義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
蒜末	64	KG								義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
薑絲	1.0	KG								義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
白寬菜	5	KG	公司							義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
南瓜	71	KG	Q							義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
薑片	40	KG								義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
大骨	0.4	KG	CAS							義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
小計	43									義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
全穀雜糧類	5.4									義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
豆魚蛋肉類	2.0									義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
蔬菜類	2.1									義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
油類與堅果種子	2.3									義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
水果類	0.0									義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
乳品類	0.0									義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
熱量	684									義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
燕麥飯										義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
白米(公)	1,060									義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
玉米粒CAS(薄)	6	KG	CAS							義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
豆腐4.3K(薄)	17	個								義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
雞胸片	9	KG	CAS							義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
絞肉	3	KG	CAS							義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
紅蘿蔔片Q	3	KG	Q							義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
金針菇BQ	3	KG	Q							義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
豆腐										義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
燕麥										義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
冬粉(萬龍)	35	KG								義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
高麗菜	14	KG								義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
絞肉	27	KG	CAS							義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
紅蘿蔔Q	6	KG	Q							義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
木耳絲Q	2	KG	Q							義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
樹上										義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
白寬菜產	54	KG								義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
蒜末	64	KG								義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
薑絲	1.0	KG								義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
白寬菜	5	KG	公司							義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
南瓜	71	KG	Q							義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
薑片	40	KG								義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
大骨	0.4	KG	CAS							義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
小計	43									義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
全穀雜糧類	5.4									義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	
豆魚蛋肉類	2.0									義大利麵	0.2	KG	Q							雞丁	32	KG	CAS	

2022/09/12(星期一)

2022/09/13(星期二)

午餐秘籍：

慈孝子孫

主任

主理人 楊皓威

校長

五方之寶