

[illegible]

大同國民學校 梁寶丹 校長

主理人 楊皓成

大同國民學校 梁寶丹 校長

大同國民小學111學年度第二學期第7週午餐素食食譜設計表

2023/03/27(星期一)				2023/03/28(星期二)				2023/03/29(星期三)				2023/03/30(星期四)				2023/03/31(星期五)			
用餐人數		20		用餐人數		20		用餐人數		20		用餐人數		20		用餐人數		20	
食材	數量	單位		食材	數量	單位		食材	數量	單位		食材	數量	單位		食材	數量	單位	
小米飯	共	KG		五穀飯	共	KG		糙米飯	共	KG		黃飯	共	KG		白米(產)	共	KG	
白米(產)	共	KG		白米(產)	共	KG		貝殼麵(彩色)	共	包		糙米(產)	共	KG		白米(產)	共	KG	
小米	共	KG		五穀米	共	KG		貝殼麵(彩色)	共	包		糙米(產)	共	KG		黃薑粉300G	共	罐	
豆干片	共	KG		豆腸	2	KG		杏鮑菇(DQ)	0.3	KG		青椒Q	共	KG		麵輪	0.2	KG	
榨菜蘿蔔Q	共	KG						三色丁CAS	共	KG		油豆腐丁(傳)	共	KG		乾筍干	共	KG	
榨菜絲	共	KG						蕃茄醬3K(果)	共	桶		紅蘿蔔Q	共	KG		白蘿蔔Q	共	KG	
								義大利香料100G	共	罐				KG		紅蘿蔔Q	共	KG	
豆干片				豆腸															
小計	1	KG		小計	2	KG		小計	4	KG		小計	0	KG		小計	7	KG	
小白菜Q	共	KG		西芹Q	共	KG		炸豆包(大片)	20	片		洗選蛋	共	KG		豆腐4.3K(薄)	共	盤	
小木耳Q	共	KG		油片(切絲)	共	KG		薯條2K	共	包		金針菇BQ	共	KG		黑豆豉	共		
乾香菇絲	共	KG		黃椒Q	共	KG		蕃茄醬包10G(憶)	共	包									
洗選蛋	共	KG		紅蘿蔔Q	共	KG													
滷白菜				片															
小計	6	KG		小計	1	KG		小計	1,080	KG		小計	1	KG		小計	1	KG	
野山菊(產)	共	KG		有機青油菜	共	KG		紅蘿蔔Q	共	KG		有機荷蘭菜	共	KG		有機廣島菜	共	KG	
薑絲	共	KG						綠豆芽Q	共	KG									
小計	65	KG		小計	64	KG		小計	1	KG		小計	64	KG		小計	64	KG	
大黃瓜Q	共	KG		紫菜100G	共	包		玉米粒CAS(散)	共	KG		黃豆芽Q	共	KG		柴魚片600G	共	包	
				金針菇BQ	共	KG		馬鈴薯去皮Q	共	KG		大蕃茄Q	共	KG		脆筍絲	共	KG	
黃瓜湯								紅牛全脂奶粉	共	KG		鴻喜菇Q	共	KG		小木耳Q	共	KG	
				金針菇湯				洗選蛋	共	KG						紅蘿蔔Q	共	KG	
小計	1	KG		小計	6	KG		濃湯粉(日正)	共	KG									
				黃豆奶(產銷履歷)	共	瓶		麵粉	共	KG		小計	0	KG		小計	1	KG	
								水果(份)	共	KG		統一布丁	共	個		福樂優酪乳	共	瓶	
																福樂鮮奶(全脂)	共	瓶	
																光泉豆漿(常溫)	共	瓶	
合計	11	共		合計	10	共		合計	18	共		合計	11	共		合計	15	共	
全穀雜糧類	5.2			全穀雜糧類	5.4			全穀雜糧類	5.0			全穀雜糧類	5.4			全穀雜糧類	5.0		
豆魚蛋肉類	2.4			豆魚蛋肉類	2.2			豆魚蛋肉類	2.5			豆魚蛋肉類	2.4			豆魚蛋肉類	2.0		
蔬菜類	2.0			蔬菜類	2.0			蔬菜類	2.3			蔬菜類	2.0			蔬菜類	1.8		
油脂與堅果種子	2.4			油脂與堅果種子	2.5			油脂與堅果種子	2.5			油脂與堅果種子	2.5			油脂與堅果種子	2.5		
水果類	0.0			水果類	0.0			水果類	1.0			水果類	0.0			水果類	0.0		
乳品類	0.0			乳品類	0.0			乳品類	0.0			乳品類	0.0			乳品類	1.0		
熱量	702			熱量	706			熱量	768			熱量	721			熱量	778		

蔬菜為預先排定,受天氣及採收期等因素影響,若有調動敬請見諒

菜單設計：軒泰食品

午餐秘書：

午餐謝芸慈

主任：

學務處楊皓晨

校長：

大同國民小學梁寶丹