

大同國民小學111學年度第二學期第12週午餐食譜設計表

2023/05/01(星期一)					2023/05/02(星期二)					2023/05/03(星期三)					2023/05/04(星期四)					2023/05/05(星期五)				
用餐人數			1,010		用餐人數			1,010		用餐人數			1,010		用餐人數			1,010		用餐人數			1,010	
類別	食材	單位	數量	單位	備註	類別	食材	單位	數量	單位	備註	類別	食材	單位	數量	單位	備註	類別	食材	單位	數量	單位	備註	
芝麻	白米(產)	KG				紫米飯	白米(產)	KG	5	KG	先送	台式炒麵	拉麵(熟)	47.5	KG	2.5K*19包		糙米飯	白米(產)	KG	54	KG		
	黑芝麻	KG	0.3				紫糯米	KG	5	KG			拉麵(熟)	54	KG	3K*18包			糙米	KG	54	KG		
	芝麻油	KG					肉丁	KG	54	KG	CAS		肉絲	9	KG	CAS			肉片	KG	54	KG		
	豆干絞碎	KG	20	KG			地瓜去皮Q	KG	42	KG	Q		高麗菜Q	12	KG	Q			黃豆芽Q	KG	30	KG		
	絞肉	KG	50	KG	Q		全國蒸肉粉600G	KG	42	KG	Q		乾香菇絲	23	KG	Q			金針菇B-Q	KG	10	KG		
雪裡紅	蒜末	KG	3	KG		粉蒸肉	蒜末	KG	0.5	KG		台式炒麵	紅蘿蔔絲Q	5	KG	Q		燒烤豬肉	味酥500ML	1	罐			
	蒜末	KG	0.3				家味蒜末	KG	2	KG			小木耳Q	5	KG	Q			大溪黑干	1.8	KG			
							津地油豆腐丁	KG					絞肉(切絲)	5	KG	Q								
													油片(切絲)	1	KG									
														鴻喜菇Q	0.2	KG	Q							
鮮瓜甜條	小計		73	KG		蝦香扁蒲鮮菇	小計		95	KG		宮保雞丁	小計		45	KG		雞油煙筍	小計		94	KG		
	小黃瓜	KG	67	KG	Q		扁蒲Q	KG	74	KG	Q		翅雞胸丁	54	KG	CAS			桂竹筍	89	KG	96	KG	
	黑目魚甜不辣	KG	6	KG	Q		蝦皮	KG	0.3	KG	Q		四分干丁	20	KG	CAS			朴菜(切)	6	KG	6	KG	
	小木耳Q	KG	3	KG	Q		佑聖紅蘿蔔絲Q	KG	5	KG	Q		品醬豬血糕丁CAS	18	KG	CAS			雞油	2	KG	0.6	KG	
	紅蘿蔔片Q	KG	5	KG	Q		金針菇B-Q	KG	4	KG	Q		乾辣椒600G	1.8	KG	Q			薑片					
小松菜(產)	小計		80	KG		有機味美菜	小計		83	KG		蚵白菜	小計		92	KG		有機山菠菜	小計		95	KG		
	小松菜(產)	KG	64	KG			有機味美菜	KG	64	KG	Q		蚵白菜Q	64	KG	Q			有機山菠菜	KG	64	KG		
	家味蒜末	KG	1	KG															冬瓜	0	KG	64	KG	
	蒜末	KG															小蔥仁		25	KG	25	KG		
	大骨	CAS	3	CAS			津地豆腐4.3K(薄)	KG	24	KG	Q		粉高麗菜Q	22	KG	Q			白飯	5	KG	5	KG	
玉米湯	小計		0	KG		味噌湯	小計		0	KG		蕃茄高麗菜湯	小計		0	KG		冬瓜薏仁湯	小計		0	KG		
	白蘿蔔去皮	KG	20	KG			津地味噌	KG	6	KG	盤		粉高麗菜Q	22	KG	Q			冬瓜	25	KG	25	KG	
	玉米粒CAS	KG	10	KG			蓋珍洋蔥去皮	KG	6	KG	KG		大薯茄Q	10	KG	Q			小蔥仁	5	KG	5	KG	
	大骨	CAS	3	CAS			蓋珍青蔥Q	KG	0.5	KG	Q		大骨	3	KG	CAS			白飯	3	KG	3	KG	
							蓋珍大骨	KG	3	KG	CAS													
熱量	小計		30	KG		熱量	小計		30	KG		熱量	小計		32	KG		熱量	小計		30	KG		
	全穀雜糧類	5.5					全穀雜糧類	5.6					全穀雜糧類	5.4					全穀雜糧類	5.5				
	豆魚蛋肉類	2.0					豆魚蛋肉類	2.3					豆魚蛋肉類	2.4					豆魚蛋肉類	2.2				
	蔬菜類	2.0					蔬菜類	2.0					蔬菜類	1.8					蔬菜類	1.9				
	油脂與堅果種子	2.2					油脂與堅果種子	2.2					油脂與堅果種子	2.4					油脂與堅果種子	2.3				
熱量	小計		0.0			熱量	小計		0.0			熱量	小計		1.0			熱量	小計		0.0			
	水果類	0.0					水果類	0.0					水果類	1.0					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				
	熱量	684					熱量	714					熱量	771					熱量	701				

大同國民小學111學年度第二學期第12週午餐素食食譜設計表

2023/05/01(星期一)				2023/05/02(星期二)				2023/05/03(星期三)				2023/05/04(星期四)				2023/05/05(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	米飯	食材	數量	單位	台式炒麵	食材	數量	單位	糙米飯	食材	數量	單位	燕麥飯	食材	數量	單位	
白米(產)	共用	KG	白米(產)	共用	KG	拉麵(熟)	拉麵(熟)	共用	KG	白米(產)	共用	KG	白米(產)	共用	KG	白米(產)	共用	KG	
黑芝麻	共用	KG	紫糯米	共用	KG	拉麵(熟)	拉麵(熟)	共用	KG	糙米(產)	共用	KG	糙米(產)	共用	KG	燕麥粒	共用	KG	
雪裡紅(切)	共用	KG	油豆腐丁	2		油片(切絲)	0.2		KG	大溪黑干	1.8		玉米布丁酥	40	個				
豆干絞碎	共用	KG	地瓜去皮Q	共用	KG	鴻喜菇Q	0.2		KG	黃豆芽Q	共用	KG							
						高麗菜Q	共用	KG	金針菇B-Q	共用	KG								
						乾香菇絲	共用	KG	味醂500ML	共用	罐								
			糖醋油			紅蘿蔔絲Q	共用	KG											
			蝦香扁蒲			紅蘿蔔絲Q	共用	KG	雞油煙筒										
小計	0	JA0002	小計	2	JA0002	小計	0	JA0002	小計	2	JA0002	小計	40	JA0002	小計	40	JA0002	小計	
小黃瓜Q	共用	KG	扁蒲Q	共用	KG	素豬血糕480G	1		條	桂竹筍	共用	KG	碎豆干(白)	共用	包				
素蹄花	1.0	包	蝦皮	共用	KG	杏鮑菇(D)Q	0.3			朴菜(切)	共用	KG	芋頭小丁(冷凍)	共用	KG				
小木耳Q	共用	KG	紅蘿蔔絲Q	共用	KG	四分干丁	共用	KG	薑片	共用	KG		毛豆仁(產)	共用	KG				
紅蘿蔔片Q	共用	KG	金針菇B-Q	共用	KG	乾辣椒600G	共用	包	筍		KG		紅蘿蔔小丁Q	共用					
小計	1	JA0002	小計	0	JA0002	小計	1	JA0002	小計	0	JA0002	小計	0	JA0002	小計	0	JA0002	小計	
小松菜(產)	共用	KG	有機味美菜	共用	KG	蚵白菜Q	共用	KG	有機山菠菜	共用	KG	有機青松菜	共用	KG					
薑絲	共用	KG																	
小計	0	JA0002	小計	0	JA0002	小計	0	JA0002	小計	0	JA0002	小計	0	JA0002	小計	0	JA0002	小計	
白蘿蔔去皮	共用	KG	豆腐4.3K(薄)	共用	盤	高麗菜Q	共用	KG	冬瓜Q	共用	KG	大白菜Q	共用	KG					
玉米粒CASQ	共用	KG	味噌	共用	KG	大蕃茄Q	共用	KG	小慧仁	共用	KG	脆筍絲	共用	KG					
												小木耳Q	共用	KG					
			味噌湯									紅蘿蔔絲Q	共用	KG					
小計	0	JA0002	小計	0	JA0002	小計	0	JA0002	小計	0	JA0002	小計	0	JA0002	小計	0	JA0002	小計	
						水果(份)	共用	份				福樂鮮奶全脂	共用	瓶					
												福樂優酪乳	共用	瓶					
												光泉豆漿(常溫)	共用	瓶					
合計	11	共	合計	10	共	合計	15	共	合計	11	共	合計	14	共	合計	14	共	合計	
全穀雜糧類	5.5		全穀雜糧類	5.6		全穀雜糧類	5.4		全穀雜糧類	5.5		全穀雜糧類	5.2		全穀雜糧類	5.2		全穀雜糧類	
豆魚蛋肉類	2.0		豆魚蛋肉類	2.3		豆魚蛋肉類	2.4		豆魚蛋肉類	2.2		豆魚蛋肉類	1.8		豆魚蛋肉類	1.8		豆魚蛋肉類	
蔬菜類	2.0		蔬菜類	2.0		蔬菜類	1.8		蔬菜類	1.9		蔬菜類	1.8		蔬菜類	1.8		蔬菜類	
油脂與堅果種子	2.2		油脂與堅果種子	2.2		油脂與堅果種子	2.4		油脂與堅果種子	2.3		油脂與堅果種子	2.4		油脂與堅果種子	2.4		油脂與堅果種子	
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		水果類	0.0		水果類	
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		乳品類	1.0		乳品類	
熱量	684		熱量	714		熱量	771		熱量	701		熱量	772		熱量	772		熱量	

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：

主任：

校長：

大同國民小學校長梁寶丹

大同國民小學校長梁寶丹

大同國民小學校長梁寶丹