

大同國民小學112學年度第二學期第20週午餐素食食譜設計表

2024/06/24(星期一)				2024/06/25(星期二)				2024/06/26(星期三)				2024/06/27(星期四)				2024/06/28(星期五)			
小紅米	用膳人數	20		意	用膳人數	20		普	用膳人數	20		糙	用膳人數	20		胚	用膳人數	20	
白米(產)	數量	單位		白米(產)	數量	單位		炸醬麵(寬)	數量	單位		白米(產)	數量	單位		白米(產)	數量	單位	
紅藜麥	共用	KG		小薏仁	共用	KG		家常麵(寬)	共用	KG		糙米(產)	共用	KG		胚芽米	共用	KG	
小米	共用	KG		玉米香酥餅3	36	片		杏鮑菇(口)	0.3	KG		素香菇海苔燒	18	個		圓平瓜	共用	KG	
四分干丁	共用	KG						碎豆干(白)	共用	KG						白蘿蔔	共用	KG	
甜麵醬	共用	KG						小黃瓜Q	共用	KG						薑片	共用	KG	
白芝麻	共用	KG						紅蘿蔔(產)	共用	KG						麵輪	0.2	KG	
小黃瓜Q	1	KG						甜麵醬	共用	KG									
		KG						黑豆瓣醬	共用	KG									
小計	9	KG		小計	38	KG		小計	16	KG		小計	21	KG		小計	2	KG	
扁蒲Q	共用	KG		青花菜(冷凍)	共用	KG		洗滌蛋(粒)	20	粒		大黃瓜Q	共用	KG		杏鮑菇(口)	0.3	KG	
生香菇小(口)	共用	KG		白花菜(冷凍)	共用	KG		茶葉滷包(小)	1	包		素蹄花	1	包		四分干丁	共用	KG	
油蔥酥600G	共用	KG		炸豆包絲	共用	KG						小木耳Q	共用	KG		素豬血燕480G	1	條	
紅蘿蔔(產)	共用	KG		紅蘿蔔(產)	共用	KG						彩椒Q	共用	KG		酸菜心絲	共用	KG	
				玉米筍Q	共用	KG										薑片	共用	KG	
小計	13	KG		小計	2	KG		小計	41	KG		小計	2	KG		小計	3	KG	
空心菜(產)	共用	KG		有機黑葉白菜	共用	KG		青江菜(產)	共用	KG		有機小松菜	共用	KG		有機高麗菜	共用	KG	
小計	57	KG		小計	53	KG		小計	55	KG		小計	53	KG		小計	53	KG	
筍肉Q	共用	KG		味噌3K(細)	共用	箱		冬瓜Q	共用	KG		冬粉(萬龍)	共用	KG		四神	共用	KG	
玉米段(3米)Q	共用	KG		味噌3K(細)	共用	KG		生香菇小(口)	共用	KG		冬菜3K	共用	KG					
紅蘿蔔(產)	共用	KG		金針菇C-Q	共用	KG		薑絲	共用	KG		冬菜3K	共用	KG		四神湯			
小計	3	KG		小計	4	KG		小計	5	KG		小計	4	KG		小計	9	KG	
				黃豆奶(產)鍋腹	共用	瓶		小計		KG		小計		KG					
合計	22	共		合計	20	共		合計	18	共		合計	20	共		合計	18	共	
全穀雜糧類	5.6			全穀雜糧類	5.5			全穀雜糧類	5.4			全穀雜糧類	5.1			全穀雜糧類	5.3		
豆魚蛋肉類	2.1			豆魚蛋肉類	2.5			豆魚蛋肉類	2.0			豆魚蛋肉類	2.3			豆魚蛋肉類	2.3		
蔬菜類	1.8			蔬菜類	2.0			蔬菜類	1.8			蔬菜類	2.0			蔬菜類	2.0		
油脂與堅果種子	2.8			油脂與堅果種子	2.1			油脂與堅果種子	2.4			油脂與堅果種子	2.0			油脂與堅果種子	2.4		
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	1.0			乳品類	0.0		
熱量	721			熱量	717			熱量	741			熱量	790			熱量	702		

表單設計：軒泰食品

午餐秘書：午餐秘書

蔬菜為預先排定,受天氣及採收期等因素影響,若有調整敬請見諒

午餐設計:

午餐設計:軒泰食品

午餐設計:

午餐設計:軒泰食品

午餐設計:

午餐設計:軒泰食品