

大同國民小學113學年度第一學期第11週午餐食譜設計表

2024/11/04(星期一)					2024/11/05(星期二)					2024/11/06(星期三)					2024/11/07(星期四)					2024/11/08(星期五)				
用餐人數 990					用餐人數 990					用餐人數 990					用餐人數 990					用餐人數 990				
類別	食材	數量	單位	備註	類別	食材	數量	單位	備註	類別	食材	數量	單位	備註	類別	食材	數量	單位	備註	類別	食材	數量	單位	備註
海苔飯	白米(產)	48	KG		五穀飯	白米(產)	43	KG		肉燥拌麵	白油麵	51	KG	3K*17包	糙米飯	白米(產)	40	KG		薏仁飯	白米(產)	43	KG	
	味島香鬆450	9	包			松町五穀米	5	KG	先送		白油麵	45	KG	2.5K*18包		糙米(產)	10	KG			白米(產)	40	KG	
	雞丁	39	KG	CAS		雞丁	54	KG	CAS		絞肉	12	KG	CAS		水餃丁	69	KG	Q		雞丁	48	KG	CAS
	骨腿丁	18	KG	CAS		英鼎麵筋	18	KG	先送		絞肉	6	包			豆腐4.3K(薄)	8	KG			馬鈴薯去皮	30	KG	CAS
	凍豆腐	8	KG			定翔麵筋	10	KG			絞肉	5	KG	Q		薑絲	1.0	KG			毛豆仁CAS	6	KG	CAS
三杯雞	薑片	0.5	KG		筍乾	紅蘿蔔丁Q	5	KG		肉燥拌麵	絞肉	12	KG		肉燥拌麵	絞肉	5	KG	Q	肉燥拌麵	絞肉	5	KG	Q
	紅蘿蔔丁Q	8	KG	Q		海帶結	0.6	KG	Q		絞肉	1	KG	Q		絞肉	0.1	KG	Q		絞肉	0.1	KG	Q
	杏鮑菇(切)Q	0.6	KG	Q		豆乾					絞肉	0.3	KG	Q		絞肉	0.3	KG	Q		絞肉	0.3	KG	Q
	豆腐4.3K(薄)	6	盤			小計	88	KG			小計	36	KG			小計	82	KG			小計	82	KG	
	綠豆芽Q	12	KG	Q		雞丁	38	KG	CAS		雞丁	38	KG	CAS		洗滌蛋	40	KG	Q		洗滌蛋	40	KG	Q
什錦芽菜	海苔(切)	55	KG		蔬菜實粉	黃豆芽Q	20	KG	Q	水餃	骨腿丁	18	KG	CAS	毛豆	洋蔥去皮	23	KG	Q	蛋酥白菜	大白菜Q	80	KG	Q
	紅蘿蔔絲Q	5	KG	Q		乾香菇絲	0.3	KG	Q		青花菜(冷凍)	24	KG	CAS		紅蘿蔔絲Q	5	KG	Q		蝦米仁	0.4	KG	
	小計	97	KG			絞肉	3	KG	Q		紅蘿蔔片Q	9	KG	Q		馬鈴薯去皮	0.6	KG	Q		洗滌蛋	3	KG	Q
	小白菜(產)	64	KG			高麗菜Q	4	KG	Q		炸豆包(切)4塊	1	KG			毛豆仁CAS	7	KG	CAS		紅蘿蔔絲Q	5	KG	Q
	蒜末	1	KG			小計	95	KG	Q		小計	0	KG			小計	76	KG			小計	91	KG	
海苔蛋花湯	薑絲	1	KG		有機青松菜	高麗菜Q	66	KG	Q	有機白菜白	白蘿蔔Q	30	KG	Q	有機白菜白	白蘿蔔Q	30	KG	Q	有機白菜白	白蘿蔔Q	30	KG	Q
	燒海苔150G	4	包	Q		豆腐4.3K(薄)	5	盤			西芹Q	0.8	KG			西芹Q	0.8	KG			西芹Q	0.8	KG	
	洗滌蛋	3	KG	CAS		脆筍絲	12	KG	Q		大骨	3	KG	CAS		大骨	3	KG	CAS		大骨	3	KG	CAS
	小計	66	KG			洗滌蛋	3	KG	Q		小計	64	KG			小計	64	KG			小計	64	KG	
	小計	10	KG			小計	70	KG			小計	34	KG			小計	34	KG			小計	36	KG	
海苔蛋花湯	小計	893	瓶		全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	2.3			全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	2.5			全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	2.4			全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	2.4		
	豆魚蛋肉類	2.5				蔬菜類	1.6				蔬菜類	1.8				蔬菜類	1.7				蔬菜類	1.7		
	蔬菜類	1.8				油糖與堅果種子	2.2				油糖與堅果種子	2.2				油糖與堅果種子	1.8				油糖與堅果種子	1.7		
	油糖與堅果種子	2.0				水果類	1.0				水果類	1.0				水果類	0.0				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		
海苔蛋花湯	乳品類	1.0			全穀雜糧類	乳品類	0.0			全穀雜糧類	乳品類	0.0			全穀雜糧類	乳品類	0.0			全穀雜糧類	乳品類	0.0		
	熱量	807				熱量	744				熱量	711				熱量	711				熱量	711		
	小計	82	瓶			小計	990	份			小計	34	KG			小計	34	KG			小計	36	KG	
	小計	82	瓶			小計	990	份			小計	34	KG			小計	34	KG			小計	36	KG	
	小計	82	瓶			小計	990	份			小計	34	KG			小計	34	KG			小計	36	KG	
海苔蛋花湯	小計	82	瓶		全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	2.3			全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	2.5			全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	2.4			全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	2.4		
	豆魚蛋肉類	2.5				蔬菜類	1.6				蔬菜類	1.8				蔬菜類	1.7				蔬菜類	1.7		
	蔬菜類	1.8				油糖與堅果種子	2.2				油糖與堅果種子	2.2				油糖與堅果種子	1.8				油糖與堅果種子	1.7		
	油糖與堅果種子	2.0				水果類	1.0				水果類	1.0				水果類	0.0				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		
海苔蛋花湯	乳品類	1.0			全穀雜糧類	乳品類	0.0			全穀雜糧類	乳品類	0.0			全穀雜糧類	乳品類	0.0			全穀雜糧類	乳品類	0.0		
	熱量	807				熱量	744				熱量	711				熱量	711				熱量	711		
	小計	82	瓶			小計	990	份			小計	34	KG			小計	34	KG			小計	36	KG	
	小計	82	瓶			小計	990	份			小計	34	KG			小計	34	KG			小計	36	KG	
	小計	82	瓶			小計	990	份			小計	34	KG			小計	34	KG			小計	36	KG	
海苔蛋花湯	小計	82	瓶		全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	2.3			全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	2.5			全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	2.4			全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	2.4		
	豆魚蛋肉類	2.5				蔬菜類	1.6				蔬菜類	1.8				蔬菜類	1.7				蔬菜類	1.7		
	蔬菜類	1.8				油糖與堅果種子	2.2				油糖與堅果種子	2.2				油糖與堅果種子	1.8				油糖與堅果種子	1.7		
	油糖與堅果種子	2.0				水果類	1.0				水果類	1.0				水果類	0.0				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		
海苔蛋花湯	乳品類	1.0			全穀雜糧類	乳品類	0.0			全穀雜糧類	乳品類	0.0			全穀雜糧類	乳品類	0.0			全穀雜糧類	乳品類	0.0		
	熱量	807				熱量	744				熱量	711				熱量	711				熱量	711		
	小計	82	瓶			小計	990	份			小計	34	KG			小計	34	KG			小計	36	KG	
	小計	82	瓶			小計	990	份			小計	34	KG			小計	34	KG			小計	36	KG	
	小計	82	瓶			小計	990	份			小計	34	KG			小計	34	KG			小計	36	KG	

大同國民小學113學年度第一學期第11週午餐素食食譜設計表

2024/11/04(星期一)					2024/11/05(星期二)					2024/11/06(星期三)					2024/11/07(星期四)					2024/11/08(星期五)										
午餐人數 20					午餐人數 20					午餐人數 20					午餐人數 20					午餐人數 990										
用膳人數	食材	數量	單位	類別	用膳人數	食材	數量	單位	類別	用膳人數	食材	數量	單位	類別	用膳人數	食材	數量	單位	類別	用膳人數	食材	數量	單位	類別						
海苔飯	白米(產)	共用	KG	穀類	五穀飯	白米(產)	共用	KG	五穀米	素肉燥	白油麵	共用	KG	麵類	糙米飯	白米(產)	共用	KG	穀類	薏仁飯	白米(產)	共用	KG	穀類						
	味島香鬆45C	共用	包																											
	紅蘿蔔丁Q	共用	KG																											
	杏鮑菇(D)Q	0.6	KG																											
	凍豆腐	共用	KG																											
三杯雙丁	九層塔Q	共用	KG	麵類	海結麵	海帶結	0.6	KG	乾筍干	紅蘿蔔丁Q	共用	KG	素肉燥	絞豆干(白)	共用	KG	絞豆干(白)	共用	KG	絞豆干(白)	共用	KG	絞豆干(白)	共用	KG					
	薑片	共用	KG																											
	小計	4	KG																											
	綠豆芽Q	共用	KG																											
	紅蘿蔔絲Q	共用	KG																											
什錦芽菜	海茸(切)	共用	KG	菜類	寬粉	黃豆芽Q	共用	KG	黃豆芽Q	共用	KG	鹽水雞	炸豆包(切4塊)	1	KG	炸豆包(切4塊)	共用	KG	炸豆包(切4塊)	共用	KG	炸豆包(切4塊)	共用	KG						
	小計	1	KG																											
	小白菜(產)	共用	KG																											
	薑絲	共用	KG																											
	小計	66	KG																											
海芽蛋花湯	燒海苔150G	共用	包	現磨豆漿	黃豆(國產)	黑豆(國產)	共用	KG	二砂25K(台灣)	共用	KG	高麗菜Q	紅蘿蔔片Q	共用	KG	高麗菜Q	紅蘿蔔片Q	共用	KG	高麗菜Q	紅蘿蔔片Q	共用	KG	高麗菜Q	紅蘿蔔片Q	共用	KG			
	洗選蛋	共用	KG																											
	小計	10	KG																											
	福樂鮮奶(全脂)	共用	瓶																											
	光泉豆漿(常溫)	共用	瓶																											
全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	5.2	KG	全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	5.3	KG	全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	5.1	KG	全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	2.5	KG	全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	2.4	KG	全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	2.2	KG	全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	2.0	KG			
	蔬菜類	1.8	KG																											
	油脂與堅果種子	2.0	KG																											
	水果類	0.0	KG																											
	乳品類	0.0	KG																											
熱量	687	KG		熱量	702	KG		熱量	744	KG		熱量	711	KG		熱量	760	KG		熱量	760	KG								

六四國民小學113學年度第一學期第11週午餐素食食譜設計表

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

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：李麗秋 主任：李麗秋 校長：梁寶丹