

大同國民小學113學年度第二學期第18週午餐食譜設計表

[illegible]

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

◎ 本廠一律使用國產（台灣）豬肉的食材

表單設計：軒泰食品

午餐秘書:

芸采濮餐書秘

主任:

款 房 李 處 務 學

校長:

大同國民小學 梁寶丹 校長

大同國民小學113學年度第二學期第18週午餐素食食譜設計表

玉米飯	2025/06/09(星期一)			紅扁豆飯	2025/06/10(星期二)			炒米粉	2025/06/11(星期三)			糙米飯	2025/06/12(星期四)			紫米飯	2025/06/13(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	
豆瓣黑干	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	食材	數量	單位	
	白米(產)	共用	KG	白米(產)	共用	KG	濕米粉	共用	KG	白米(產)	共用	KG	糙米(產)	共用	KG	白米(產)	共用	KG	
	玉米粒CAS(散)	共用	KG	紅扁豆	共用	KG				糙米(產)	共用	KG				紫糯米	共用	KG	
	大溪黑干(切)	1.5	KG	薑片	共用	KG	油片(切絲)	0.3	KG	洗選蛋	1	KG	炸豆包(切4塊)	1.2	KG				
	薑片	共用	KG	烤麩	1	KG	綠豆芽Q	共用	KG	豆腐4.3K(薄)	共用	盤	金針菇C-Q	共用	KG				
	豆瓣醬(不辣)	共用	桶	大蕃茄Q	共用	KG	紅蘿蔔(產)	共用	KG	大蕃茄Q	共用	KG	洗選蛋	共用	KG				
				馬鈴薯去皮C	共用	KG	芹菜Q	共用	KG										
				生香菇小小C	共用	KG	乾香菇絲	共用	KG										
			義大利香料1	共用	瓶														
	小計	4	人0.00元		小計	3	人0.00元		小計	1	人0.00元		小計	1	人0.00元		小計	1	人0.00元
蠔油粉絲煲	冬粉(萬龍)	共用	KG	白蘿蔔	共用	KG	鹽酥素雞丁			洗選蛋	共用	KG	海帶絲(切)	共用	KG				
	高麗菜	共用	KG	乾香菇絲	共用	KG	地瓜(產)	共用	KG	玉米粒CAS(散)	共用	KG	綠豆芽Q	共用	KG				
	小木耳Q	共用	KG	榨菜絲12K(散)	共用	箱	四分干丁	共用	KG				芹菜Q	共用	KG				
	紅蘿蔔(產)	共用	KG	紅蘿蔔(產)	共用	KG	素雞丁300G	3	包				紅蘿蔔(產)	共用	KG				
													小木耳Q	共用	KG				
	小計	0	人0.00元		小計	1	人0.00元		小計	4	人0.00元		小計	4	人0.00元		小計	1	人0.00元
小松菜(產)	小松菜(產)	共用	KG	有機黑葉白菜	共用	KG	青江菜(產)	共用	KG	有機空心菜	共用	KG	有機綠福山菇	共用	KG				
	薑絲	共用	KG																
	小計	65	人0.00元		小計	64	人0.00元		小計	54	人0.00元		小計	54	人0.00元		小計	54	人0.00元
酸菜筍片湯	長酸菜	共用	KG	味噌3K(細)	共用	箱	海帶結	共用	KG	冬瓜Q	共用	KG	青木瓜去皮C	共用	KG				
	脆筍片12K(散)	共用	件	豆腐4.3K(薄)	共用	盤	大黃瓜Q	共用	KG	小薏仁	共用	KG	紅棗600G	共用	包				
										大骨	共用	KG	枸杞	共用	KG				
	小計	0	人0.00元		小計	0	人0.00元		小計	1	人0.00元		小計	4	人0.00元		小計	3	人0.00元
							水果(份)	共用	份				福樂鮮奶(全脂)	共用	瓶				
													光泉豆漿(常溫)	共用	瓶				
合計	12	共	#REF!	合計	14	共	#REF!	合計	12	共	#REF!	合計	10	共	#REF!	合計	15	共	#REF!
熱量	全穀雜糧類	5.6		全穀雜糧類	5.5		全穀雜糧類	5.5		全穀雜糧類	5.6		全穀雜糧類	5.0					
	豆魚蛋肉類	2.3		豆魚蛋肉類	2.2		豆魚蛋肉類	2.3		豆魚蛋肉類	2.1		豆魚蛋肉類	2.2					
	蔬菜類	1.8		蔬菜類	2.0		蔬菜類	1.6		蔬菜類	2.4		蔬菜類	2.0					
	油脂與堅果種子	2.1		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	2.1					
	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	704		熱量	713		熱量	770		熱量	722		熱量	780					