大同國民小學112學年度第一學期第10週午餐食譜設計表

2023/10/30(星期一)						2023/10/31(星期二)						2023/11/01(星期三)						2023/11/02(星期四)						2023/11/03(星期五)					
藜麥飯	用餐人數	1,020				小米飯	用餐人數	1,020				黃金玉米蛋炒飯	用餐人數	1,020				糙米飯	用餐人數	1,020				蕎麥飯	用餐人數	1,020			
	廠商	食材	數量	單位	備註		廠商	食材	數量	單位	備註		廠商	食材	數量	單位	備註		廠商	食材	數量	單位	備註		廠商	食材	數量	單位	備註
	福利中心	白米(產	48	KG			福利中心	白米(產	47	KG			福利中心	白米(產	50	KG			福利中心	白米(產	40	KG			福利中心	白米(產	45	KG	
	現購	紅藜麥	1.5	KG			全國	小米	3	KG									福利中心	糙米(產	10	KG			松町	蕎麥	5	KG	先送
日式照燒雞丁	佳世福	雞丁	40	KG	CAS	雲南大薄片	復進	肉片	57	KG	CAS	黃金玉米蛋炒飯	首饌	玉米粒CAS(i	10	KG	CAS	紅燒豬腳	復進	肉丁	33	KG	CAS	鹽酥雞	佳世福	雞丁	57	KG	CAS
	超泉	骨腿丁	18	KG	CAS		荃珍	洋蔥去皮	23	KG			禾品	洗選蛋	5	KG	Q		嘉一香	豬腳丁	24	KG	CAS		中港興	豆干丁(黃	24	KG	
	佑豐	馬鈴薯去皮	39	KG			荃珍	小黃瓜Q	16	KG	Q		荃珍	洋蔥去皮	6	KG			合豐	白蘿蔔	34	KG			品豐	豬血糕丁CA	15	KG	CAS
	永芳	白芝麻	0.3	KG			荃珍	青蔥Q	0.5	KG	Q		首饌	三色丁CAS	15	KG	CAS		佑豐	紅蘿蔔丁Q	5	KG	Q		荃珍	九層塔Q	1	KG	Q
	全國	味酥1.8L(將	1	罐			全國	豆酥600G	3	包			永軒	絞肉	9	KG	CAS		聯宏	海帶結	0.6	KG			家煥	薑片	0.5	KG	
	宇杉	素雞丁300G	2	包			津悅	素肚(切片	0.6	KG			名間福	金針菇B-Q	0.3	KG	Q		定翔	麵輪	0.3	KG			鴻鑫興	素豬血糕480G	1	條	
													津悅	油片(切絲	0.3	KG									荃珍	杏鮑菇(D)Q	0.3	KG	Q
		小計	100	人份				小計	100	人份				小計	46	人份				小計	97	人份				小計	99	人份	
枸杞蒸蛋	禾品	洗選蛋	40	KG	Q	開陽蘿蔔	合豐	白蘿蔔	75	KG		香料滷雞翅	超泉	雞翅	1,015	KG	CAS	螞蟻上樹	全國	冬粉(萬龍	13	KG		高麗菜炒菇	荃珍	高麗菜Q	55	KG	Q
	公用庫存	枸杞	0.3	KG			佑豐	紅蘿蔔絲Q	6	KG	Q		定翔	義大利香料100G	1	罐			荃珍	高麗菜Q	24	KG	Q		名間福	金針菇B-Q	5	KG	Q
							公用庫存	乾香菇絲	0.3	KG			津悅	手工炸豆腐70G	18	個			名間福	小木耳Q	1.5	KG	Q		名間福	鴻喜菇Q	4	KG	Q
							公用庫存	蝦皮	0.5	KG									佑豐	紅蘿蔔絲Q	5	KG	Q		佑豐	紅蘿蔔片Q	5	KG	Q
							家煥	絞紅蔥頭	2	KG									永軒	絞肉	3	KG	CAS		名間福	小木耳Q	1.5	KG	Q
		小計	40	人份				小計	84	人份				小計	1,034	人份				小計	47	人份				小計	71	人份	
白莧菜（產	宏圖	白莧菜(產	64	KG		有機小松菜	第志業	有機小松菜	64	KG		黑胡椒豆芽	圓福	綠豆芽Q	46	KG	Q	有機小白菜	第志業	有機小白菜	64	KG		有機青江菜	第志業	有機青江菜	64	KG	
	家煥	蒜末	1	KG									荃珍	韭菜Q	5	KG	Q												
	家煥	薑絲	1	KG									佑豐	紅蘿蔔絲Q	5	KG	Q												
													羿淳	黑胡椒粒600G	1	包													
		小計	66	人份				小計	64	人份				小計	57	人份				小計	64	人份				小計	64	人份	
玉米海結湯	首饌	玉米粒CAS(i	18	KG	CAS	高麗豆皮湯	荃珍	高麗菜	23	KG		筍片湯	品興豐	脆筍片	24	KG		海芽蛋花湯	公用庫存	乾海帶芽	1	KG	先送	枸杞木瓜湯	荃珍	青木瓜去皮(	26	KG	Q
	聯宏	海帶結	12	KG			尚旺	乾豆捲	2	KG			名間福	生香菇(小小	5	KG	Q		禾品	洗選蛋	3	KG	Q		公用庫存	枸杞	0.3	KG	
	嘉一香	大骨	3	KG	CAS		名間福	金針菇B-Q	5	KG	Q		嘉一香	大骨	3	KG	CAS		荃珍	青蔥Q	0.4	KG	Q		嘉一香	大骨	3	KG	CAS
							公用庫存	枸杞	0.3	KG									嘉一香	大骨	3	KG	CAS		全國	紅棗600G	2	包	
							嘉一香	大骨	3	KG	CAS																		
		小計	33	人份				小計	33	人份				小計	32	人份				小計	7	人份				小計	31	人份	
												小二	蔬果箱	水果(份	1.020	份								午點	光泉	光泉優酪乳	914	瓶	
																									光泉	光泉豆漿(常溫	93	瓶	
熱量	全穀雜糧類	5.2				熱量	全穀雜糧類	5.3				熱量	全穀雜糧類	5.2				熱量	全穀雜糧類	5.4				熱量	全穀雜糧類	5.2			
	豆魚蛋肉類	2.4					豆魚蛋肉類	2.3					豆魚蛋肉類	2.5					豆魚蛋肉類	2.4					豆魚蛋肉類	2.0			
	蔬菜類	1.8					蔬菜類	2.0					蔬菜類	1.6					蔬菜類	1.7					蔬菜類	1.8			
	油脂與堅果種子	2.5					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	2.2					油脂與堅果種子	2.0			
	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	702					熱量	742					熱量	700					熱量	769			

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

午餐秘書: 午餐秘書 濮采芸　　主任: 學務處 主任 楊皓晟　　校長: 大同國民小學 校長 梁寶丹

大同國民小學112學年度第一學期第10週午餐素食食譜設計表

2023/10/30(星期一)				2023/10/31(星期二)				2023/11/01(星期三)				2023/11/02(星期四)				2023/11/03(星期五)			
藜麥飯	用餐人數	20		小米飯	用餐人數	20		黃金玉米蛋炒飯	用餐人數	20		糙米飯	用餐人數	20		蕎麥飯	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
	白米(產	共用	KG		白米(產	共用	KG		白米(產	共用	KG		白米(產	共用	KG		白米(產	共用	KG
	紅藜麥	共用	KG		小米	共用	KG						糙米(產	共用	KG		蕎麥	共用	KG
日式照燒素雞丁	素雞丁300G	2	包	黃瓜素肚	素肚(切片	0.6		黃金玉米蛋炒飯	玉米粒CAS(黃	共用	KG	蘿蔔燒麵輪	白蘿蔔	共用		素三杯什錦	杏鮑菇(D)Q	0.3	KG
	馬鈴薯去皮	共用			小黃瓜Q	共用	KG		洗選蛋	共用	KG		紅蘿蔔丁Q	共用	KG		豆干丁(黃	共用	KG
	白芝麻	共用	KG						金針菇B-Q	0.3	KG		海帶結	0.6			素豬血糕480G	1	條
	味醂1.8L(將	共用	罐						三色丁CAS	共用	KG		麵輪	0.3	KG		九層塔Q	共用	KG
									油片(切絲	0.3							薑片	共用	KG
	小計	4	人0.00元		小計	1	人0.00元		小計	1	人0.00元		小計	2	人0.00元		小計	3	人0.00元
枸杞蒸蛋	洗選蛋	共用	KG	開陽蘿蔔	白蘿蔔	共用	KG	香料滷豆腐	手工炸豆腐70G	18	個	螞蟻上樹	冬粉(萬龍	共用	KG	高麗菜炒菇	高麗菜Q	共用	KG
	枸杞	共用	KG		紅蘿蔔絲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						小木耳Q	共用	KG		鴻喜菇Q	共用	KG
													紅蘿蔔絲Q	共用	KG		紅蘿蔔片Q	共用	KG
																	小木耳Q	共用	KG
	小計	1	人0.00元		小計	4	人0.00元		小計	1,034	人0.00元		小計	0	人0.00元		小計	1	人0.00元
白莧菜(產	白莧菜(產	共用	KG	有機小松菜	有機小松菜	共用	KG	黑胡椒豆芽	綠豆芽Q	共用	KG	有機小白菜	有機小白菜	共用	KG	有機青江菜	有機青江菜	共用	KG
	薑絲	共用	KG						紅蘿蔔絲Q	共用	KG								
									黑胡椒粒600G	共用	包								
	小計	66	人0.00元		小計	64	人0.00元		小計	2	人0.00元		小計	64	人0.00元		小計	64	人0.00元
玉米海結湯	玉米粒CAS(黃	共用	KG	高麗豆皮湯	高麗菜	共用	KG	筍片湯	脆筍片	共用	KG	海帶芽蛋花湯	乾海帶芽	共用	KG	柴柴木瓜乳	青木瓜去皮(	共用	KG
	海帶結	共用	KG		乾豆捲	共用	KG		生香菇(小小	共用	KG		洗選蛋	共用	KG		枸杞	共用	KG
					金針菇B-Q	共用	KG		大骨	共用	KG		青蔥Q	共用	KG		紅棗600G	共用	包
					枸杞	共用	KG												
	小計	3	人0.00元		小計	10	人0.00元		小計	3	人0.00元		小計	7	人0.00元		小計	6	人0.00元
								小品	水果(份	共用	份						光泉優酪乳	共用	瓶
																	光泉豆漿(常溫	共用	瓶
合計	13	共	#REF!	合計	14	共	#REF!	合計	16	共	#REF!	合計	15	共	#REF!	合計	18	共	#REF!
熱量	全穀雜糧類	5.2		熱量	全穀雜糧類	5.3		熱量	全穀雜糧類	5.2		熱量	全穀雜糧類	5.4		熱量	全穀雜糧類	5.2	
	豆魚蛋肉類	2.4			豆魚蛋肉類	2.3			豆魚蛋肉類	2.5			豆魚蛋肉類	2.4			豆魚蛋肉類	2.0	
	蔬菜類	1.8			蔬菜類	2.0			蔬菜類	1.6			蔬菜類	1.7			蔬菜類	1.8	
	油脂與堅果種子	2.5			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	2.2			油脂與堅果種子	2.0	
	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	702			熱量	742			熱量	700			熱量	769	

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

午餐秘書: 午餐秘書 濮采芸　　主任: 學務處主任 楊皓晟　　校長: 大同國民小學校長 梁寶丹