

[illegible][illegible]

大同國民小學110學年度第二學期第3週午餐素食食譜設計表

2022/02/21(星期一)					2022/02/22(星期二)					2022/02/23(星期三)					2022/02/24(星期四)					2022/02/25(星期五)				
用餐人數			25		用餐人數			25		用餐人數			25		用餐人數			25		用餐人數			25	
米飯	食材	數量	單位	米飯	食材	數量	單位	肉絲炒飯	食材	數量	單位	糙米飯	食材	數量	單位	瓜	食材	數量	單位	瓜	食材	數量	單位	
白米(公)	共用	KG		白米(公)	共用	KG		白米(公)	共用	KG		白米(公)	共用	KG		白米(公)	共用	KG		白米(公)	共用	KG		
玉米粒CASQ	共用	KG		小米	共用	KG						糙米(公)	共用	KG						地瓜去皮Q	共用	KG		
榨菜絲	共用	KG		紅藜麥	共用	KG		炸豆包絲	0.3	KG		四季豆(冷凍Q)	1	KG		麵輪	0.3	KG						
豆干片	共用	KG		韓式泡菜185	1	罐		三色丁CAS	共用	KG		豆干絞碎	共用	KG		瓜	白蘿蔔Q	共用	KG					
								洗選蛋(盤)	共用	KG		大蕃茄Q	共用	KG		圓平瓜	共用	KG						
榨菜豆干								高麗菜Q	共用	KG		調合檸檬汁(玻)	共用	瓶		鮮菇	生香菇(小)	共用	KG					
																燒雞								
小計	2	KG		小計	4	KG		小計	1	KG		小計	7	KG		小計	4	KG		小計	4	KG		
冬粉(萬籠)	共用	KG		海帶絲(切)	共用	KG		杏鮑菇(D)Q	0.6	KG		洗選蛋(盤)	共用	KG		小豆干對切三角	共用	KG		素豬血糕480G	1	條		
油菜Q	共用	KG		白干絲(切)	共用	KG		馬鈴薯去皮Q	共用	KG		紅蘿蔔Q	共用	KG						麵腸(切段)	0.6	KG		
韓式炒麵	共用	KG		芹菜Q	共用	KG		蠔油	共用	KG										酸菜心絲	共用	KG		
白芝麻	共用	KG		紅蘿蔔Q	共用	KG		薑片	共用	KG														
小計	0	KG		小計	2	KG		小計	4	KG		小計	2	KG		小計	3	KG		小計	3	KG		
大陸A菜	共用	KG		有機高麗菜	共用	KG		福山蔞苣(產)	共用	KG		有機綠寶石菜	共用	KG		有機小松菜	共用	KG		有機小松菜	共用	KG		
薑絲	共用	KG																						
小計	4	KG		小計	2	KG		小計	2	KG		小計	2	KG		小計	2	KG		小計	2	KG		
南瓜	共用	KG		黃豆	共用	KG		豆腐4.3K(薄)	共用	KG		大白菜	共用	KG		高麗菜	共用	KG		乾豆捲(小麥)	共用	KG		
薑片	共用	KG		黑豆	共用	KG		味噌	共用	KG		大蕃茄	共用	KG		金針菇BQ	共用	KG		金針菇BQ	共用	KG		
				二砂25K(台)	共用	KG		魚味噌湯	共用	KG		羅宋湯	共用	KG		紅蘿蔔	共用	KG						
小計	4	KG		小計	1	KG		小計	7	KG		小計	3	KG		小計	4	KG		小計	4	KG		
								水果(份)	共用	KG														
合計	15	共	15	共	18	共	18	共	19	共	19	共	18	共	18	共	22	共	22	共	22	共		
全穀雜糧類	5.6		全穀雜糧類	5.4		全穀雜糧類	5.2		全穀雜糧類	5.2		全穀雜糧類	5.4		全穀雜糧類	5.0		全穀雜糧類	5.0		全穀雜糧類	5.0		
豆魚蛋肉類	2.2		豆魚蛋肉類	2.3		豆魚蛋肉類	2.5		豆魚蛋肉類	2.5		豆魚蛋肉類	2.3		豆魚蛋肉類	2.2		豆魚蛋肉類	2.2		豆魚蛋肉類	2.2		
蔬菜類	2.2		蔬菜類	2.0		蔬菜類	2.0		蔬菜類	2.0		蔬菜類	2.0		蔬菜類	1.5		蔬菜類	1.5		蔬菜類	1.5		
油脂與堅果種子	2.0		油脂與堅果種子	2.0		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	2.4		油脂與堅果種子	2.0		油脂與堅果種子	2.0		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	1.0		水果類	0.0		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		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	691		熱量	774		熱量	774		熱量	709		熱量	709		熱量	763		熱量	763		

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

表單設計:軒泰食品

午餐秘書

主任:

校長:

午餐秘書

午餐秘書

午餐秘書