

桃園市錦興國民小學一一四學年第一學期學生午餐食譜設計表(第二週)素食

	9 月 8 日(星期一).					9 月 9 日(星期二).					9 月 10 日(星期三).					9 月 11 日(星期四).					9 月 12 日(星期五).				
	人數	30 人				人數	30 人				人數	30 人				人數	30 人				人數	30 人			
	主食	白米飯				主食	麥片糙米飯				主食	韓式料理				主食	糙米飯				主食	紫米糙米飯			
	菜名	配 料	數量	單價	金額	菜名	配 料	數量	單價	金額	菜名	配 料	數量	單價	金額	菜名	配 料	數量	單價	金額	菜名	配 料	數量	單價	金額
主 菜	素 黑 胡 椒 肉 排	素黑胡椒肉排0.6K	3包			什 錦 素 雞 丁	素雞丁~	2Kg			韓 式 部 隊 鍋	韓式年糕500g長型				糖 醋 素 雞 丁	素雞丁~	2Kg			香 爆 鮑 菇	杏鮑菇A約10入1K	1包		
							小干四丁(白)2*2					蒸煮麵65gx10入					馬鈴薯-洗皮.足*					素紫菜糕1.2K*	2包		
							香菜Q.*	0.1Kg				大白菜*去外葉.*					杏鮑菇(中美)	0.6Kg				辣椒(紅)			
							香油(3L)福壽	庫存				香菇小朵(生)Q*1K	1包				紅蘿蔔Q					蠔油5L(素)金蘭	庫存		
							紅標料理米酒20入	庫存				金絲菇Q					甜鳳梨罐3K	庫存				紅標料理米酒20入	庫存		
							太白粉20K	庫存				洗選雞蛋"12K					蕃茄醬(件)6入*	庫存							
												乳酪絲1Kg達人。	庫存												
												韓式泡菜1000g 素	1瓶												
副 菜	回 鍋 干 片	香菇小朵(生)	0.6Kg			咖 哩 寬 粉	黃豆芽*非基改美				柚 香 醬 沙 拉	小干四丁(白)2*2	2Kg			蒜 香 海 茸	海茸."				原 味 蒸 蛋	洗選雞蛋.15K			
		豆干片(白)					乾粉條(3K)寬口					青花菜-嘉鹿10K*					薑絲*	0.1Kg				年糕紙-薄""			
		黃豆芽*非基改					紅蘿蔔Q					香菇小朵(生)Q*3K					沙茶醬(素)737g	1罐							
		紅蘿蔔Q					木耳絲Q.*					紅蘿蔔Q													
		黑豆瓣醬(9K)+十全	庫存				老公咖哩粉600g盒	庫存				紅藜麥													
		甜麵醬3K十全	庫存									健康廚房200ml	1瓶												
												太白粉20K	庫存												
												紅標料理米酒20入	庫存												
青 菜	有 機 空 心	有機青菜-田田圈				有 機 荷 葉	有機青菜-田田圈									有 機 青 油	有機青菜-田田圈				有 機 小 松	有機青菜-田田圈			
		薑絲*	0.1Kg				薑絲*					薑絲*	0.1Kg				薑絲*	0.1Kg							
湯	蒲 瓜 蛋 花 湯	扁蒲Q.*				假 魚 肚 羹 湯	大白菜*去外葉.*				蒸 馬 拉 糕	巧好黑糖糕20入				冬 瓜 湯	冬瓜*Q				和 風 味 噌 湯	豆腐4.2K(薄).			
		洗選雞蛋.15K					秀珍菇*美	1Kg						香菇頭0.6K素羊肉	1包				海帶芽(乾)						
		紅蘿蔔Q					脆筍絲1.7K	庫存										味噌(粗)9k十全							
							紅蘿蔔Q	庫存																	
							木耳絲Q.*	庫存																	
							太白粉	庫存																	
		大麥-隔天用	庫存																						
水 果	水果-15元*美	庫存									鮮奶(養)錦興隨車	庫存				水果-15元*美	庫存								
營 養	全穀 豆魚 蔬菜 鮮奶 油脂 熱量					全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量					全穀 豆魚 蔬菜 鮮奶 油脂 熱量					全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量					全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量				
		4.5 3.8 1.2 1.0 2.6 769	6.5 2.5 1.6 2.6 774.5	4.0 1.2 1.4 1.0 2.4 591	5.0 2.0 1.7 1.0 2.8 708.5		4.5 3.7 1.0 2.2 679.5																		

營養師：

午餐秘書：

單位主管：

校長：