

**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(第三週)素食**

	9 月 15 日(星期一)					9 月 16 日(星期二)					9 月 17 日(星期三)					9 月 18 日(星期四)					9 月 19 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	香Q白米飯				主食	糙米飯				主食	樂活少肉日				主食	糙米飯				主食	薏仁糙米飯							
	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	京都什錦	素雞切片	2Kg			香酥雙拼	大黑豆干1切9."	1.5Kg			麻醬麵	細(白)油麵				沙茶干丁	杏鮑菇A約10入1K	1包			泡菜豆腐	素天婦羅-小條`x	1.5Kg						
		南瓜Q.*					杏鮑菇A約10入1K	1包				小黃瓜Q.*					小干四丁(白)2*2					凍豆腐丁							
		紅蘿蔔Q					薑片*					紅蘿蔔Q					沙茶醬(素)737g	1罐				大白菜*去外葉.*							
		冰糖3K細	庫存				紅標料理米酒20入	庫存				熟花生(碎)	庫存									韓式泡菜1K*素*	1包						
		白芝麻	庫存				麵粉-中筋22K	庫存				芝麻醬3K北方	庫存									木耳絲Q.*							
		醬油5L金蘭(濃)大	庫存				地瓜粉20K	庫存				花生醬約2.8K	庫存									紅蘿蔔Q							
		紅標料理米酒20入	庫存									烏醋5K工研*素	庫存									醬油5L金蘭(濃)大	庫存						
												香油(3 L)福壽	庫存									紅標料理米酒20入	庫存						
												醬油5L金蘭(濃)大	庫存																
												精鹽24入	庫存																
副 菜	奶油燉白菜	大白菜*去外葉.*				熊貓豆腐	香菇小朵(生)	1Kg			滷味拼盤	海帶結.				蒲瓜炒蛋	洗選雞蛋.15K				韓式拌冬粉	有機小松菜-田							
		素培根500g	1包				豆腐4.2K(薄).					百頁結".	1.5Kg				扁蒲Q.*					韓式冬粉500g。							
		金絲菇Q					辣椒(紅)	庫存				小干四丁(白)2*2					紅蘿蔔Q					紅蘿蔔Q							
		木耳絲Q.*					辣豆瓣醬-十全	庫存				杏鮑菇A約10入1K	1包									木耳絲Q.*							
		奶粉2.2K。克寧	庫存									滷包-大10入母指	庫存									白芝麻							
												醬油5L金蘭-濃4入	庫存									韓國香油500ml。	庫存						
												紅標料理米酒20入	庫存									醬油5L金蘭(濃)大	庫存						
青 菜	有機蔬菜	有機雪菜				有機蔬菜	有機黑葉白菜									有機蔬菜	有機白松菜-田園				有機蔬菜	有機白莧菜-田園							
		薑絲*	0.1Kg				薑絲*	0.1Kg					薑絲*	0.1Kg				薑絲*	0.1Kg										
湯	海芽蛋花湯	海帶芽(乾)				蓮藕湯	蓮藕切片				素丸羹湯	大白菜*去外葉.。				玉米條湯	玉米條*切片				黑糖珍珠鮮奶	奶粉2.2K。克寧							
		洗選雞蛋.15K					枸杞(1斤包)					素肉羹0.6K"	1包				紅蘿蔔Q	0.2Kg				小黑粉圓3K(包)							
		紅蘿蔔Q										脆筍絲1.7K										砂糖25K(台糖)							
												雞蛋(盒)10入	1盒									黑糖(紅糖)450g							
												紅蘿蔔Q																	
												木耳絲Q.*																	
												柴魚片-半斤	庫存																
												太白粉20K	庫存																
水 果	水果-15元*美	庫存								優酪乳養light錦	庫存				水果-15元*美	庫存													
營 養	全穀 豆魚 蔬菜 水果 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								
	4.8	2.0	1.6	1.0	2.4	653	5.5	2.8	0.7		3.0	719.5	5.5	2.0	1.0	1.0	3.0	764	5.5	3.7	1.1	1.0	2.8	839	5.5	3.5	1.6	15g	2.5

營養師：

午餐秘書：

單位主管：

校長：