

桃園市錦興國民小學114學年第一學期學生午餐食譜設計表(第18週) 素食

12月29日(星期一)					12月30日(星期二)					12月31日(星期三)					1月1日(星期四)					1月2日(星期五)				
主菜	素 26人				主菜	素 26人				主菜	素 26人				主菜	素 26人								
	香Q白米飯					菜名	糙米飯				菜名	北方小吃				菜名	元旦放假			菜名	香鬆糙米飯			
	配 料		數量	供應廠商			配 料		數量			供應廠商	配 料				數量	供應廠商	配 料		數量	供應廠商		
主菜	金瓜粉蒸肉	素肉片(調味)		1.5	佛心	沙茶素肚	紅椒(QRC)<正暘>		0.3	富東果菜生產合作社	刀削炸醬麵	家常麵(東寶直送			東寶食品有限公司	香酥魚排	素鱈魚排50g		30個					
		南瓜(QRC)<正暘>			富東果菜生產合作社		黃椒(QRC)<正暘>		0.3	富東果菜生產合作社		素火腿(1K)		1 條	佛心									
		蒸肉粉(五香)<飛馬>(600g)		飛馬	沙茶醬(素食)<愛之味>(737		1 罐	佛心	綠豆芽(QRC)				官漢國											
		年糕紙-薄"		庫存	素肚(切4丁)<津悅>		2	津悅食品有限公司	維力炸醬(素食)(800g)			1 罐	全聯社											
		紅標料理米酒20入		庫存	紅標料理米酒20入		庫存																	
		醬油5L金蘭-淡4入		庫存	醬油5L金蘭-淡4入		庫存																	
副菜	蛋酥白菜	大白菜(QRC)+			富東果菜生產合作社	繽紛蒸蛋	洗選蛋			東杰蛋品有限公司	桂香滷味	海帶結			聯宏食品有限公司	蘿蔔什錦煮	香菇小朵(生)		0.6Kg					
		洗選蛋			東杰蛋品有限公司		紅蘿蔔(QRC)			謝浚璿		米Q糕(1.2K)<中港興>		1 包	中港興		白蘿蔔*Q							
		紅蘿蔔(QRC)			謝浚璿		南瓜(QRC)<正暘>			富東果菜生產合作社		百頁豆腐(切24丁)(非基改)			津悅食品有限公司		紅蘿蔔Q							
		木耳絲(QRC)			魏琮霖		年糕紙-薄"		庫存			薑片			安平蔥蒜行		薑片							
		乾香菇絲			黃瑞霖							桂枝			正興行		昆布250g包		庫存					
												醬油		庫存			和風醬油萬家香		庫存					
												米酒		庫存			紅標料理米酒20入		庫存					
青菜	有機蔬菜	有機黑葉白菜			田田圈	有機蔬菜	有機小松菜			田田圈						有機蔬菜	有機青菜-田田圈							
		薑絲		0.1	安平蔥蒜行		薑絲		0.1	安平蔥蒜行							絞蒜仁/薑絲							
湯品	冬瓜魚丸湯	冬瓜(青皮)(QRC)			蔣沛蓁	結頭玉米湯	大頭菜(去梗)(QRC)			富東果菜生產合作社	蕃茄蛋花湯	洗選蛋			東杰蛋品有限公司	味噌湯	豆腐4.2K(薄).							
		素魚丸		0.6	佛心		玉米粒(CAS)<嘉鹿>			嘉鹿果菜生產合作社		牛蕃茄(QRC)<正暘>			富東果菜生產合作社		海帶芽(乾)							
		薑絲			安平蔥蒜行		香菜(QRC)<旭暘>		0.2	林琪鐸							味噌(粗)9k十全							
																	鴻禧菇100g		1包					
營養分析	水果	水果				營養分析					營養分析	鮮奶<養樂多>(125ml)			雅可樂多股份有限公司	營養分析								
		全穀雜糧類(份)			5		全穀雜糧類(份)			4.7		全穀雜糧類(份)			4.5		全穀雜糧類(份)			4.5				
		豆魚蛋肉類(份)			2.2		豆魚蛋肉類(份)			3		豆魚蛋肉類(份)			3.4		豆魚蛋肉類(份)			3				
		蔬菜類(份)			1.7		蔬菜類(份)			1.5		蔬菜類(份)			1		蔬菜類(份)			1.2				
		水果類(份)			1		水果類(份)					水果類(份)			0		水果類(份)			0				
		乳品類(份)					乳品類(份)					乳品類(份)			1		乳品類(份)			0				
		油脂與堅果種子類(份)			2.5		油脂與堅果種子類(份)			2.4		油脂與堅果種子類(份)			2.8		油脂與堅果種子類(份)			2.6				
熱量(仟卡)			730	熱量(仟卡)			700	熱量(仟卡)			871	熱量(仟卡)			687									

營養師：

午餐秘書：

單位主管：

校長：