

**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(第十九週) 素食**

	1 月 5 日(星期一)			1 月 6 日(星期二)			1 月 7 日(星期三)			1 月 8 日(星期四)			1 月 9 日(星期五)				
	人數	26 人		人數	26 人		人數	26 人		人數	26 人		人數	26 人			
	主食	香Q白米飯		主食	糙米飯		主食	古早味小吃		主食	雙色芝麻糙米飯		主食	糙米飯			
	菜名	配 料	數量	菜名	配 料	數量	菜名	配 料	數量	菜名	配 料	數量	菜名	配 料	數量		
主 菜	腐 乳 炸 雞 丁	素雞丁	2Kg	蘑 菇 干 絲	炸豆包切絲.	2Kg	玉 米 菇 燕 麥 粥	菠菜-產履-東		七 味 粉 魚	素黃金魚排50g ~ x	30個	京 醬 干 絲	甜椒-彩色Q.。	0.6Kg		
		地瓜薯條3K			櫛瓜。			素火腿條約1K中港			1條	耐炸油18L美食家		杏鮑菇A約10入1K	1包		
		甜酒豆腐乳840g大			洋菇罐(蘑菇)				玉米粒富士鮮約1K		七味粉300g			粗豆干絲."		1.2Kg	
		薑末			紅蘿蔔Q				香菇小朵(生)Q					甜麵醬(9k)十全			
		耐炸油18L美食家			磨菇醬約2.9K				紅蘿蔔Q						紹興酒0.6L 。		
		地瓜粉20K			太白粉20K	庫存		生燕麥粒						砂糖25K(台糖)			
		麵粉-中筋22K			紅標料理米酒20入	庫存		白米	庫存					太白粉20K			
								糙米	庫存					紅標料理米酒20入	庫存		
副 菜	白 菜 魯	大白菜*去外葉Q		櫛 瓜 起 司 炒 蛋	洗選雞蛋"12K		醬 味 豆 包	炸豆包-1切4丁."	2Kg	日 式 咖 哩	茄子Q.*	1.5Kg	偽 蟹 黃 豆 腐 煲	鹹蛋"永成			
		洗選雞蛋"12K			洗選雞蛋(盤)30入			甜椒-彩色Q.*	0.3Kg		馬鈴薯-洗皮.足*			南瓜Q.*			
		洗選雞蛋(盤)30入			櫛瓜。			薑片*	0.1Kg		南瓜Q.*			素花枝0.6K			
		紅蘿蔔Q			乳酪絲1Kg達人。	庫存		烤肉醬-素食230g	1瓶		紅蘿蔔Q			豆腐4.2K(薄).			
		木耳絲Q.*			黑胡椒粒.1斤飛馬	庫存					青花菜"12K散			紅蘿蔔Q			
		乾香菇絲(台灣)						青花菜-1K"富士鮮									
											薑片*	庫存					
											素食咖哩220g	1盒					
青 菜	有 機 蔬 菜	有機青菜-田田圈		有 機 蔬 菜	有機青菜-田田圈					有 機 蔬 菜	有機青菜-田田圈	庫存	有 機 蔬 菜	有機青菜-田田圈			
		薑絲*	0.1Kg		薑絲*	0.1Kg					薑絲*	0.1Kg		薑絲*	0.1Kg		
湯	冬 瓜 丸 子 湯	冬瓜*Q		蕃 茄 蔬 菜 湯	牛蕃茄Q.*		沙 茶 高 麗 菜	高麗菜去外葉Q.*		味 噌 大 根 湯	白蘿蔔Q.*		酸 白 菜 火 鍋 湯	大白菜去外葉Q.*			
		素香菇丸0.6K.	1包		大白菜*去外葉Q			鴻禧菇100g	1包		海帶芽(乾)			酸白菜3K*素			
		薑絲*			豆腐4.2K(薄).			沙茶醬(素)737g	1罐		味噌(粗)9k十全			素小鰻魚丸 ~	0.6Kg		
								薑片*	0.1Kg		雪白菇100g	1包		木耳絲Q.*			
														紅蘿蔔Q			
											黑芝麻	庫存					
								阪屋單片原味蛋糕	庫存		白芝麻	庫存					
水 果	水果-15元*美	庫存				優酪乳(養)錦興隨車	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	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 水果 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	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 水果 油脂 熱量	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量			
	4.5 2.4 1.8 1.0 3.0 711	4.5 2.6 1.7 2.5 639	4.0 3.0 1.2 1.0 2.4 702	5.0 3.0 1.0 1.0 3.0 765	4.8 2.8 1.5 2.6 672.												

營養師：

午餐秘書：

單位主管：

校長：