

桃園市錦興國民小學一一四學年第二學期學生午餐食譜設計表(第十一週) 素食

		5月4日(星期一)					5月5日(星期二)					5月6日(星期三)					5月7日(星期四)					5月8日(星期五)								
人數		25人					25人					25人					25人					25人								
主食		白米飯					糙米飯					樂活少肉日					糙米飯					紫米飯								
菜名		配 料		數量	單價	金額	配 料		數量	單價	金額	配 料		數量	單價	金額	配 料		數量	單價	金額	配 料		數量	單價	金額				
主 菜	什錦豆腐	小△油豆腐	27g	1.5Kg			泡菜	金絲菇	200g小包	1包		刀削炸醬麵	花瓣麵(熟)				紅燒什錦	香菇小朵(生)Q*	1K	1包			梅香肉醬	素碎肉	0.1Kg					
		素紫菜糕	1.2K*	1包				杏鮑菇(中美)	0.6Kg				綠豆芽Q。					馬鈴薯-洗皮.足*						白蘿蔔						
		紅蘿蔔-產履						凍豆腐丁					素碎肉	0.1Kg				青花菜*12K散						素香菇拌醬	550g.	1瓶				
		薑片		0.1Kg				黃豆芽Q。非基改					絞碎豆干(白)					青花菜-1K"富士鮮						乾梅干菜						
								紅蘿蔔-產履					維力炸醬	800g(素)	1瓶				紅蘿蔔-產履											
								韓式泡菜1K*素*	1包				黑豆瓣醬	(9K)十全					薑絲		0.1Kg									
副 菜	金沙筍絲	杏鮑菇有機A中美		1包			起司年糕	大白菜去外葉Q.*				凉拌素雞	小黃瓜Q				毛豆炒蛋	洗選雞蛋"12K					玉米海茸	玉米粒富士鮮約1K						
		脆筍絲	1.7K					造型年糕	500g.件					素雞切片					洗選雞蛋(盤)30入						海茸."					
		金絲菇Q						乳酪絲	1Kg達人。					紅蘿蔔-產履					毛豆仁*嘉鹿約1K	1包					九層塔Q.*	0.1Kg				
		紅蘿蔔-產履						奶粉	2.2K。克寧					不辣豆瓣醬-十全					紅蘿蔔-產履						沙茶醬(素)737g					
								黑胡椒粒	1斤飛馬					醬油膏	5L金蘭-大"											醬油5L金蘭(濃)大				
								鴻喜菇		1包				香油	(3L)福壽															
青 菜	有機青江	有機青江菜-田園		庫存			有機東京	有機東京白菜-圈		庫存		炒高麗菜	有機高麗菜-田園		庫存		有機小松	有機小松菜-田園		庫存		有機福山	有機福山萵苣-圈		庫存					
		薑絲*		0.1Kg				薑絲*		0.1Kg				薑絲*		0.1Kg				薑絲*			0.1Kg			薑絲*		0.1Kg		
湯	牛蒡湯	牛蒡Q**					海帶芽湯	海帶芽(乾)				金菇蛋花湯	洗選雞蛋"12K				扁蒲素丸湯	扁蒲Q.*				香醇豆漿	黃豆產履							
		香菇頭	0.6K素羊肉	1包				味噌(粗)9k十全					洗選雞蛋(盤)30入					素香菇丸	0.6K.	1包				黑豆產履						
		薑片						雞蛋(盒)	10入	1盒			金絲菇Q					西洋芹*Q						砂糖	25K(台糖)					
													紅蘿蔔-產履																	
水 果	茂谷柑"		庫存									鮮奶(養)錦興隨車		庫存			香蕉"Q		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													
	5.5 2.4 1.8 1.0 3.0 781						5.5 2.5 1.5 0.3 2.6 738					4.5 2.6 1.5 1.0 3.0 745.5					5.5 2.2 1.5 1.0 2.6 742.5													

營養師:

午餐秘書:

單位主管:

校長: