

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(第十三週)素食

菜類	5月18日(星期一)					5月19日(星期二)					5月20日(星期三)					5月21日(星期四)					5月22日(星期五)										
	人數	24人				人數	24人				人數	24人				人數	24人				人數	24人									
	主食	香Q白米飯				主食	糙米飯				主食	樂活少肉日				主食	燕麥糙米飯				主食	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	三杯干丁	大黑豆1切9"	1Kg	87	87	醬燒素雞丁	素雞丁	1.5Kg	210	315	菇菇涼麵	油麵(細)							咖哩豆腐	杏鮑菇	1.5Kg	95	171	海結雙燒	麵圈-小	1Kg	195	195			
		素紫菜糕1.2K*	1包	210	210		白蘿蔔*Q					杏鮑菇有機A中美	2包	180	360					豆腐4.2K(薄)					海帶結						
		杏鮑菇(中美)	0.6Kg	135	81		香菇小朵(生)Q					鴻禧菇100g	2包	45	90					紅蘿蔔-產履					豆皮結						
		九層塔Q.*					薑片					小黃瓜Q									薑片*	庫存				紅蘿蔔-產履					
		薑片-老*					甜麵醬(9k)十全					紅蘿蔔-產履									香茅粉330g(瓶)	庫存				薑片*					
		胡麻油約3L福壽	庫存				黑豆豆瓣醬(9K)十全					熟花生(碎)									素食咖哩220g	1盒	100	100		醬油5L金蘭-濃4人	庫存				
		紅標料理米酒600c	庫存				紅標料理米酒20入					芝麻醬3K北方	庫存													紅標料理米酒20入	庫存				
		醬油5L金蘭-濃4人	庫存									花生醬約2.8K	庫存																		
副菜	蔥花菜脯炒蛋	洗選雞蛋"12K				溫拌干絲	海帶絲"				五香毛豆莢	毛豆(莢)10K嘉鹿							玉米肉末	玉米粒富士鮮約1K				扁蒲燴鳩蛋	扁蒲Q.*						
		洗選雞蛋(盤)30入					細豆干絲*(白)					黑胡椒粒.1斤飛馬								馬鈴薯-洗皮.足*					鳥蛋QR(含水)約3k						
		碎菜脯(3Kx4包)件					紅蘿蔔-產履				老公胡椒鹽600g盒									素火腿條1K"佛心"	1條	140	140		紅蘿蔔-產履						
		碎菜脯3K					薑絲				胡麻油約3L福壽										毛豆仁*嘉鹿約1K					木耳絲*3K					
							香菜Q.*				八角粒1斤南穎昌*																				
							不辣豆瓣醬-十全	庫存																							
							醬油5L金蘭(濃)大	庫存																							
							白醋(5K)穀盛"	庫存																							
青菜	有機芥藍	有機青菜-田田園				有機荷葉	有機青菜-田田園				芝麻海根	海帶根"							有機小松	有機青菜-田田園				有機廣島	有機青菜-田田園						
		薑絲	0.1Kg	144	144		薑絲	0.1Kg	144	144		白芝麻								薑絲	0.1Kg	144	144		薑絲	0.1Kg	144	144			
湯	黃瓜片湯	大黃瓜Q.*				冬瓜檸檬山粉圓	冬瓜糖580g				味噌蛋花湯	豆腐4.2K(薄)							酸白菜火鍋湯	大白菜去外葉Q.*				蕃茄蛋花湯	洗選雞蛋"12K						
		素香菇丸0.6K.	1包	120	120		山粉圓					洋蔥去皮-美*本產								素豆竹	0.3Kg	375	113		洗選雞蛋(盤)30入						
		西洋芹*	0.1Kg	120	120		檸檬					洗選雞蛋"12K								紅蘿蔔-產履					牛蕃茄Q.*						
							檸檬原汁750cc					洗選雞蛋(盤)30入									木耳絲*3K					蕃茄(糊)3.3K					
							砂糖25K(台糖)					味噌(粗)9k十全									酸白菜3K*素										
							高鈣日						生燕麥粒-隔天用																		
水果												鮮奶(養)錦興隨車																			
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	
	5.5	2.6	1.3	1.0	2.8	772.5	5.5	3.0	1.5	15	2.4	785.5	5.5	2.6	1.0	1.0	3.0	803	5.0	2.2	1.1	1.0	2.4	688.5	4.5	2.7	1.8	2.4	643.5		

營養師:

午餐秘書:

單位主管:

校長: