

義興國小及復旦國小一〇九學年第二學期學生午餐食譜設計表(第六週)素

oa1

	3 月 29 日(星期一).			3 月 30 日(星期二).			3 月 31 日(星期三).			4 月 1 日(星期四).			4 月 2 日(星期五)		
	人數	1,963 人		人數	1,731 人		人數	1,963 人		人數	1,758 人		人數	0 人	
	主食	香Q白米飯		主食	糙米飯		主食	麵食		主食	糙米飯		主食	放假	
	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	咖 哩 豆 腸	豆腸	4Kg	花 生 干 丁	素肉丁	庫存	日 式 咖 哩 烏 龍 麵	熟大烏龍麵		蜜 汁 麵 腸	麵腸	4Kg			
		紅蘿蔔"Q			紅蘿蔔"Q			素肉片	0.2Kg		馬鈴薯Q	5Kg			
		馬鈴薯"Q			生花生-已提前送			馬鈴薯"Q			麵粉-中筋	庫存			
		薑片"			大豆干丁"			白花菜"富士12K散			白芝麻	1小把			
		老公咖哩粉600g盒			辣椒(紅)			青花菜"12K散							
					薑片"			紅蘿蔔"Q							
					八角粒			老公咖哩粉600g盒							
副 菜	脆 炒 涼 薯 絲	涼薯*去皮Q		什 錦 燴 冬 瓜	冬瓜*Q已提前送		鹽 酥 三 味	百頁	4Kg	玉 米 總 匯	玉米粒15K富士鮮"				
		紅蘿蔔"Q			脆筍片			素紫菜糕切塊3K			素絞肉	0.2Kg			
		木耳絲*3K			香菇(生)"			地瓜*Q			毛豆仁"嘉鹿約1K				
		素肉絲	0.2Kg		素絞肉	0.2Kg		飛馬胡椒鹽"盒			涼薯Q				
		薑絲"			紅蘿蔔"Q			地瓜粉			紅蘿蔔"Q				
					薑絲"										
青 菜	時 節 油 菜	油菜"		有 機 荷 葉	有機青菜佳兩		產 銷 履 歷	高麗菜去葉產履"		有 機 黑 葉	有機青菜佳兩				
		薑絲"			薑絲"			薑絲"	0.1Kg		薑絲"				
湯	牛 蒡 養 生 湯	牛蒡		蕃 茄 白 菜 湯	大白菜去外葉"		珍 珠 鮮 奶 茶	小黑粉圓3K(包)		紫 菜 蛋 花 湯	紫菜150g"大包				
		紅蘿蔔"Q			牛番茄	1Kg		奶粉2.3K大"。			(先漂洗切段下鍋)				
		紅棗(1斤包)						黑糖(紅糖)450g			洗選雞蛋"12K				
								砂糖"			薑絲"				
											豆腐4.3Kg				
水 果															
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		
	4.6 2.2 1.6 2.3 631			4.8 2.1 1.7 1.0 2.2 696			4.6 2.2 1.5 1.0 2.5 758			4.7 2.2 1.7 2.3 641					

設計小組:義興國小及復旦國小午餐工作小組

午餐秘書:

主任:

校長: