

幸福國民小學111學年度第二學期午餐食譜設計表(第八週)

★食材來源一律使用國產豬肉

用餐人數				用餐人數				用餐人數				2023/4/6 (週四)			2023/4/7 (週五)		
食材		數量	單位	食材		數量	單位	食材		數量	單位	929		用餐人數		930	
食材		數量	單位	食材		數量	單位	食材		數量	單位	食材		數量	單位	單位	
								糙米飯	白米	50	KG	紅藜小米飯	白米	50	KG		
									糙米	7	KG		小米	2	KG		
													紅藜麥	2	KG		
								筍香燉肉	CAS萬偉肉角	59	KG	三杯雞	CAS冷藏雞胸丁	56	KG		
									QRC生筍片	24	KG		CAS如記米血糕丁	15	KG		
									QRC下菇	3	KG		QRC杏鮑菇	9	KG		
													QRC清雞肉丁	3	KG		
													九層塔去粗梗	0.5	KG		
													薑片	0.5	KG		
								韭香銀芽	QRC綠豆芽	45	KG	木耳蒲瓜	QRC扁蒲粗條	51	KG		
									QRC紅蘿蔔絲	5	KG		CAS萬偉肉絲	5	KG		
									CAS萬偉肉絲	6	KG		QRC紅蘿蔔絲	3	KG		
									QRC韭菜段	3	KG		QRC木耳絲	3	KG		
								有機	青油菜(有機)	64	KG	有機	黑葉白菜(有機)	64	KG		
								番茄高麗湯	QRC高麗菜角	29	KG	綠豆西米露	綠豆	18	KG		
									QRC番茄角	5	KG		西谷米	4	KG		
													台糖二砂糖	16	KG		
附餐				附餐				附餐	Q香蕉	944	kg	附餐	優酪乳	945	瓶		
營養成分	全穀雜糧類			全穀雜糧類			全穀雜糧類			全穀雜糧類			全穀雜糧類				
	豆魚蛋肉類			豆魚蛋肉類			豆魚蛋肉類			豆魚蛋肉類			豆魚蛋肉類				
	蔬菜類			蔬菜類			蔬菜類			蔬菜類			蔬菜類				
	油脂與堅果種子			油脂與堅果種子			油脂與堅果種子			油脂與堅果種子			油脂與堅果種子				
	水果類			水果類			水果類			水果類			水果類				
	乳品類			乳品類			乳品類			乳品類			乳品類				
熱量			熱量			熱量			熱量			熱量					
									628			714					

蔬菜為預先排定，受天氣及採收期等因素影響，若有調動敬請見諒

表單設計：久翔食品

護理師：

午餐秘書：

主任：

校長：

幸福國民小學111學年度第二學期午餐素食食譜設計表(第八週)

								2023/4/6 (週四)				2023/4/7 (週五)				
用餐人數				用餐人數				用餐人數		15			用餐人數		15	
食材	數量	單位		食材	數量	單位		食材	數量	單位			食材	數量	單位	
								素	白米			素	白米	810	G	
									糙米					小米	30	G
														紅藜麥	30	G
								素	小麵輪(豆輪)	594	G	素	麵腸切片	972	G	
									QRC生筍片	270	G			QRC高麗菜角	216	G
									QRC下菇	54	G			QRC杏鮑菇	108	G
								素	QRC綠豆芽	780	G	素	QRC扁蒲粗條	825	G	
									QRC紅蘿蔔絲	75	G			QRC紅蘿蔔絲	75	G
									QRC小黃瓜絲	75	G			QRC木耳絲	45	G
								有機	青油菜(有機)			有機	黑葉白菜(有機)			
								素	QRC高麗菜角	800	G	素	綠豆			
									QRC番茄角	150	G			西谷米		
														台糖二砂糖		
附餐				附餐				附餐	Q香蕉			附餐	優酪乳			
營養成分	全穀雜糧類			營養成分	全穀雜糧類			營養成分	全穀雜糧類			營養成分	全穀雜糧類			
	豆魚蛋肉類				豆魚蛋肉類				豆魚蛋肉類				豆魚蛋肉類			
	蔬菜類				蔬菜類				蔬菜類				蔬菜類			
	油脂與堅果種子				油脂與堅果種子				油脂與堅果種子				油脂與堅果種子			
	水果類				水果類				水果類				水果類			
	乳品類				乳品類				乳品類				乳品類			
	熱量				熱量				熱量				熱量			

蔬菜為預先排定，受天氣及採收期等因素影響，若有調動敬請見諒

表單設計：久翔食品 護理師： 午餐秘書： 主任： 校長：