

幸福國民小學111學年度第二學期午餐食譜設計表(第九週)

★食材來源一律使用國產豬肉

2023/4/10 (週一)				2023/4/11 (週二)				2023/4/12 (週三)				2023/4/13 (週四)				2023/4/14 (週五)						
用餐人數		932		用餐人數		930		用餐人數		929		用餐人數		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		食材	數量	單位				
十穀飯	白米	50	KG	糙米飯	白米	50	KG	日式炒烏龍	小烏龍麵	82	KG	糙米飯	白米	50	KG	麥片飯	白米	45	KG			
	十穀米	4	KG		糙米	7	KG		QRC小白菜段	11	KG		糙米	7	KG		麥片	4	KG			
									QRC洋蔥絲	6	KG											
									CAS萬偉肉絲	6	KG											
									QRC紅蘿蔔絲	5	KG											
									QRC木耳絲	3	KG											
破布子蒸魚	QRC石斑魚丁	70	KG	蒙古炒雞	CAS冷藏雞胸丁	56	KG	滷豬排*1	CAS豬肉排	939	個	泡菜肉柳	CAS萬偉肉柳	60	KG	乾鍋燒雞	CAS冷藏雞胸丁	56	KG			
	非基改板豆腐	21	KG		QRC綠豆芽	19	KG		蔥原料	1	KG		庫-CAS萬偉肉柳				QRC馬鈴薯中丁	23	KG			
	破布子380g(素食)	1	KG		QRC洋蔥絲	9	KG				QRC山東大白菜角		9	KG	QRC彩椒角		5	KG				
					QRC清雞肉丁	3	KG				QRC洋蔥絲		14	KG	QRC清雞肉丁		3	KG				
					小磨坊咖哩粉	0.5	KG				韓式泡菜		6	KG	QRC蔥花		2	KG				
					牛頭牌沙茶醬	1	KG															
肉末粉絲	日正冬粉	9	KG	豆皮白菜	QRC包心白菜角	52	KG	麵輪結頭菜	QRC結頭菜片	51	KG	炒花椰菜	CAS冷凍綠花椰12K	58	KG							
	QRC高麗菜絲	19	KG		QRC紅蘿蔔絲	5	KG		QRC紅蘿蔔片	5	KG		CAS萬偉肉絲	6	KG							
	QRC紅蘿蔔絲	5	KG		非基改角螺1.8K	2	KG		小麵輪(豆輪)-自切片	3	KG		QRC紅蘿蔔片	5	KG							
	CAS萬偉絞肉	8	KG																			
	乾香菇絲	0.1	KG																			
履歷	油菜段(產銷)	60	KG	有機	廣島菜(有機)	64	KG	青菜	QRC油麥菜段	60	KG	有機	青江菜(有機)	64	KG	有機	小松菜(有機)	64	KG			
	CAS非基改玉米粒	25	KG	黃瓜雞湯	QRC大黃瓜片	27	KG	蒜味羹湯	QRC白蘿蔔中丁	31	KG	味噌豆腐湯	海帶芽	0.4	KG	地瓜QQ圓	QRC地瓜小丁	14	KG			
	QRC紅蘿蔔小丁	5	KG		QRC紅蘿蔔片	5	KG		CAS萬偉肉絲	5	KG		非基改板豆腐	32	KG		長QQ圓3K	9	KG			
	QRC洋蔥小丁	3	KG		QRC雞骨	4	KG				非基改味噌9K		11	KG	台糖二砂糖		15	KG				
	OAK全脂奶粉	2	KG																			
營養成分	Q小番茄*4	3796	個	附餐	黃豆(產銷履歷)	39	桶	附餐			附餐	進口蜜棗*2	1888	個	附餐	100%蘋果汁	39	箱				
	全穀雜糧類	4.1		營養成分	全穀雜糧類	3.6		營養成分	全穀雜糧類	3.8		營養成分	全穀雜糧類	3.6		營養成分	全穀雜糧類	4.1				
	豆魚蛋肉類	2.3			豆魚蛋肉類	2.8			豆魚蛋肉類	2.3			豆魚蛋肉類	2.5			豆魚蛋肉類	2.8				
	蔬菜類	1.1			蔬菜類	1.3			蔬菜類	1.0			蔬菜類	1.2			蔬菜類	1.3				
	油脂與堅果種子	2.8			油脂與堅果種子	2.6			油脂與堅果種子	2.5			油脂與堅果種子	2.6			油脂與堅果種子	2.5				
	水果類	1.0			水果類				水果類				水果類	1.0			水果類					
	乳品類				乳品類				乳品類				乳品類				乳品類					
	熱量	673			熱量	612			熱量	576			熱量	647			熱量	642				

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(第九週)

2023/4/10 (週一)				2023/4/11 (週二)				2023/4/12 (週三)				2023/4/13 (週四)				2023/4/14 (週五)				
用餐人數		17		用餐人數		15		用餐人數		15		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		食材	數量	單位		
(素)十穀飯	白米			白米			(素)日式炒烏龍	小烏龍麵	1320	G	(素)糙米飯	白米			(素)麥片飯	白米	720	G		
	十穀米			糙米				QRC小白菜段	180	G		糙米				麥片	60	G		
								QRC紅蘿蔔絲	75	G										
								非基改素肉絲	75	G										
								QRC木耳絲	45	G										
(素)宮保干丁	非基改四分干	1040	G	素肚切條	1008	G	(素)黑干滷味	非基改大溪黑干1切9	990	kg	(素)泡菜凍豆腐	非基改凍豆腐	972	G	(素)乾鍋麵腸	麵腸切片	972	G		
	QRC青椒角	340	G	QRC綠豆芽	216	G		蒟蒻小卷	36	G		QRC山東大白菜角	180	G		QRC馬鈴薯中丁	225	G		
	油花生	34	G	QRC小黃瓜粗條	90	G		QRC紅蘿蔔中丁	90	G		素韓式泡菜	180	G		QRC彩椒角	75	G		
				小磨坊咖哩粉	9	G														
				素沙茶醬3K	54	G														
(素)螞蟻上樹	日正冬粉	162	G	QRC包心白菜角	840	G	(素)麵輪結頭菜				QRC結頭菜片	825	G	(素)炒花椰菜	CAS冷凍綠花椰12K	975	G			
	QRC高麗菜絲	340	G	QRC紅蘿蔔絲	75	G					QRC紅蘿蔔片	75	G		QRC紅蘿蔔片	75	G			
	QRC紅蘿蔔絲	85	G	非基改角螺1.8K	30	G					麵輪(豆輪)-自切片	60	G		QRC木耳絲	45	G			
	非基改素絞肉	85	G																	
履歷	油菜段(產銷)		有機	廣島菜(有機)		青菜	QRC油麥菜段		有機	青江菜(有機)		有機	小松菜(有機)							
(素)玉米濃湯	QRC非基改玉米粒	700	G	QRC大黃瓜片	750	G	(素)蘿蔔油腐湯	QRC白蘿蔔中丁	750	G	(素)味噌豆腐湯	海帶芽			(素)地瓜QQ圓	QRC地瓜小丁				
	QRC紅蘿蔔小丁	150	G	QRC紅蘿蔔片	150	G		非基改油豆腐小丁	200	G		非基改板豆腐				長QQ圓3K				
	OAK全脂奶粉	50	G							非基改味噌				台糖二砂糖						
附餐	Q小番茄*4		附餐	黃豆(產銷履歷)		附餐			附餐	進口蜜棗*2		附餐	100%蘋果汁							
營養成分	全穀雜糧類	4.1		全穀雜糧類	3.6		全穀雜糧類	3.8		全穀雜糧類	3.6		全穀雜糧類	4.1						
	豆魚蛋肉類	2.3		豆魚蛋肉類	2.8		豆魚蛋肉類	2.3		豆魚蛋肉類	2.5		豆魚蛋肉類	2.8						
	蔬菜類	1.1		蔬菜類	1.3		蔬菜類	1.0		蔬菜類	1.2		蔬菜類	1.3						
	油脂與堅果種子	2.8		油脂與堅果種子	2.6		油脂與堅果種子	2.5		油脂與堅果種子	2.6		油脂與堅果種子	2.5						
	水果類	1.0		水果類			水果類			水果類	1.0		水果類							
	乳品類			乳品類			乳品類			乳品類			乳品類							
	熱量	673		熱量	612		熱量	576		熱量	647		熱量	642						

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：