

青埔國小. 一一一學年第二學期學生午餐食譜設計表(第二十週)素食

食材來源一律使用國產豬、牛肉

ca1

		6月26日(星期一)		6月27日(星期二)		6月28日(星期三)		6月29日(星期四)		6月30日(星期五)					
人數		24人		24人		24人		24人		24人					
主食		麥片飯		糙米飯		麵食		糙米飯		紅藜飯					
菜名		配 料	數 量	配 料	數 量	配 料	數 量	配 料	數 量	配 料	數 量				
主 菜	茶香干片	小豆干32g		炒鮮蔬	生豆包	0.6K	茄汁義大利麵	熟小烏龍麵		豆瓣燒麵腸	麵腸切2cm段*		素打拋干丁	辣椒(紅)	
		素沙茶醬	庫存		牛蕃茄Q.*			素火腿丁	1K		辣豆瓣醬(2.8K)"			羅勒葉250g小磨坊	
					小黃瓜Q.*			玉米粒15K富士鮮						牛蕃茄Q.*	
								三色丁15K富"						素火腿丁	庫存
								義大利香料450g"						小豆干丁	1Kg
								蕃茄醬(件)6入*	庫存						
副 菜	蕃茄炒蛋	洗選雞蛋.15K		玉米干丁						螞蟻上樹			冬瓜油泡	冬瓜*去皮Q	
		牛蕃茄Q.*			玉米粒鮮綠Q15K						冬粉-大包3K"			油泡	0.3K
		蕃茄(糊)3.3K			小豆干丁						冬粉1斤(14只)			紅蘿蔔Q	
		蕃茄醬(件)6入*	庫存		紅蘿蔔Q						高麗菜去外葉Q*			薑絲	
											紅蘿蔔Q				
青 菜	有機青江	有機青江宋昭明92		有機小白	有機青菜曾吾強92	庫存	有機高麗	有機高麗曾吾92K		有機青松	有機青菜曾吾強88	庫存	有機白莧	有機青菜宋昭明84	庫存
		薑絲	0.1K		薑絲	0.1Kg		薑絲	0.1Kg		薑絲	0.1Kg			
湯	福菜筍片湯	長福菜1.8K(包)		香菇湯	香菇小朵(生)Q*3K		洋芋濃湯	馬鈴薯小丁.足*Q		黃瓜素丸湯	大黃瓜*去皮Q		仙草綠豆湯	冷仙草(大桶)6K	
		竹筍*去殼						玉米粒鮮綠約1K			素丸子	1包		綠豆	
		薑片			涼薯去皮Q.*			洗選雞蛋(盤)30入						砂糖25K(台糖)	
					薑片			紅蘿蔔Q							
					枸杞(1斤包)										
								安佳奶油454g大。							
		環保蔬食餐				光泉保久豆漿隨車		紅藜麥							
水 果					香蕉"Q			優酪乳-養08:00			水果-10元				
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		全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量			

設計小組:永得有限公司 審核:

執行秘書:

學務主任:

校長: