

青埔國小. 一一四學年第二學期學生午餐食譜設計表(第十八週)素食

		6月22日(星期一)		6月23日(星期二)		6月24日(星期三)		6月25日(星期四)		6月26日(星期五)								
		人數	36人	人數	36人	人數	36人	人數	36人	人數	36人							
		主食	紅藜飯	主食	糙米飯	主食	麵食	主食	糙米飯	主食	蕎麥飯							
		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	家常油豆腐	油豆腐丁			泡生豆包(切4塊)		3Kg	白烏龍麵(小)			蘑麵腸(切)		3Kg					
		大木耳Q			菜高麗菜			醬素火腿丁		庫存	菇杏鮑菇A(有機)							
		紅蘿蔔(產1K)			豆			義三色丁CAS			醬			親子	素雞丁300G		7包	
					包韓式年糕500g長型			大利			麵			素	高麗菜		1Kg	
					素泡菜		2瓶	麵			腸			雞	洗選蛋CAS(盤)			
								麵			腸			丁	紅蘿蔔(產1K)			
													青蔥					
													海苔細絲100G					
													味醂1.8K					
副 菜	起司蕃茄炒蛋	洗選蛋CAS(盤)			金豆腐4.3K(切小丁)			素素蔬菜捲300G		5包	海結炒豆干			胡瓜炒菇				
		大蕃茄Q			沙鹹蛋CAS(1盒4顆)										扁蒲Q			
		起司絲			腐紅蘿蔔(產1K)											鴻喜菇100G		2包
					腐紅辣椒											紅蘿蔔(產1K)		
青 菜	產銷履歷	小白菜(產)			有機菜曾吾強100			有機菜曾吾強100			有機菜曾吾強			有機青菜宋木森				
		薑絲		0.1Kg	薑絲		0.1Kg	薑絲		0.1Kg	薑絲		0.1Kg	薑絲		0.1Kg		
湯	枸杞青木瓜湯	青木瓜Q			蓮藕片Q			南南瓜Q			玉玉米段(3米Q)			雙木耳露				
		枸杞600G			蓮藕片			馬鈴薯去皮Q			紅蘿蔔(產1K)			乾木耳絲				
					蓮藕片			安佳奶油454G			芹菜Q			紅棗600G				
					蓮藕片			玉米醬2950g雄鹿奶粉2.2K·克寧						桂圓乾600G				
					蓮藕片			光泉保久豆漿隨車		庫存				冬瓜塊600G				
水 果	營養	香蕉切頭Q			香蕉切頭Q			養樂多優酪乳			蘋果							

◎本菜單含有花生、乳品類、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、亞硫酸鹽類等及其各類製品，不適合對其過敏體質者食用。

◎本菜單高鈣食物會以斜體標示。

營養師：**徐秀寧**

執行秘書：**林雅琪**

學務主任：**詹德木**

校長：**林正義**