

台中市 龍泉 國民小學 午餐食譜數量設計表 114 學年度第一學期第 14 週  
素食：15人

單位：公斤

日期	主食	菜名	主菜用量明細		菜名	副菜(一)用量明細		菜名	副菜(二)用量明細		菜名	湯類用量明細		
			材料	數量		材料	數量		材料	數量		材料	數量	
12 月 1 日 週 一														
			補假											
12 月 2 日 週 二														
			無素食											
12 月 3 日 週 三			壽司醋			素龍鳳腿	17pc		荷葉白菜			白蘿蔔		水果
			玉米粒			海帶片	17pc		嫩薑絲	1p		杏鮑菇		
			素肉燥	0.3								油豆腐丁		
			小黃瓜									薑		
			紅蘿蔔											
			洗選蛋											
			香鬆	1P										
12 月 4 日 週 四			素小麥片	0.5斤		包心白			菠菜			南瓜		水果
			結頭菜	0.5		油豆皮	0.1		嫩薑絲			洗選蛋		
			紅甜椒			鮮筍絲								
						金針菇								
						木耳								
						紅蘿蔔								
12 月 5 日 週 五			嫩油豆腐	1		海帶絲			福山萐苣			玉米穗段		豆漿
			毛豆仁			粗白干絲			嫩薑絲			杏鮑菇		
			紅蘿蔔			紅蘿蔔						角螺	0.1	
			乳酪絲			嫩薑絲								
			蕃茄醬			白芝麻熟								
			洋芋											