

西苑高中食譜設計表 單位：KG 6/24-6/28 葷食

日期	主食		主食變化		主菜		副菜		青菜		湯品		水果						
	食材明細	數量	食材明細	數量	食材明細	數量	食材明細	數量	食材明細	數量	食材明細	數量							
6月24日 1550	小米飯	小米	22	壽喜燒凍腐	凍豆腐(非)	80	柴香蒸蛋	洗選蛋	82	玉米可樂餅	油菜	玉米香酥餅	1620PC	芹香魚丸湯	白蘿蔔大丁	58	水果		
		白米(學)			大白菜切片	35		鱈味絲(散)	9			台糖沙拉油	3桶		珍珠虱目魚丸	12			
		粗蒜末	2		洋蔥片(Q)	8		雙魚柴魚片300g	2包						龍骨丁(CAS	9			
					金絲菇	10		PP紙	100片						芹菜去葉(1			
					胡蘿蔔片(6		烹大師鰹魚粉1K	1包										
					青蔥	1.2													
					壽喜燒醬1.8K	3罐													
					味醂(合將 1.8K	1罐													
6月25日 1550	胚芽飯	食材明細	數量	三杯雞	食材明細	數量	粉蒸排骨	食材明細	數量	豆瓣鮮筍	蚵仔白菜	食材明細	數量	玉米穗湯	食材明細	數量			
		胚芽米	22		冷藏骨腿切塊	78		豬肉丁(CAS	45			鮮竹筍切粗條	88		蚵仔白菜切	99		玉米穗切段	65
		白米(學)			雞清肉丁(24		排骨丁	27			豬肉絲(CAS	12					油豆皮-非	3.6
		粗蒜末	2		杏鮑菇	33		不附皮五花肉丁	9			木耳絲-(Q)	6					龍骨丁(CAS	9
					九層塔	1.5		南瓜不去皮大丁	50			胡蘿蔔絲(6					芹菜去葉(1
					薑片	1.5		薑片	1			青蔥	1						
		小磨坊鮮菇精1	1包		蒜仁	1.5		蒜仁	1			十全豆瓣醬2.8K	2桶						
		粗黑胡椒粒60C	1包					十全甜麵醬3K	1箱										
		(6/26用)						蒸肉粉3K	2包										

