素食28人 10

11月3日 星期一 11月4日 11月5日 11月6日 星期四 11月7日 日期 星期二 星期三 星期五 人數 葷食1272人(備30)+素食28人(備15) 葷食1272人(備30)+素食28人(備15) 葷食1272人(備30)+素食28人(備15) 葷食1272人(備30)+素食28人(備15) 葷食1272人(備30)+素食28人(備15) 項目 採購量(kg) 菜名 烹調法 重量(kg) 菜名 烹調法 重量(kg) 材料 重量(kg) 菜名 烹調法 材料 材料 材料 菜名 烹調法 材料 重量(kg) 菜名 烹調法 主食 麵食 蒸 蒸 白米飯 五穀飯 五穀米+白米 糙米飯 糙米+白米 米食 主 韓 腿仁丁 小排骨(醃) 25 青 白細圓麵 秋刀魚 70 1281 95 豆 32 200 254 份 肉 肉羹 46 75 36 菜 45 57 洋芊(去皮) 23 備品 式 紅蘿蔔 2 豉 肉丁(酶) 醬 29 秋 30 份 脆筍絲 5 羹 小黄瓜 25 豆豉500g 1 蛤蠣 10 42 20 包 8 刀 大白菜 33 雞 排 培 飯 韓式辣椒粉 1 紅蘿蔔 2 培根 8 10 魚 7 包 金針菇 丁 根 蒜頭粉 包 白蘿蔔 25 32 蕃茄 9 11 豆芽菜 6 義 青蔥 玉米筍 1 6 紅蘿蔔 3 大 蒜仁 杏鮑菇頭 包 6 乾木耳絲 拌 炒 利 炸 九層塔 2 香菜 0 把 麵 蒜仁 1 油蔥酥-大 1 句. 青醬醬包1K 10 12 包 麵粉 11 袋 奶精 5 包 顆粒黑胡椒 1 庫存 奶油 混 鍋貼 2562 玉米粒 維排TS5 蒸 雞蛋 48 61 螞 高麗菜 32 41 鍋 份 30 38 滷 100 1281 份 義 合 蛋 魚板絲 4 冬粉 18 備品 30*2 份 式 碎豆干 22 備品 0 30 份 蟻 貼 雞 菜 5 絞肉 5 滷包 袋 玻璃纸 包 絞肉 6 肉 排 洋蔥(去皮) 16 紅蘿蔔 2 3 20 樹 醬 炒 炸 炒 冬蝦 1 蒜米 乾木耳絲 蕃茄醬-大 包 10 罐 青 芥藍菜 76 97 炒 空心菜 76 97 炒 高麗菜 76 97 豆芽菜 57 青江菜 炒 炒 76 蒜米 紅蘿蔔 蒜米 0.8 0.8 紅蘿蔔 15 蒜米 芥 空 1 高 4 4 青 1 0.8 絲 蒜米 木耳絲 4 0.8 3 1 藍 麗 銀 江 Ü 炒 炒 炒 炒 炒 蒜米 1 0.8 菜 菜 菜 菜 芽 湯 海带芽 豬血 |南瓜(去皮) 28 |36 山粉圓 可樂餅 海 1.3 酸 35 45 南 可 50 1310 份 4 細味噌 10 13 酸菜絲 12 15 洋蔥(去皮) 10 13 二砂糖/散(提前送) 29 袋 備品 30*2 份 菜 芽 瓜 樂 蛙 洋蔥(去皮) 13 17 薑絲 1 紅蘿蔔 3 味 豬 濃 餅 下 青蔥 大骨 6 濃湯粉 3 包 噌 血 湯 蛋 者 湯 其 水果 水果 1310 份 五穀米(週二用) 4 他 781.5 熱量(大卡) 熱量(大卡) 熱量(大卡) 熱量(大卡) 熱量(大卡) 誉 蛋白質佔熱量比例(%) 蛋白質佔熱量比例(%) 16.3% 12.6% 蛋白質佔熱量比例(%) 16.3% 蛋白質佔熱量比例(%) 17.4% 蛋白質佔熱量比例(%) 養 脂肪佔熱量比例(%) 28 8% 脂肪佔熱量比例(%) 28 1% 脂肪佔熱量比例(%) 28 8% 脂肪佔熱量比例(%) 27 9% 脂肪佔熱量比例(%) 32. 2% 分 52.5% 56.5% 醣類佔熱量比例(%) 47.9% 醣類佔熱量比例(%) 醣類佔熱量比例(%) 53.3% 醣類佔熱量比例(%) 醣類佔熱量比例(%) 53. 3% 全穀雜糧類(份) 全穀雜糧類(份) 全穀雜糧類(份) 全穀雜糧類(份) 全穀雜糧類(份) 豆魚蛋肉類(份) 豆魚蛋肉類(份) 豆魚蛋肉類(份) 豆魚蛋肉類(份) 豆魚蛋肉類(份) 1. 9 蔬菜類(份) 1.3 1.4 蔬菜類(份) 1.6 蔬菜類(份) 茜菜類(份) 蔬菜類(份) 油脂與堅果種子類(份) 油脂與堅果種子類(份) 油脂與堅果種子類(份) 油脂與堅果種子類(份) 油脂與堅果種子類(份) 2.5 水果類(份) 乳品類(份) 水果類(份) 乳品類(份) 水果類(份) 乳品類(份) 水果類(份) 乳品類(份) 水果類(份) 乳品類(份)

(+)

(素食) 素食28人 10

日期]	11月3日	星期一		1	1月4日		星期二			1月5日	星期三			1	1月6日	星期四		1	1月7日		星期五	Ĺ
人數			素食28人(備份15)				素食28人(備份	15)				素食28人(備份15))				素食28人(備份15				素食28人(備	份15)		
項目	菜名	烹調法	材料	採購量(kg)	菜名	烹調法	材料		重量(kg)	菜名		材料	重量(kg)			烹調法	材料	重量(kg)	菜名	烹調法	材料		重量((kg)
主食	白米飯	蒸			五穀飯	蒸	五穀米+白米			麵食				糙米	长飯	,,,,	糙米+白米		米食		白米			
主	韓		, ,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,	1	花			0 1	1	青		白細圓麵 0		金	È		南瓜 110	3	肉		W 1 1 2	45	<u>l</u>	
菜	式		紅蘿蔔 6		生			5 1	1	醬		洋芋(去皮) 23		沙	テ		鹹蛋 20	1	羹		79/0 47 174	5		
	豆		小黄瓜 20		豆		毛豆仁 1	5 (0.4	義		蕃茄 9		库					飯		大白菜	33		
	腐		韓式辣椒粉 1		千		不辣椒椒 2	(0.1	大		玉米筍 6		瓜							金針菇	7		
	//3				'					利		素火腿 16	0.4	16	,,,						豆芽菜	6		
												杏鮑菇 6									紅蘿蔔	6		
		炒				炒				麵	拌	甜椒 32	1			炒				拌	乾木耳絲	1		
		7.9				7.9					11	九層塔 0				7.7				11		0		
												素濃湯粉 17	1 包								素油蔥酥-大	1	ī	包
												麵粉 17												
												奶精												
												顆粒黑胡椒												
												青醬醬包1K												
												奶油												
混	蒸		維蛋 48		螞		冬粉			素		素鍋貼	56 份	義	Ę.		玉米粒 45		素		生豆包	55 2	28	份
合	蛋		三色豆 10	0. 2	蟻		素火腿 20	0 1	1 支	鍋		備品	15*2 份				碎豆干 13		蒲		備品	17	15	份
菜	Э.		玻璃紙		上		高麗菜			貼			,	一次				0.4	鰻		壽司海苔(10入)			包
		44	7.0		一樹		紅蘿蔔			ХU	.,						洋芋 12	0.3	魚					
		蒸			彻	炒	乾木耳絲				炸			世	9	炒	杏鮑菇 6	0. 2	,,,,	炸				
																	蕃茄醬-大 1							
青	炒		芥藍菜 76		炒		空心菜 7	6		炒		高麗菜 76		Ξ	_		豆芽菜 57		炒		青江菜	76		
菜	芥			0. 2	空		薑絲	(0.2	高		紅蘿蔔 4		絲			紅蘿蔔 4		青		薑絲	1	0.2	
	藍				心					麗	炒	薑絲	0.2	銀		炒	木耳絲 3		江					
	菜	炒			菜	炒				莊菜	メツ					メグ		0.2	菜	炒				
	木				木					木				7	۲				木					
湯	海		海带芽 1		皮		皮絲(泡) 3	0 1	1	南		南瓜(去皮) 28		青	=		山粉圓 4		可		可樂餅	50		份
	芽		細味噌 10		絲		枸杞 1	1	1 雨	瓜		雞蛋 11	0.3	虫			二砂糖/散(提前送) 29	袋	樂		備品			份
	味		薑 絲 13		枸		紅蘿蔔	7 (濃		紅蘿蔔 5		一下				·	餅					
	噌				杞		金針菇	14 (0.4	湯		素濃湯粉 20	1 包		~	_			WI					
	湯	煮			沿湯	煮	22 1 / 2/2			1795	煮	71 176177 174		<u></u>	^	煮				煎				-
	130				130																			-
																								-
																								-
其		1	五穀米(週二用)4			1				水	果	水果											-	
他										,													-	
誉			熱量(大卡)	781.5		-	熱量(大卡)		800		177	熱量(大卡)	704			177 .	熱量(大卡)	840		117 C	熱量(大卡)		75	
養		蛋白 胎	白質佔熱量比例(%) 肪佔熱量比例(%)	16. 3% 28. 8%		蛋白 胎	項佔熱量比例(%) 防佔熱量比例(%) 類佔熱量比例(%)		16. 2% 28. 1%		蛋白脂	質佔熱量比例(%) 坊佔熱量比例(%) 類佔熱量比例(%)	12. 6% 28. 8%			蛋白脂	質佔熱量比例(%) 方佔熱量比例(%) 頁佔熱量比例(%)	16. 3% 27. 9%		蛋白 脂	質佔熱量比例(%) 防佔熱量比例(%)		17. ² 32. 2	
分		醣	類佔熱量比例(%)	52.5%		醣	類佔熱量比例(%)		28. 1% 53. 3%		醣类	類佔熱量比例(%)	56.5%			醣类	頂佔熱量比例(%)	53. 3%		醣类	類佔熱量比例(%)		47. 9	
析	全穀	雜糧類 蛋肉組	斯(份) 斯(份)	6. 2 2. 5	全穀箱	锥糧類 蛋肉類	i(份) i(份)	9	3. 5 2. 5	全穀雜 豆魚蛋	■糧類 - 肉類	(份) (份)	5. 2 1. 5	全集	穀雜鱼居	糧類肉類	(份) (份)	2.7	全穀祭	<u>推糧類</u> →肉類	(份) (份)		5. 5 2. 9	
	蔬菜	類(份))	1 9	蔬菜类	類(份)		1		蔬菜類	i(份)		1. 3	蔬菜	菜類	(份)	\ P\$ /	2. 7 1. 4 2. 5	蔬菜类	頁(份)		1	. 6	
		與堅果 類(份)		2. 5		與堅果 類(份)	:種子類(份) 	2	2. b	油脂與水果類		種子類(份)	3			堅果: (份)	種子類(份)	2. 5		具堅果 頁(份)	種子類(份)	- 2	2.5	
	乳品	類(份))		乳品类	類(份)	1			乳品類	(份)		*	乳品	品類	(份)			乳品类	頁(份)		C	į .	

(+-)素食28人 10

日期		11	月10日	星期一		1	1月11日		星期二	i i		1月12日 1月12日	•	星期三				1月13日		星期四		1			星期五
人數			1272人(備30)+				★1272人(備30)+対	素食28				食1272人(備30)+-	素食28					≥1272人(備30)+素食					食1272人(備30)	+素食28	
項目	菜名			採購量(kg)菜名	烹調法			重量(kg)	菜名						菜名	烹調法				菜名	烹調法			重量(kg)
主食			白米		五穀飯	_				麵食					U,	糙米飯		糙米+白米			米食				
主	蔥		腿仁丁	75 95	蒲		蒲燒烏魚片	70	1282 份	肉		黄油麵	189	240		洋	7.11)	76	臘	,,,,	碎培根	8	10
菜	油		洋蔥(去皮)				備品		30 份	燥		絞肉		57		蔥		洋蔥(去皮) 15			味		火腿丁		10
				7 8	烏		1 111 00		00 1/3			洋蔥(去皮)		45				紅蘿蔔 2		3			香腸		10
	雞		顆粒黑胡椒							麵		蒜米		1		炒)		蛋		玉米粒		18
				2 3	片片							<u>林小</u> 青蔥	2	2		肉		青蔥 1		<u> </u>	炒		洋蔥(去皮)) 15	18
			月心	2 0	_ ^					1		油蔥酥-大		3	包	片		月恩		I .	飯		維蛋		29
												油恩卧-入		D.	ಲ						-		<u>井</u> 茧	1	1
		炒				蒸				-	炒						炒					炒		1	1
																							7/\ /\	1	1
混合菜	三色炒		維蛋 皮蛋 鹹蛋	55 70 11 14 8 10	港式河		河粉 高麗菜 皮絲(泡)	33	23 42 6	滷油豆		四角油豆腐備品	55	1310 45	份份	海带三		白豆干絲 28 海帶絲 37 紅蘿蔔 3	7 .	36 47 4	香酥蝦		香酥蝦排備品	60	1282 份 30 份
		ĺ	青蔥	2 3			紅蘿蔔	2	3							-		蒜米 1		1					
	蛋	炒	7 2	2 0	— 粉	炒	冬蝦		0. 5	腐	滷					絲	炒	かい -		L	排	炸			
					煲		乾木耳絲	1	1 包																
							油蔥酥-大		3 包																
							辣豆瓣醬	2	1 罐																
青	1.1		大白菜	76 97					97	炒		福山萵苣	70	0.7		1.1		油菜 76	3	0.7	炒		芥藍菜	76	0.7
菜	炒		紅蘿蔔	4 6	炒				0.8	1 1		福山尚 <u></u> 蒜米	10	91		炒		蒜米 1		0. 8	-		<u>乔監米</u>		
210	大			4 6	菠		称	1	0.8	福		称 	1	υ. δ		油		杯 1		J. 8	芥		亦小	1	0.8
	白	炒	个 牛絲		菜	炒				山	炒					菜	炒				藍	炒			
	菜	•	蒜米	0.0						萵											菜				
										苣															
			. 11. 4			1								1											
湯	黄		大黄瓜	38 48	榨		榨菜絲	13	17	香		鮮香菇	4	4		珍			17		蘿		白蘿蔔		51
	瓜		珍珠魚丸	10 13	菜		肉絲	6	8	菇		腿仁丁		25		珠			1		蔔		排骨小丁	8	10
	魚				肉		金針菇	3	4	雞		薑母	1	1		奶		統一鮮奶2L 52	2	33 罐	排				
	丸	煮			絲	煮	青蔥	1	1	湯	煮					茶	者	二砂糖/散(提前送) 29	9	1 袋	骨	者			
	湯	<u>A</u> .			湯湯	漁				193	魚					/N	11.			•	湯	魚			
	177				197					1											120				
										1				1											
					1					1											1				
其			燕麥(週二用)	4 4		1	1			1		+		+								J			
他			杰多(週一用)																						
			熱量(大卡)	790			→ 数量(大卡)		790			熱量(大卡)		649	9			数量(大卡)		798. 5			執量(大卡)		780
營養		蛋白	質佔熱量比例(%)	18. 4%		蛋白	質佔熱量比例(%)		16. 2%		蛋	白質佔熱量比例(%)		15. 1	1%		蛋白	質佔熱量比例(%)		16. 3%		蛋白	可佔熱量比例(%	5)	17.1%
· 查		脂脂	質佔熱量比例(%) 方佔熱量比例(%) 類佔熱量比例(%)	33.6%		脂	熱量(大卡) 1質佔熱量比例(%) 防佔熱量比例(%) 類佔熱量比例(%)		28. 5% 52. 9%		脂	白質佔熱量比例(%) 防佔熱量比例(%) 類佔熱量比例(%)		29. 8	3%		脂质	熱量(大卡) 質佔熱量比例(%) 防佔熱量比例(%) 腹佔熱量比例(%)		28. 5%		脂	肪佔熱量比例(%)		34. 6% 45. 9%
析	全勢並	課業 編編額(與佔熱童比例(%) (份)	15.5	全船	強 器 類	類佔熱重比例(%) i(份)		lb 5	全勢:	離輪縮維	: 類佔熱重比例(%) 頁(份)		5. 2	1 /0	全勢等	翻 維編類	明10 熱重比例(%) (份)			全勢:	18 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3	類怡熱重比例(%) ⅰ(俗)		45. 9% 5. 5
471	豆魚蛋	肉類((份)	3. 4	豆魚	蛋肉類	(份)		2. 5 1. 4	豆魚	蛋肉类	頁(份)		1. 8		豆魚	蛋肉類	(份) (份)	- 5	2. 4	豆魚	蛋肉類	i(份) i(份)		3
	蔬菜类	(份)	種子類(份)	3. 4 1. 5 2. 5	蔬菜	類(份)	種子類(份)		1. 4 2. 5	蔬菜	類(份) 県 種子類(份)		1. 5		蔬菜类	類(份)	種子類(份)		2. 4 1. 4 2. 5	蔬菜	類(份)) .種子類(份)		1.4
	水果类	(份)		Δ. θ	水果	類(份))		4. U		與堅差 類(份			Δ. θ		水果乳	類(份)				水果	類(份))		0
	乳品类	(份)			乳品	類(份))			乳品						乳品类	類(份)		- (). 2	乳品	類(份))		0

日其		11	月10日	星期一		1	1月11日	星期二	1	11月12日		星期三	Ī		1月13日		星期四		1	1月14日	星	上期五
人妻		- 11	素食28人(備份)				素食28人(備份15)			素食28人(作		王州—			素食28人(備	份15				素食28人(備份	_	- 29/1 - 12
	菜名	烹調法	材料	採購量(kg)	菜名	烹調法		重量(kg)	菜名	烹調法 材料	,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,	重量(kg)	菜名	烹調法		,	重量(kg)	菜名	烹調法			重量(kg)
主食			白米		五穀飯		燕麥+白米		麵食				糙米飯		糙米+白米			麵食				
主	天		牛蒡 85	2	沙		油腐丁 68	2	肉	黃油麵	189		彩		彩椒	42	1.2	素		碎豆輪 20	1	
菜	婦		杏鮑菇 65	2	茶			0.3	燥	小黄瓜	18 (0. 5	椒		素肚	55	1.5	蛋		素火腿 15	0.	4 支
	羅		粘師傅	1 包	油			0. 2	索素	皮絲(泡)		1.0	炒炒		毛豆仁	15	0.4	炒		甜椒 25		
	涯		, , , , ,	1 0	一腐		素沙茶醬-中	1 罐	- 麵	九層塔		0. 04	素				0.1	一飯		玉米粒 14		
					<i>一</i> /肉		**************************************	т т	廽	乾香菇絲). 1						収		毛豆仁 13	0.	4
										素油蔥酥-大		<u></u> [包	肚							雞蛋 23		
		炸				炒								炒					炒			
					-				1													
					-				1				1									
混	_		維蛋 50		, HŁ		河粉 18		, E	四角油豆腐	70		:4		白豆干絲	25		,bL		金針菇 50	1.	1
合	三		<u>維金 50</u> 皮蛋 11		_ 港		<u> </u>		滷	借品	10		海		海带絲	35		炸		起司酥炸粉	1.	<u>4</u> 包
菜	色				式		内析 33 皮絲(泡) 5		油	7用 ロロ			帶		紅蘿蔔	35		金		起可卧炸粉	1	₽.
	炒		鹹蛋 8		河				豆				三			2	0 1	針				
	蛋	炒			粉	炒	1 WE 11.7		腐	滷 ————			絲	炒	薑絲	Z	0. 1	菇	炸			
					煲			- ,														
					_		素油蔥酥-大3	1 包										_				
							辣豆瓣醬 1															
	l		1 / 2		1		1			15 1 tt tt					vi #			.		***		
青菜	炒		大白菜 76		炒		菠菜 76		炒	福山萵苣	76		炒		油菜	76		炒		芥藍菜 76	_	
木	大		紅蘿蔔 4		菠		蒜米 1		福	薑絲	(0.2	油		11.11	1		芥		蒜米 1		_
	白	炒	木耳絲 4		菜	炒	薑絲	0.2	山	炒			菜	炒	薑絲		0.2	藍	炒	薑絲	0.	2
	菜	.,	薑絲	0.2		.,			萵					'				菜	.,			
									苣													
									_													
湯	黄		大黄瓜		榨		榨菜絲 13		香	鮮香菇			珍		小珍珠	17		蘿		白蘿蔔 45		
	瓜		秀珍菇 11	0.3	菜		金針菇 5		菇	素羊肉		0.4	珠		紅茶包-大	1		蔔		玉米圈 62	2	
	珍				金		冬粉 7	0.2	什	薑母	6 (0.2	奶		統一鮮奶2L	51		玉				
	菇	**			菇	**			錦	* 牛蒡	12 (0.3	茶	煮	二砂糖/散(提前送)	29		米	者			
	湯	煮			湯	煮			湯	煮			- //	魚				湯湯	煮			
	127				120				120									170				
					1				1				1									
					1				1				1									
其			燕麥(週二用)4										1	1					1			
他			, (~-/N) 1																			
誉			熱量(大卡)	790			熱量(大卡)	790		熱量(大卡)		649			熱量(大卡)		798.5			熱量(大卡)		780
養		蛋白	質佔熱量比例(%)	18. 4% 33. 6%		蛋白	質佔熱量比例(%)	16. 2% 28. 5%		蛋白質佔熱量比例(%))	15. 1% 29. 8%		蛋白	質佔熱量比例(%)		16. 3% 28. 5%		蛋白	自質佔熱量比例(%)		17. 1% 34. 6%
分		所 語类	方佔熱量比例(%) 領佔熱量比例(%)	45. 6%		語	防佔熱量比例(%) 類佔熱量比例(%)	28. 5% 52. 9%		脂肪佔熱量比例(%) 醣類佔熱量比例(%)		29. 8% 52. 7%		語	肪佔熱量比例(%) 類佔熱量比例(%)		28. 5% 52. 8%		醣	肪佔熱量比例(%) 類佔熱量比例(%)		45. 9%
析	全穀祭	1糧類	(份)	5 5	全穀雜	維糧類	(份)	6. 5	全穀	維糧類(份)	5	i. 2	全穀	雜糧類	i(份)		6. 4 2. 4	全穀	雜糧類	(份)	5. 5	
	豆魚蛋蔬菜类	(内類 ((((() () () () () () ()	(份)	3. 4 1. 5 2. 5	丑 魚 至 菇 菜 生	蛋肉類 類(份)	(竹)	2. 5	丑魚 蓋 萎	蛋肉類(份) 類(份)	1	. 8	丑魚 蔬菜	蛋肉類 類(份)	(份)		2. 4	丑魚	蛋肉類 類(份)	(份)	3 1.4	1
	油脂剪	1堅果	種子類(份)	2. 5	油脂卵	與堅果	種子類(份)	1. 4 2. 5	油脂具	與堅果種子類(份)	2	. 5 2. 5	油脂	與堅果	.種子類(份)		1. 4 2. 5	油脂	與堅果	·種子類(份)	3	-
	水果类乳品类	(份)				類(份) 類(份)				類(份) 類(份)				類(份) 類(份)			0. 2	水果乳品	類(份) 類(份)		0	
	イレロロ矢	a(17)			76003	ot (171)			1しロロラ	9R (1/J /			7600	双门刀 /	*		0.4	1000	KSR (177)	/	U	

素食28人 №

日期	4	1	1月17日	星期一		1	1月18日		星期二	<u> </u>		<u>15 「及れ 5</u> 1月19日		明三	Ť	1	1月20日	星期口	9		1	1月21日		星期五	:
人數			★1272人(備30)+素食				食1272人(備30)+-	素食28				≥1272人(備30)+素食28		. •			★1272人(備30)+素食28					食1272人(備30)+	素食28		
項目	菜名	烹調法	材料	採購量(kg)	菜名	烹調法	材料		重量(kg)	菜名	烹調法	材料	重	量(kg)	菜名	烹調法	材料	重量	(kg)	菜名	烹調法	材料		重量((kg)
主食	白米飯	蒸	白米		五穀飯	蒸	胚芽米+白米			麵食					糙米飯	蒸	糙米+白米			米食					
主	咕		去皮雞丁 75	95	回		肉片	60	76	紅		白扁麵 190	242		蒜		水鯊魚片 80	1281	份	打		絞肉	60	76	
菜	咾		洋蔥(去皮) 20	25	鍋		洋蔥(去皮)	32	41	燒		肉丁 35	45		香		備品	30	份	抛		洋蔥(去皮)	25	32	
	雞		毛豆仁 2	_	肉		紅蘿蔔	2	3	豬		小排骨 14	18		蒸		蒜米 2	2		豬		九層塔	1	1	
	丁		鳳梨罐-大 8	3 罐	- 1~1		金針菇	3	4	肉		洋蔥(去皮) 12	15		魚魚		薑絲 1	1				辣椒	0	0.4	
	1		蕃茄醬-大 4				書 蔥	1	2			白蘿蔔 28	36		黒			1		肉		青蔥	1	1	
			蒜米 1	- р-			蒜米	1	1	麵		紅蘿蔔 2	3							飯		蒜米	1	1	
			141.51	1			甜麵醬-大		3 罐	1		酸菜絲 10	13		1					1		油蔥酥-大	2	3	包
		溜				炒	辣豆瓣醬-大	2	1 罐	1	煮	蕃茄 3	1		1	蒸				1	炒	蕃茄		13	
							7个工厂 图 八		1 '-			番母 1	1									檸檬汁1L	3	10	瓶
					-					1		辣椒 1	0.8		1					1		行(水/ 1L	0	4	/ILG
												蒜頭 1	0.8												
												蕃茄醬-大 6	3	罐											
												辣豆瓣醬-大2	1	罐	1					1					
					-					1		 林 互 洲 酋 一 入 □	1	唯	1					-					
混	<i></i>		板豆腐4.3K 80	24 板	菜		菜脯	15	19	ΡE		馬拉糕 60	131	0 份	#_		大黄瓜(去皮) 70	89		NE.		雞翅		1282	1/2
合	30			15 枚	米		発蛋	50	64	馬		備品 60	45				肉片 8	10		滷		# Z		30	份
菜	常				朋 蛋		紅蘿蔔	2		拉		/用 ロロ	40	份	瓜		<u> </u>	6		雞		7角 00		30	份
	豆			•					3	糕					゠			-		翅					
	腐	燴	青蔥	1 1		炒	青蔥	2	3		蒸				鮮	燴	鮮香菇 5	6			滷				
										_					1		青蔥 1	1		-					
										-					_					-					
										-					_					-					
			+ , ++									1 . 1 . 4					1+ 1+ 1+					1 / 1			
青菜	炒		青江菜 76	٠,	炒		空心菜		97	炒		蚵白菜 76	97		炒			97		炒		大白菜		97	
米	青		蒜米 1	0.8	空		蒜米	1	0.8	蚵		蒜米 1	0.8		芥		蒜米 1	0.8		大		紅蘿蔔	4	6	
	江	炒	1		Ü	炒				白	炒				藍	炒				白	炒	木耳絲	4	6	
	菜				菜	~				菜	-/				菜	-/				菜	-	蒜米	1	0.8	
] '										1					
湯	竹		筍片 30	38	莧		莧菜(履歷)	20	25	燒		燒賣 45	128		綠			20		海		海带芽	1	1	
	筍		大骨 6	7	菜		吻仔魚	2	2	賣		備品 0	30	份	豆		地瓜(去皮) 15	19		芽		雞蛋	10		
	大				吻		雞蛋	8	10						地		二砂糖/散(提前送) 29	1	袋	蛋		青蔥	1	0.7	
	骨	₩.			魚	**					42				瓜	**				花	**				
	湯湯	煮			羹	煮					蒸				湯	煮				湯	煮				
	120														120					120					
										1					1					1				<u> </u>	
										1					1					1					
其		1	胚芽米(週二用) 4	4		1				水	果	水果	131	0 份	1	1				1	1			1	
他			- 4 /h (~- /h) 1	1						1,10	-1-	11-11-	101	0 1/3						1				1	
誊			熱量(大卡)	787.5			熱量(大卡)		715			熱量(大卡)		807. 5			熱量(大卡)		2.5			熱量(大卡)		78	
養			明信熱量比例(%)	18. 4% 33. 7%		蛋白	明化熱量比例(%)		15. 9%		蛋白	質佔熱量比例(%)		15. 0% 27. 3%		蛋白	質佔熱量比例(%)		. 5% . 4%		蛋白	自質佔熱量比例(%)	18. 4 33. 3	
分			肪佔熱量比例(%) 類佔熱量比例(%)	45. 5%		語	肪佔熱量比例(%) 類佔熱量比例(%)		29. 6% 52. 0%		所 醣	防佔熱量比例(%) 類佔熱量比例(%)		55.5%		語	肪佔熱量比例(%) 類佔熱量比例(%)		6%		鸸	肪佔熱量比例(%) 類佔熱量比例(%)		45.	
析		維糧類	i(份)	5. 5	全穀	雜糧類	i(份)		5. 5	全穀雜	1種類	(份)	6			雜糧類	i(份)	6.5			雜糧類	頁(份)		5. 5	
		蛋肉類 類(份)		3. 4		蛋肉類類(份)			2. 2 2. 1	豆魚蛋 蔬菜類	★肉類 (俗)	(份)	2. 4			蛋肉類 類(份)		2. 2			蛋肉類類(份			3. 4 1. 3	
	油脂	與堅果	.種子類(份)	2. 5	油脂	與堅果	種子類(份)		2. 5	油脂剪	具堅果	種子類(份)	2. 5		油脂!	與堅果	.種子類(份)	2. 5		油脂	與堅果	【種子類(份)		2.5	
	水果	頃(份))		水果	類(份))		1	水果類	頁(份)		1		水果	類(份))			水果	類(份))		0	

日期		11	1月17日)	星期一		1	1月18日	.,	星期二	 		1月19日		星期三	7/5	<u>'</u>	1	1月20日		星期四		1	1月21日		星期五
人數		1.	素食28人(係		上列		1.	素食28人(借份15				素食28人(1	結份15				1.	素食28人(係	吉俗15			1	素食28人(係	告份15)	
	菜名	亨博法			採購量(kg)	並々	烹調法		104 107 10	重量(kg)	並夕	烹調法		M 1/1 10	重量(kg	r) :	菜名	亨訓法	1	9 1/3 10	重量(kg)	並々	烹調法		9 1/3 10/	重量(kg)
主食			白米		1/1/47 王 (118)	五穀飯		胚芽米+白米		王王(118)	麵食		44.41		王王(118		补 米飯		糙米+白米		至主(118)	米食		白米		± ± (118)
主	咕	NW.	豆腸	75 2		回	Nu.	豆干片	50	1	紅紅	NEC.	白扁麵	190			炒	344	素米血丁	20	0.6	素	Nu.	素皮絲	13	0.4
菜			紅甜椒	30 1				<u>五 万</u> 鮮香菇	20	0.6	-		杏鮑菇	33	1				豆皮結	50	1.4			香菜	25	1 把
	咾		小黄瓜	50 1		鍋		紅蘿蔔	2	0.0	燒		素皮絲(乾)		0.3		豆		鴻禧菇	10	0.3	打		九層塔	20	1 10
	豆		<u> </u>	00 I		豆		金針菇	3		素		素火腿		0.3		皮		紅蘿蔔	5	0.0	抛		辣椒		
	腸		蕃茄醬-大			干		甜麵醬-大		罐	麵		白蘿蔔	34	0. 0		結		紅維副	0		豬		素油蔥酥-大	9	1 包
			雷加西 八					<u> </u>		罐			紅蘿蔔	2										蕃茄	10	1 6
								採 旦 辧 酱 - ブ		冲 焦	-		酸菜絲	10											4	
		溜					炒				-	燒	蕃茄	3				炒					炒	檸檬汁1L	24	1
											1													碎干丁	24	1
						_					1			1								-				
													辣椒	1												
											1		蕃茄醬-大									4				
											_		辣豆瓣醬-大	2								_				
						1																1				
混	家		板豆腐4.3K	80		菜		菜脯	15		馬		馬拉糕	14		份	奶		大黄瓜(去皮)	70		炸		板豆腐4.3K	85	1 板
合	常		秀珍菇	15 0.	4	崩		維蛋	50		拉		備品			-	油		紅蘿蔔	3		豆		炸酥粉		1 包
菜			鮮香菇	6	<u>, T</u>	蛋蛋		紅蘿蔔	8		私		175 00				大		金針菇	10				7 1 11/1/2		1
	豆		\"\ H XB					()一())	2		杰								太白粉			腐				
	腐	燴					炒				1	蒸					黄	燴	八口初				炸			
											1						瓜									
						_					1															
						-																1				
青	炒		青江菜	76		炒		空心菜	76		炒		蚵白菜	76			炒		芥藍菜	76		炒		大白菜	76	
菜	青		善 絲		. 2	空空		薑絲		0.2	蚵蚵		薑絲		0.2		が		薑 絲		0. 2	大		紅蘿蔔	4	
			更 "小	0.	. 4			直吻		0.2			国 "小		0. 2				田 小小		0.2	白白		木耳絲	4	
	江	炒				<u>ن</u> ،	炒				白	炒					藍	炒					炒	薑絲		0.2
	菜					菜					菜						菜					菜		重响		0.2
						=					Ī															
湯	竹		筍片			莧		莧菜(履歷)	20		素		素燒賣	45	28	份	綠		綠豆(提前送)	16		海		海带芽		
			鮮香菇	10 0.	. 3	菜		金針菇		0.1	焼		備品				豆		地瓜(去皮)			芽		維蛋		
	鮮		. 1 4 30			金		維蛋	8	0.1	一賣		04 =:		10		地地		二砂糖/散(提前送)			蛋		77 2		
						菇					貝								, 121 MC(1211 C)							
	菇	煮				羹	煮					蒸					瓜	煮				花	煮			
	湯					- ^					1						湯					湯				
			-			\exists					1								-			1				
						-					1											1				
其		L	胚芽米(週二用)	4		1	L				zk	果	水果									1	1			
他			~ 4 (4 - 11)	*							1	715	12.70						1							
誉		π,	熱量(大卡)		787.5			熱量(大卡)	\	715		T. ,	熱量(大卡)		807. 5			12'	熱量(大卡)		772.5			熱量(大卡)		785 18. 4%
養		蛋白脂	g 佔熱量比例(%) 肪佔熱量比例(%)		18. 4% 33. 7%		蛋白)質佔熱量比例(% 肪佔執量比例(%))	15. 9% 29. 6%		蛋白	与質佔熱量比例(%) 肪佔熱量比例(%))	15. 0% 27. 3%			蛋白	實佔熱量比例(%) 肪佔執量比例(%)		15. 5% 27. 4%		蛋白	ョ質佔熱量比例(%) 肪佔執量比例(%)		18. 4% 33. 8%
分		醣类	肪佔熱量比例(%) 類佔熱量比例(%)		45.5%		醣	防佔熱量比例(%) 類佔熱量比例(%)		52.0%			肪佔熱量比例(%) 類佔熱量比例(%)		55. 5%				肪佔熱量比例(%) 類佔熱量比例(%)		54.6%		醣	肪佔熱量比例(%) 類佔熱量比例(%)		45. 4%
析		維糧類 番肉類	(份)	5. 3.			維糧類 番肉類	(份)		5. 5 2. 2		維糧類	(份) (份)		6 2.4		全穀雜 豆魚蛋				6. 5 2. 2		雜糧類 蛋肉類	i(份)		5. 5 3. 4
		<u> </u>		3. 1.			<u> </u>			2. 2		<u> </u>			1.4		<u>旦庶鱼</u> 蔬菜类				1.6		<u> </u>			1.3
	油脂皂	與堅果	種子類(份)	2.		油脂卵	與堅果	種子類(份)		2. 5	油脂!	與堅果	· 種子類(份)		2. 5	ž	油脂剪	!堅果	.種子類(份)		2. 5	油脂	與堅果	:種子類(份)		2.5
	水果乳	頭(份)				水果类	頤(份)				水果	類(份))		1	7	水果类	(份))			水果	類(份))		0

(十三) 素食28人 10

日期		11	月24日	足上	期一		1	1月25日	星期二	1		14 <u>4 千 尺 矛</u> 11月26日	•	星期三			1	1月27日	星期四		1	<u> </u>		星期王	7
人數			1272人(備30)+素					₹1272人(備30)+素食				食1272人(備30)+	素食28					1272人(備30)+素食2				食1272人(備30)·	+素食28		
項目	菜名		材料		購量(kg)	菜名	烹調法		重量(kg)	菜名	烹調注	1	7. K	重量(菜名	烹調法		重量(kg)	菜名	烹調法		. A. M	重量	
主食	白米飯		白米			五穀飯		五穀米+白米			煮				-	糙米飯		糙米+白米		米食		白米			
主	香		雞腿丁	75 95		京		肉絲 60	76	麵		紅麵線	36	46		鐵		骨腿丁 75	95	皮		皮蛋(前一天送) 10	182	個
菜	菇			23 29		醬		洋蔥(去皮) 15		線		肉羹	20	25		板		杏鮑菇頭 10	13	蛋		鹹蛋(前一天送		60	個
	鮮			6 7		肉肉		青椒 10				乾木耳絲	1	1	包	雞		蒜仁 1	1	瘦		肉絲		19	11-4
		L		1 1				甜麵醬-大 8		791		乾香菇絲	0	0.4					23	肉		玉米粒	7	9	
	筍	-	<u> </u>	- 1		絲		豆瓣醬-大 8				高麗菜		18		丁		顆粒黑胡椒 1	1 包	粥		維蛋	8	10	
	雞	ŀ							0 7			紅蘿蔔	2	3				薑 母 1	1	1		紅蘿蔔	2	3	
		ŀ										油蔥酥-大	1	2	包			面 4	1			魚板	4	4	
		燉					炒				煮	沙茶醬-大	3	1	罐		炒				煮	鮮香菇	5	6	
		-				-						ラボ B ス	1	1	- д							大白菜		32	
		-				-						74,770													
混	麻		板豆腐4.3K	90 27	板	玉		絞肉 10	13	蜜		蜜汁豆干	50	1310	份	番		蕃茄 30	38	香		虱目魚排	60	1282	份
合	婆			6 7	112	1		玉米粒 38				備品	0	30*2	<u>勿</u>			新蛋 50	64	1		備品	00	30	<u>初</u> 份
菜	豆豆			5 2	罐	米		紅蘿蔔 2		汁		1角 00	U	30.1.7	773	茄		青蔥 1	1	酥		1用 00		30	17]
	腐腐	Ŀ		3 1	罐	肉		洋芋(去皮) 17	•	豆						炒		月恩	1	虱					
	/肉	炒		1 1	碓	末	炒	青蔥 1		— 干	滷					蛋	炒			目	炸				
			7, 19			-										-				魚 排					
青	炒		福山萵苣	76 97		炒		高麗菜 76	97	炒		青江菜	76	97		炒		蚵白菜 76	97	炒		油菜	76	97	
菜	福		蒜米	1 0.8	}	高		紅蘿蔔 4		青		蒜米	1	0.8		蚵		蒜米 1	0.8	油		蒜米	1	0.9	
	山	炒				麗	炒	蒜米 1	0.8	江						白	炒			菜	炒				
	萬	キシ				菜	キシ			- 菜	炒					菜	キウ				火火				
		F				木				一木						木									
	苣																								
湯	白		大白菜	25 32		酸		肉絲 3	4	沖		黑糖捲	60	1310	份	黑		粉條 14	17	滷		花枝丸*1	25	1281	份
	菜	F	玉米圏	15 19		辣		豬血 10	13	繩		備品		45	份	糖		小珍珠 6	8	花		備品		30	份
	鮮		乾木耳絲	1 1	包	湯		板豆腐4.3K 30	9 板	黒						粉		冬瓜糖塊 4	10 塊	枝					
	蔬		紅蘿蔔	2 3		1//		雞蛋 8		無						條		黒糖 4	10 包	九					
			大骨	6 7			煮				蒸					湯	煮	二砂糖/散(提前送) 29	1 袋	7.	滷				
	湯	F	<i>,</i> , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	·				乾木耳絲 1	1.0									一分和旅代表而之)。	1 &						
		F				-		紅蘿蔔 2												-					
						1		√──	U							1			1	1					
其			五穀米(週二用)	4 4			l					優酪乳		1310	罐		1		†	1	1				
他			<u> </u>	- 4						溪	コロナし	及印化		1010	唯				1	1					
誉			熱量(大卡)		772			熱量(大卡)	767			熱量(大卡)		752.				熱量(大卡)	805.5			熱量(大卡)		788	
養		蛋白	質佔熱量比例(%)		17.5%		蛋白	質佔熱量比例(%)	16.5%		蛋白	白質佔熱量比例(%))	17. 5	5%		蛋白	質佔熱量比例(%)	16.8%		蛋白	g 質佔執量比例(%	5)	16.	6%
分		脂肪酸素	5佔熱量比例(%) 負佔熱量比例(%)		32. 1% 48. 0%		脂质	坊佔熱量比例(%) 類佔熱量比例(%)	29. 9% 51. 1%		脂	肪佔熱量比例(%) 類佔熱量比例(%)		31. 7 48. 9	(% 9%		脂质	防佔熱量比例(%) 類佔熱量比例(%)	29. 6% 51. 1%		脂	肪佔熱量比例(%) 類佔熱量比例(%)		33. 47.	
析	全穀雜	糧類(份)	5. 7		全穀箱	维糧類	(份)	6. 1	全穀	雜糧类	頭(份)		5		全穀箱	锥糧類	(份)	6. 4	全穀	雜糧類	i(份)		5.8	
	豆魚蛋 蔬菜類		份)	3					2. 6	豆魚	蛋肉类 類(份	類(份)		2			蛋肉類 類(份)		2. 8		蛋肉類 類(份)			2.8	
	油脂與	堅果和	重子類(份)	2. 5		油脂皂	與堅果	種子類(份)	2. 5	油脂	與堅界	果種子類(份)		2. 5		油脂皂	與堅果	種子類(份)	2. 5	油脂	與堅果	種子類(份)		3	
	水果類乳品類	(份)				水果类	類(份) 類(份)			水果	類(份 類(份	•)		1		水果乳	類(份) 類(份)			水果	類(份))		0	
	つしロロ 火帆	(1/1/				16009	OR (1/1)		1	11.00	水八刀	/		1		ブレロロ ラ	KR (III)		1	1600	7X (1/1)	,		V	

(十三) (素食) 素食28人 10

日期		1	1月24日 星期一		1	1月25日	星期二	İ	11月26日	星期三		1	1月27日	星期四		1	1月28日	星期五
人數			素食28人(備份15)			素食28人(備份15)		素食28人(備份15)				素食28人(備份15))			素食28人(備份15)	
項目	菜名	烹調法	材料 採購量(kg)	菜名	烹調法	材料	重量(kg)		烹調法 材料	重量(kg)	菜名	烹調法	材料	重量(kg)	菜名		材料	重量(kg)
主食		蒸	白米	五穀飯	蒸	五穀米+白米			煮		糙米飯	蒸	糙米+白米		米食			
主	香		烤麩 73 2	京			1.7	麵	紅麵線		鐵			2	皮		皮蛋(前一天送) 11	
菜	菇		鮮筍中丁	醬		鮮香菇 15	0.4	線	素肉羹 25	1	板		杏鮑菇頭 10		蛋		鹹蛋(前一天送)3	
	鮮		鮮香菇	豆		青椒 10		糊	素沙茶醬-大 5	1 罐	雞		西洋芹 30	1	瘦		•	0.4
	筍		薑母	干		甜麵醬-大 8	罐		乾木耳絲		丁		顆粒黑胡椒		肉		玉米粒 7	
	烤			_ '		豆瓣醬-大 8	罐		乾香菇絲] '		薑母		粥		雞蛋 12	
	麩								高麗菜 2								紅蘿蔔 6	
	<i>3</i> 2	燉			炒				紅蘿蔔			炒				者	鮮香菇 4	
		/4X			<i>''</i>				素油蔥酥-大	1 包		//				741	大白菜 5	
																	芹菜	0.2
混	麻		板豆腐4.3K 90	玉		熟花生 25	1	蜜	蜜汁豆干 50	份	蕃		蕃茄		鹽		杏鮑菇頭 50	1
合	婆		鮮香菇 15 0.4	米		玉米粒 38		汁	備品 0	份	茄		雞蛋		酥		- /\//\	2
米	豆		豆瓣醬	四四		紅蘿蔔 10		豆			炒				杏		九層塔 2	0.1
	腐	炒	辣豆瓣醬	色	炒	洋芋 17		干	滷		蛋	炒			鮑	詐		
		^2	香菜 1 0.5 把		1-7				///		五	1.7			菇	ēΕ		
															又占			
青	炒		福山萵苣 76	炒		高麗菜 76		炒	青江菜 76		炒		蚵白菜 76		炒		油菜 76	
菜	福		薑絲 0.2	高		紅蘿蔔 4		青	薑絲	0.2	蚵		薑絲	0.2	油		薑絲	0.2
	山	炒		麗	炒	薑絲	0.2	江	炒		白	炒			菜	炒		
	萵	//		菜	<i>''</i>			菜	~		菜	//				~/		
	苣							710			710							
	E																	
湯	白		大白菜 25	酸			0.2	沖	黑糖捲		黑		粉條 14		滷		海帶片 50	1. 4
	菜		玉米圏 15	辣		高麗菜 23	1	繩	備品		糖		小珍珠 6		海		備品 0	15 份
	鮮		乾木耳絲 1	湯		板豆腐4.3K 30		黑			粉		冬瓜糖塊 4		帯			
	蔬	煮	紅蘿蔔 2		煮	雞蛋 8		糖	蒸		條	煮	黑糖 4		片	滷		
	湯	247			7417	筍絲 8		捲	365		湯	741	二砂糖/散(提前送) 29]	10		
						乾木耳絲 1		1.5										
						紅蘿蔔 6												
其			五穀米(週二用)7					優	酪乳 優酪乳									
他							700	<u></u>			<u></u>		4. F. / 1. F.				4. 7 / 1	700 -
營		蛋白	熱量(大卡) 772 ョ質佔熱量比例(%) 17.5%		压台	熱量(大卡) 1質佔熱量比例(%)	767 16. 5%		熱量(大卡) 蛋白質佔熱量比例(%)	752. 5 17. 5%		蛋白	熱量(大卡) 1質佔熱量比例(%)	805. 5 16. 8%		蛋白	熱量(大卡) 1質佔熱量比例(%)	788. 5 16. 6%
養		脂	肪佔熱量比例(%) 32.1%		脂	防佔熱量比例(%) 類佔熱量比例(%)	29.9%		脂肪佔熱量比例(%) 醣類佔熱量比例(%)	17. 5% 31. 7% 48. 9%		脂	n質佔熱量比例(%) 肪佔熱量比例(%) 類佔熱量比例(%)	29.6%		脂	肪佔熱量比例(%) 類佔熱量比例(%)	33. 1%
分析	全部 加		類佔熱量比例(%) 48.0% (份) 5.7	全穀雜	糖類	類佔熱量比例(%)	51. 1% 6. 1	今 都	醣類佔熱量比例(%) 雜糧類(份)	48. 9%	今 都	離難類	類佔熱量比例(%)	51.1%	全都 ;	醣出		47. 9% 5. 8
杯	豆魚蛋	医肉類	i(份) 3	豆魚蛋	肉類	(份)	2. 6	豆魚:	蛋肉類(份)	2	豆魚	蛋肉類	(份)	2.8	豆魚!	医肉類	i(份)	2.8
		頭(份) 匈政里	1.4 注種子類(份) 2.5	蔬菜類	(份)		1. 3		類(份) 與堅果種子類(份)	1 2. 5	蔬菜	類(份)	1	1. 4 2. 5	蔬菜	頭(份)) :種子類(份)	1.5
	水果类	頭(份))	水果類	(份)	1	L. U	水果	類(份)	L. U	水果	類(份)	1	<u>.</u> . U	水果	頭(份))	0
	乳品类	頭(份))	乳品類	(份)			乳品	類(份)	1	乳品	類(份)	l .		乳品	頭(份))	0