

12月4日(星期一)			12月5日(星期二)			12月6日(星期三)			12月7日(星期四)			12月8日(星期五)					
人數	主餐	副餐	人數	主餐	副餐	人數	主餐	副餐	人數	主餐	副餐	人數	主餐	副餐			
1,818人	麥片飯	滷豆干海帶	1,818人	糙米飯	糖醋魚丁	1,818人	麵食	醬爆雞丁	1,818人	糙米飯	滷豆干海帶	1,818人	小米飯	什錦燒蘿蔔			
數量	114Kg	42Kg	數量	45包	6Kg	數量	220Kg	2Kg	數量	111Kg	40Kg	數量	100Kg	36Kg			
配 料	小豆干32g 海帶結 絞蒜仁 八角粒1斤南穎昌* 滷包-大10人母指	旗魚丁3K(含冰) 紅蘿蔔Q 洋蔥去皮(美*) 甜椒-彩色Q.* 薑片 蕃茄醬3.15K*可果	配 料	糙米飯	紅蘿蔔Q 洋蔥去皮(美*) 甜椒-彩色Q.* 薑片 蕃茄醬3.15K*可果	配 料	乾蝦仁 乾香菇絲(台灣) 肉絲3K包cas 紅蘿蔔.*Q 綠豆芽 洋蔥去皮(美*) 絞紅蔥頭* 韭菜-青頭O.*	配 料	素豆竹1.8K(包) 冬粉-大包3K龍口 金絲菇Q 酸白菜3K*素 紅蘿蔔Q 薑絲	配 料	大白菜去外葉Q.* 肉絲3K包cas 乾香菇絲(台灣) 高麗菜去外葉O* 薑片 枸杞(1斤包) 胡麻油約3L福壽	配 料	雙芋雞丁 雞胸丁"佳世福 雞(骨腿丁)佳世福 芋頭去皮O.* 馬鈴薯-洗皮.足* 絞蒜仁 青蔥	配 料	雙芋雞丁 雞胸丁"佳世福 雞(骨腿丁)佳世福 芋頭去皮O.* 馬鈴薯-洗皮.足* 絞蒜仁 青蔥	配 料	雙芋雞丁 雞胸丁"佳世福 雞(骨腿丁)佳世福 芋頭去皮O.* 馬鈴薯-洗皮.足* 絞蒜仁 青蔥
全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	5.1 2.5 1.3 0.8 614	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	5.2 2.4 1.6 1.0 3.0 779	全穀 豆魚 蔬菜 鮮奶 油脂 熱量	5.0 1.2 1.7 1.0 2.9 734	全穀 豆魚 蔬菜 鮮奶 油脂 熱量	5.6 2.3 1.9 1.0 2.4 781	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	6.8 2.1 1.5 2.4 780	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	5.1 2.5 1.3 0.8 614	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	5.6 2.3 1.9 1.0 2.4 781	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	6.8 2.1 1.5 2.4 780		

營養師: 營養師徐秀學 執行秘書: 秘書林雅琪 學務主任: 學務主任林居城 校長: 青埔國民小學 李安邦

青埔國小. 一一二學年第一學期學生午餐食譜設計表 (第十五週) 素食

12月4日(星期一)			12月5日(星期二)			12月6日(星期三)			12月7日(星期四)			12月8日(星期五)					
人數	主餐	副餐	人數	主餐	副餐	人數	主餐	副餐	人數	主餐	副餐	人數	主餐	副餐			
26人	麥片飯	滷豆干海帶	26人	糙米飯	糖醋魚丁	26人	麵食	醬爆雞丁	26人	糙米飯	滷豆干海帶	26人	小米飯	什錦燒蘿蔔			
數量	26人	0.1K	數量	2K	0.1Kg	數量	0.6K	2Kg	數量	1Kg	0.1Kg	數量	1Kg	0.1K			
配 料	小豆干32g 海帶結 薑片 八角粒1斤南穎昌*	洗選雞蛋"12K 洗選雞蛋(盤)30人 玉米粒富士鮮約1K 柴魚片-半斤 年糕紙"薄"	配 料	糙米飯	紅蘿蔔Q 甜椒-彩色Q.* 薑片 蕃茄醬(件)6入*	配 料	生豆包 乾香菇絲(台灣) 素油蔥 紅蘿蔔.*Q 綠豆芽	配 料	素雞丁 小黃瓜O.* 甜麵醬(9K)十全	配 料	素豆竹 山藥O 高麗菜去外葉O* 薑片 枸杞(1斤包) 胡麻油約3L福壽	配 料	雙芋雞丁 芋頭去皮O.* 馬鈴薯-洗皮.足*	配 料	雙芋雞丁 芋頭去皮O.* 馬鈴薯-洗皮.足*	配 料	雙芋雞丁 芋頭去皮O.* 馬鈴薯-洗皮.足*
全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	5.1 2.5 1.3 0.8 614	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	5.2 2.4 1.6 1.0 3.0 779	全穀 豆魚 蔬菜 鮮奶 油脂 熱量	5.0 1.2 1.7 1.0 2.9 734	全穀 豆魚 蔬菜 鮮奶 油脂 熱量	5.6 2.3 1.9 1.0 2.4 781	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	6.8 2.1 1.5 2.4 780	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	5.1 2.5 1.3 0.8 614	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	5.6 2.3 1.9 1.0 2.4 781	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	6.8 2.1 1.5 2.4 780		

營養師: 營養師徐秀學 執行秘書: 秘書林雅琪 學務主任: 學務主任林居城 校長: 青埔國民小學 李安邦