# 青埔國小.一一二學年第一學期學生午餐食譜設計表(第二十一週)

oal 預估總價: $383,377　　平均每日: $76,675　　平均每人每日: $42.5　　食材來源一律使用國產豬、牛肉

| | 1月15日(星期一) | | | 1月16日(星期二) | | | 1月17日(星期三). | | | 1月18日(星期四). | | | 1月19日(星期五). | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 人數 | 1,814人(預估:$78,856) | | | 1,814人(預估:$72,786) | | | 1,814人(預估:$94,023) | | | 1,785人(預估:$83,964) | | | 1,785人(預估:$53,748) | | |
| 主食 | 麥片飯 | | | 糙米飯 | | | 麵食 | | | 糙米飯 | | | 紫米飯 | | |
| 菜名 | 配料 | | 數量 | 菜名 | 配料 | 數量 | 菜名 | 配料 | 數量 | 菜名 | 配料 | 數量 | 菜名 | 配料 | 數量 |
| 主菜 | 麻油雞丁 | 雞胸丁"超秦 | 100Kg | 滷肉排 | 溫體瘦肉排8片 Q | 1814個 | 粄條湯 | 粄條(切) | 255Kg | 紅燒魚丁 | 旗魚丁3K(含冰) | 44包 | 鹽酥雞丁 | 雞胸丁"佳世福 | 182Kg |
| | | 雞(骨腿丁)超秦 | 36Kg | | 絞蒜仁 | 1.5Kg | | 乾香菇絲(台灣) | 1.5Kg | | 馬鈴薯-洗皮.足* | 50Kg | | 羅勒葉250g小磨坊 | 1包 |
| | | 凍豆腐丁 | 20Kg | | 辣椒(紅) | 0.3Kg | | 乾蝦仁 | 1.5Kg | | 紅蘿蔔Q | 8Kg | | 絞蒜仁 | 1.5Kg |
| | | 高麗菜去外葉Q* | 30Kg | | 滷包-大10入母指 | 1包 | | 肉絲*"cas | 24Kg | | 青蔥 | 1.5Kg | | 地瓜粉20K | 1件 |
| | | 薑片-老* | 3Kg | | | | | 綠豆芽 | 45Kg | | 薑絲 | 3Kg | | 太白粉20K | 1件 |
| | | 胡麻油約3L福壽 | 1桶 | | | | | 紅蘿蔔Q | 8Kg | | 絞蒜仁 | 1Kg | | | |
| | | 紅標料理米酒20入 | 1件 | | | | | 韭菜-青頭Q.* | 2Kg | | | | | | |
| | | | | | | | | 油蔥酥約5斤" | 1包 | | | | | | |
| | | | | | | | | 叉骨切cas | 6Kg | | | | | | |
| 副菜 | 蕃茄炒蛋 | 洗選雞蛋"12K | 108Kg | 炒年糕條 | 高麗菜去外葉Q* | 40Kg | 左宗棠雞 | 雞胸丁"佳世福 | 135Kg | 沙茶油腐 | 杏鮑菇-切塊Q | 21Kg | 白玉燒麵輪 | 麵圈-小 | 10Kg |
| | | 牛蕃茄Q.* | 72Kg | | 韓式泡菜3K* | 7包 | | 甜椒-彩色Q.* | 10Kg | | 小油豆腐丁. | 60Kg | | 白蘿蔔*去皮Q | 100Kg |
| | | 蕃茄醬3.15K*可果 | 2桶 | | 肉絲*"cas | 12Kg | | 小黃瓜Q.* | 30Kg | | 小甜不辣條3K.包 | 8包 | | 紅蘿蔔Q | 10Kg |
| | | | | | 韓式年糕500g長型 | 70包 | | 洋蔥去皮*加工 | 12Kg | | 米血糕3K如記(切) | 12包 | | 薑片 | 1.5Kg |
| | | | | | 紅蘿蔔Q | 5Kg | | 絞蒜仁 | 1Kg | | 沙茶醬3K*牛頭 | 2桶 | | 滷包-大10入母指 | 1包 |
| | | | | | 洋蔥去皮*加工 | 10Kg | | 薑片 | 1Kg | | | | | | |
| | | | | | | | | 辣椒(紅) | 0.1Kg | | | | | | |
| 青菜 | 產銷履 | 蚵白菜-產履 | 118Kg | 有機青 | 有機菜曾吾強118K | 庫存 | 有機黑 | 有機菜曾吾強118K | 庫存 | 有機青 | 有機菜曾吾強116K | 庫存 | 有機千 | 有機菜宋木森116K | 庫存 |
| | | 絞蒜仁 | 1Kg | | 絞蒜仁 | 1Kg | | 蒜頭酥約1斤" | 1包 | | 絞蒜仁 | 1Kg | | 絞蒜仁 | 1Kg |
| 湯 | 扁蒲鮮菇湯 | 扁蒲去皮Q.* | 45Kg | 味噌豆腐湯 | 豆腐4.3K津切小丁 | 8板 | 蒸豆沙包 | 奇美小紅豆包40入 | 46包 | 酸白菜肉絲湯 | 肉絲*"cas | 12Kg | 冬瓜茶鮮奶珍珠 | 小黑粉圓3K(包) | 13包 |
| | | 香菇小朵(生)Q | 6Kg | | 味噌(粗)9k十全 | 1件 | | | | | 冬粉-大包3K" | 1包 | | 鮮奶(約2L)光泉 | 25桶 |
| | | 秀珍菇*美Q | 3Kg | | 海帶芽(乾) | 1.8Kg | | | | | 金絲菇Q | 9Kg | | 奶粉2.2K。克寧 | 2桶 |
| | | 叉骨切cas | 6Kg | | 柴魚片-半斤 | 2包 | | | | | 大白菜去外葉Q.* | 20Kg | | 冬瓜糖580g | 50個 |
| | | 薑絲 | 1Kg | | 青蔥 | 1Kg | | | | | 酸白菜3K*素 | 5包 | | | |
| | | | | | | | | | | | 紅蘿蔔Q | 4Kg | | | |
| | | | | | | | | | | | 薑絲 | 1Kg | | | |
| | | | | | | | | | | | 501-29人換麵包 | 1天 | | | |
| | | | | | | | | | | 裝箱 | 統一起酥肉鬆Q | 30個 | | 603-29人換麵包 | 1天 |
| | | | | | | | | 光泉保久豆漿隨車 | 97瓶 | | 統一愛心牛奶球Q | 30個 | 裝箱 | 統一愛心牛奶球Q | 30個 |
| | | 麥片 | 10Kg | | | | | 阪屋單片原味蛋糕 | 149個 | | 紫米-隔天用 | 8Kg | | 統一雞蛋牛奶捲Q | 30個 |
| 水果 | 義美黃豆奶-有糖 | | 1818瓶 | | 香蕉"Q | 1814條 | | 鮮奶(養)08:00 | 1721瓶 | | 椪柑"Q | 1785個 | | | |
| 營養 | 全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量 | | | 全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量 | | | 全穀 豆魚 蔬菜 鮮奶 油脂 熱量 | | | 全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量 | | | 全穀 豆魚 蔬菜 鮮奶 油脂 熱量 | | |
| | 5.3 3.0 1.6 3.0 771 | | | 5.0 2.4 1.1 1.0 3.4 771 | | | 4.5 2.4 1.3 1.0 3.2 792 | | | 5.5 2.9 1.1 1.0 2.0 781 | | | 5.1 2.9 1.4 0.3 2.8 772 | | |

營養師: 營養師徐秀寧　執行秘書: 午餐秘書林雅琪　學務主任: 學務處主任林居城　校長: 青埔國民小學校長李安邦

# 青埔國小.一一二學年第一學期學生午餐食譜設計表(第二十一週)素食

| | 1月15日(星期一) | | | 1月16日(星期二) | | | 1月17日(星期三). | | | 1月18日(星期四) | | | 1月19日(星期五). | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 人數 | 26人 | | | 26人 | | | 26人 | | | 26人 | | | 26人 | | |
| 主食 | 麥片飯 | | | 糙米飯 | | | 麵食 | | | 糙米飯 | | | 紫米飯 | | |
| 菜名 | 配料 | | 數量 | 菜名 | 配料 | 數量 | 菜名 | 配料 | 數量 | 菜名 | 配料 | 數量 | 菜名 | 配料 | 數量 |
| 主菜 | 麻油素丁 | 猴頭菇0.6K | 2包 | 滷油豆腐 | 大四角油豆腐 | 26個 | 粄條湯 | 粄條(切) | | 紅燒麵腸 | 麵腸 | 1Kg | 鹽酥雞丁 | 素鹽酥雞丁 | 3K |
| | | | | | | | | 乾香菇絲(台灣) | | | | | | | |
| | | 凍豆腐丁 | | | 辣椒(紅) | | | 炸豆包 | 0.6K | | 薑絲 | | | | |
| | | 高麗菜去外葉Q* | | | 滷包-大10入母指 | | | | | | 馬鈴薯-洗皮.足* | | | | |
| | | 薑片-老* | | | | | | 高麗菜去外葉Q* | | | 紅蘿蔔Q | | | | |
| | | 胡麻油約3L福壽 | | | | | | 紅蘿蔔.*Q | | | | | | | |
| | | 紅標料理米酒20入 | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | 素油蔥 | 庫存 | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| 副菜 | 蕃茄炒蛋 | 洗選雞蛋"12K | | 炒年糕條 | 高麗菜去外葉Q* | | 左宗棠素雞 | 素雞丁 | 2Kg | 沙茶油腐 | 杏鮑菇-切塊Q | | 白玉燒麵輪 | 麵圈-小 | |
| | | 牛蕃茄Q.* | | | 素韓式泡菜1K* | 1包 | | 甜椒-彩色Q.* | | | 小油豆腐丁. | | | 白蘿蔔*去皮Q | |
| | | 蕃茄醬(件)6入* | | | | | | 小黃瓜Q.* | | | 素天婦羅 | 0.6K | | 紅蘿蔔.*Q | |
| | | | | | 韓式年糕500g長型 | | | | | | 素紫米糕1.2K | 1包 | | 薑片 | |
| | | | | | | | | | | | 素沙茶醬 | 庫存 | | 滷包-大10入母指 | |
| | | | | | 紅蘿蔔.*Q | | | 薑片 | | | | | | | |
| | | | | | | | | 辣椒(紅) | | | | | | | |
| 青菜 | 產銷履歷 | 蚵白菜-產履 | | 有機青江 | 有機菜曾吾強118K | 庫存 | 有機黑葉 | 有機菜曾吾強118K | 庫存 | 有機青松 | 有機菜曾吾強116K | 庫存 | 有機千寶 | 有機菜宋木森116K | 庫存 |
| | | 薑絲 | 0.1Kg | | 薑絲 | 0.1Kg | | 薑絲 | 0.1Kg | | 薑絲 | 0.1Kg | | 薑絲 | 0.1Kg |
| 湯 | 扁蒲鮮菇湯 | 扁蒲去皮Q.* | | 味噌豆腐湯 | 豆腐4.3K津切小丁 | | 蒸豆沙包 | 奇美小紅豆包40入 | | 酸白菜粉絲湯 | | | 冬瓜茶鮮奶珍珠 | 小黑粉圓3K(包) | |
| | | 香菇小朵(生)Q | | | 味噌(粗)9k十全 | | | | | | 冬粉-大包3K" | | | 鮮奶(約2L)光泉 | |
| | | 秀珍菇*美Q | | | 海帶芽(乾) | | | | | | 金絲菇Q | | | 奶粉2.2K。克寧 | |
| | | | | | | | | | | | 酸白菜3K*素 | | | 冬瓜糖580g | |
| | | 薑絲 | | | | | | | | | 紅蘿蔔Q | | | | |
| | | | | | | | | | | | 薑絲 | | | | |
| | | | | | | | | | | | 大白菜去外葉Q.* | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | 光泉保久豆漿隨車 | | | | | | | |
| | | 麥片 | | | | | | 阪屋單片原味蛋糕 | | | 紫米-隔天用 | | | | |
| 水果 | 義美黃豆奶-有糖 | | | | 香蕉"Q | | | 鮮奶(養)08:00 | | | 椪柑"Q | | | | |
| 營養 | 全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量 | | | 全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量 | | | 全穀 豆魚 蔬菜 鮮奶 油脂 熱量 | | | 全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量 | | | 全穀 豆魚 蔬菜 鮮奶 油脂 熱量 | | |

營養師: 營養師徐秀寧　執行秘書: 午餐秘書林雅琪　學務主任: 學務處主任林居城　校長: 青埔國民小學校長李安邦