青埔國小.一一二學年第二學期學生午餐食譜設計表(第十三週)

oal 預估總價: $343,425　　平均每日: $68,685　　平均每人每日: $38.8

食材來源一律使用國產豬、牛肉

	5月6日(星期一).			5月7日(星期二)			5月8日(星期三).			5月9日(星期四)			5月10日(星期五).		
人數	1,514 人(預估:$82,666)			1,833 人(預估:$66,366)			1,833 人(預估:$80,599)			1,833 人(預估:$68,397)			1,833 人(預估:$45,397)		
主食	小米飯			糙米飯			米食			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	瓜仔肉燥	絞肉A90%*"cas	108Kg	香酥魷魚排	魷魚排100入.6K	19盒	古早味油飯	糯米-圓-已提前送	庫存	冬瓜雞丁	雞胸丁"佳世福	100Kg	京醬肉片	肉片*"cas	132Kg
		絞花瓜1.8K"	12包					絞肉A90%*"cas	39Kg		雞(骨腿丁)佳世福	36Kg		洋蔥去皮*加工	40Kg
		絞蒜仁	1Kg					乾香菇絲(台灣)	2Kg		冬瓜*去皮Q	45Kg		紅蘿蔔-產履	10Kg
		絞紅蔥頭	2Kg					乾蝦仁	2.5Kg		紅蘿蔔-產履	10Kg		絞蒜仁	1.5Kg
								煮花生3K包	6包		薑片	1Kg		青蔥	2Kg
								絞紅蔥頭	5Kg		絞蒜仁	1Kg		甜麵醬3K十全	1件
副菜	糖醋豆腸	豆腸(炸)*切段	80Kg	高麗菜炒蛋	洗選雞蛋"12K	84Kg	梅干燒肉	溫體瘦夾心肉丁Q	118Kg	培根花椰	白花菜"富士12K散	12件	蠔油干丁	杏鮑菇-切塊Q美	36Kg
		青椒Q.*	9Kg		高麗菜去外葉Q*	55Kg		溫去皮五花肉丁Q	30Kg		碎培根3K	4包		大黑豆干1切12".	96Kg
		甜椒-彩色Q.*	9Kg		紅蘿蔔-產履	6Kg		乾梅干菜-已提前	庫存		木耳絲*3K	2包		敏豆-冷凍10k	1件
		紅蘿蔔-產履	10Kg		青蔥	1Kg		絞蒜仁	1.5Kg		紅蘿蔔-產履	6Kg		紅蘿蔔-產履	6Kg
		洋蔥去皮*加工	20Kg					辣椒(紅)	0.2Kg		絞蒜仁	1Kg		絞蒜仁	1Kg
		蕃茄醬3.15K*可果	4桶											青蔥	2Kg
														蠔油5L(素)金蘭	庫存
青菜	產銷履歷	空心菜-產履	100Kg	有機黑葉	有機菜曾吾強122K	庫存	時節豆芽	綠豆芽	122Kg	有機青油	有機菜曾吾強122K	庫存	有機荷葉	有機菜宋木森122K	庫存
		蒜頭酥約1斤"	1包		蒜頭酥約1斤"	1包		韭菜-青頭Q.*	2Kg		蒜頭酥約1斤"	1包		蒜頭酥約1斤"	1包
								蒜頭酥約1斤"	1包						
湯	竹筍湯	竹筍*去殼.*Q	40Kg	酸白菜肉絲湯	肉絲*"cas	12Kg	扁蒲排骨湯	扁蒲去皮Q.*	54Kg	羅宋湯	高麗菜去外葉Q*	15Kg	冰糖蓮子銀耳湯	白木耳朵	1.8Kg
		肉絲*"cas	9Kg		冬粉-大包3K"	1包		紅蘿蔔-產履	3Kg		牛蕃茄Q.*	24Kg		雪蓮子(乾)	庫存
		長福菜1.8K(包)	3包		紅蘿蔔-產履	4Kg		龍骨丁3K包"cas	12Kg		馬鈴薯*Q	15Kg		切QQ粉圓	21Kg
		叉骨切cas	6Kg		大白菜去外葉Q.*	20Kg					洋蔥去皮*加工	9Kg		砂糖25K(台糖)	1件
		薑片	1.5Kg		酸白菜3K*素	6包					叉骨切cas	3Kg			
					薑片	1Kg									
		小米	8Kg								紫米-隔天用	10Kg			
	裝箱	3年級校外教學319	1天												
		統丹麥菠蘿可頌Q	319個		乾梅干菜-隔天用	16Kg					雪蓮子(乾)隔天用	7Kg			
		統一愛心牛奶球Q	319個		糯米-圓(隔天用)	60Kg		光泉保久豆漿隨車	74瓶						
水果				茂谷柑		1833個	優酪乳-養08:00		1763瓶	香蕉"Q		1833條			
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 水果 油脂 熱量		
	5.0 3.0 1.5		2.6 730	5.1 2.2 1.3 1.0		3.4 768	5.0 2.6 1.1 1.0 2.4 801			5.3 2.0 2.0 1.0 2.4 739			6.1 3.0 1.3		2.4 793

營養師: 營養師徐芳學　　執行秘書: 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.一一二學年第二學期學生午餐食譜設計表(第十三週)素食

oal

	5月6日(星期一).		5月7日(星期二)		5月8日(星期三).		5月9日(星期四)		5月10日(星期五).	
人數	33人		33人		33人		33人		33人	
主食	小米飯		糙米飯		米食		糙米飯		紫米飯	
菜名	配料	數量	配料	數量	配料	數量	配料	數量	配料	數量
主菜 瓜仔素燥	碎豆干丁	2K	香酥素魚排 素海鮮捲3K 約55-6(	1包	古早味油飯 糯米-圓-已提前送	庫存	冬瓜素雞丁 素雞丁3K	1包	京醬麵腸 麵腸	4Kg
	絞花瓜1.8K"		可以切斷喔		素火腿	庫存			白芝麻	0.1Kg
	素肉燥3K	庫存			乾香菇絲(台灣)		冬瓜*去皮Q		紅蘿蔔-產履	
							紅蘿蔔-產履			
					煮花生3K包		薑片			
					素油蔥0.6K	庫存			甜麵醬3K十全	
副菜 糖醋豆腸	豆腸(炸)*切段		高麗菜炒蛋 洗選雞蛋"12K		梅干素燒 素烤麩丁	2Kg	培根花椰 白花菜"富士12K散		蠔油干丁 杏鮑菇-切塊Q 美	
	青椒Q.*		高麗菜去外葉Q*				素培根500g	1包	大黑豆干1切12".	
	甜椒-彩色Q.*		紅蘿蔔-產履		乾梅干菜-已提前	庫存	木耳絲*3K		敏豆-冷凍10k	
	紅蘿蔔-產履						紅蘿蔔-產履		紅蘿蔔-產履	
					辣椒(紅)					
	蕃茄醬3.15K*可果								蠔油5L(素)金蘭	庫存
青菜 產銷履歷	空心菜-產履		有機黑葉 有機菜曾吾強122K	庫存	時節豆芽 綠豆芽		有機青油 有機菜曾吾強122K	庫存	有機荷葉 有機菜宋木森122K	庫存
	薑絲	0.1Kg	薑絲	0.1Kg	薑絲	0.1Kg	薑絲	0.1Kg	薑絲	0.1Kg
湯 竹筍湯	竹筍*去殼.*Q		酸白菜湯		扁蒲湯 扁蒲去皮Q.*		羅宋湯 高麗菜去外葉Q*		冰糖蓮子銀耳湯 白木耳朵	
	長福菜1.8K(包)		冬粉-大包3K"		紅蘿蔔-產履		牛蕃茄Q.*		雪蓮子(乾)	庫存
			紅蘿蔔-產履				馬鈴薯*Q		切QQ粉圓	
	薑片		大白菜去外葉Q.*				紅蘿蔔-產履		砂糖25K(台糖)	
			酸白菜3K*素							
			薑片							
	小米									
	3年級校外教學319	1天								
	統丹麥菠蘿可頌Q									
	統一愛心牛奶球Q		乾梅干菜-隔天用							
			糯米-圓(隔天用)		光泉保久豆漿隨車		雪蓮子(乾)隔天用			
水果			茂谷柑		優酪乳-養08:00		香蕉"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 水果 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