

青埔國小. 一二學年第二學期學生午餐食譜設計表(第二十週)

oal 預估總價: \$288,627

平均每日: \$57,725

平均每人每日: \$36.5

食材來源一律使用國產豬、牛肉

		6月24日(星期一)		6月25日(星期二)		6月26日(星期三)		6月27日(星期四)		6月28日(星期五)					
人數		1,594人(預估:\$31,747)		1,594人(預估:\$70,852)		1,530人(預估:\$83,172)		1,594人(預估:\$59,532)		1,594人(預估:\$43,324)					
主食		海苔香鬆飯		糙米飯		麵食		糙米飯		紅藜飯					
菜名		配料		配料		配料		配料		配料					
數量		數量		數量		數量		數量		數量					
主 菜	醬燒豆腐	小△油豆腐27g	104Kg	豆旗魚丁3K(含冰)	38包	茄汁義大利麵	熟小烏龍麵	180Kg	親子丼雞	雞胸丁"佳世福"	115Kg	照燒豬肉	肉片*"cas"	111Kg	
		紅蘿蔔-產履	6K	酥魚丁	豆腐4.2K津切小丁	8板	絞肉A90%*"cas"	42Kg		洋蔥去皮*加工	30Kg	燒	洋蔥去皮*加工	40Kg	
		洋蔥去皮*加工	25Kg	魚	豆酥	3Kg	玉米粒15K富士鮮	1件		紅蘿蔔-產履	10Kg	豬	紅蘿蔔-產履	10Kg	
		木耳朵*1K	8包	丁	薑絲	2Kg	牛蕃茄Q.*	35Kg		洗選雞蛋"12K"	12Kg	肉	絞蒜仁	1Kg	
		青蔥	6Kg		青蔥	1Kg	洋蔥去皮*加工	20Kg		薑絲	1Kg		薑片	1Kg	
		辣椒(紅)	0.2Kg		絞蒜仁	1Kg	安佳奶油454g大。	3包					白芝麻	庫存	
		絞蒜仁	1Kg				義大利香料450g"	1包					烤肉醬(5L)金蘭	1桶	
						蕃茄(糊)3.3K	2桶								
副 菜	菜脯炒蛋	洗選雞蛋"12K"	96Kg	小瓜素雞	小黃瓜Q.*	85Kg	滷肉排	肉排"75 gcas"	1533個	竹筍炒肉絲	肉絲*"cas"	24Kg	杏鮑菇炒豆干	杏鮑菇切塊Q*3K	32包
		洗選雞蛋(盤)30入	4盤		紅蘿蔔-產履8K	10Kg		絞蒜仁	1Kg		紅蘿蔔-產履15K	20Kg		小干四丁2*2	35Kg
		碎菜脯3K	4包		絞蒜仁	1Kg		辣椒(紅)	0.2Kg		竹筍絲自備64K	庫存		薑片	1.5Kg
		青蔥	3Kg		素雞切片	20Kg		滷包-大10入母指	1包		木耳朵*1K	12包		羅勒葉250g小磨坊	1包
青 菜	產銷履歷	青江菜-產履	107Kg	有機青油	有機菜曾吾強107K	庫存	有機黑葉	有機菜宋木森107K	庫存	有機荷葉	有機菜曾吾強107K	庫存	有機空心	有機菜宋木森107K	庫存
		蒜頭酥約1斤"	1包		蒜頭酥約1斤"	1包		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	薑絲冬瓜湯	冬瓜*去皮Q	50Kg	蓮藕養生湯	蓮藕切片	32Kg	玉米濃湯	玉米醬2950g雄鹿	6桶	肉羹湯	赤肉粳3K(包)	5包	綠豆仙草蜜	冷仙草3K(包)	34包
		薑絲	1Kg		枸杞(1斤包)	1包		玉米粒富士鮮約1K	8包		紅蘿蔔-產履5K	庫存		綠豆	22Kg
		叉骨切cas	6Kg		叉骨切cas	6Kg		絞肉A90%*"cas"	8Kg		脆筍絲1.7K	5包		砂糖25K(台糖)	1件
								洗選雞蛋"12K"	12Kg		木耳絲*1K	5包			
								紅蘿蔔-產履6K	庫存		白蘿蔔*進口	27Kg			
								馬鈴薯*Q	15Kg		洗選雞蛋(盤)30入	4盤			
								安佳奶油454g大。	1包		柴魚片-半斤	1包			
								玉米粉	5Kg		叉骨切cas	6Kg			
								扣210換餐行1備1	1天						
								光泉保久豆漿隨車	104瓶						
							統丹麥菠蘿可頌Q	62個							
							統一愛心牛奶球Q	62個		紅藜麥	3Kg				
水果				蘋果"	1594個		鮮奶(養)08:00	1431瓶		芭樂"	1594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	水果	油脂	熱量	全穀	豆魚	蔬菜	水果	油脂	熱量						
	4.5	2.3	1.4		3.2	667	5.2	2.1	1.3	1.0	2.4	723	5.0	2.3	1.1	1.0	2.6	788	5.3	2.7	1.8	1.0	2.4	787	5.9	2.6	1.6		2.0	738

營養師: 徐秀寧 執行秘書: 林雅琪 學務主任: 林居城 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(第二十週)素食

		6月24日(星期一)		6月25日(星期二)		6月26日(星期三)		6月27日(星期四)		6月28日(星期五)								
人數		30人		30人		30人		30人		30人								
主食		海苔香鬆飯		糙米飯		麵食		糙米飯		紅藜飯								
菜名		配料	數量	菜名	配料	數量	菜名	配料	數量	菜名	配料	數量						
主菜	醬燒豆腐	小△油豆腐	27g	豆酥豆腐	豆腐	4.2K	茄汁義大利麵	熟小烏龍麵		滷豆包	炸豆包	2K						
		紅蘿蔔-產履	6K		豆腐	4.2K		素絞肉	0.1Kg		滷豆包		照燒麵腸	麵腸	2K			
		木耳朵	*1K		豆酥			玉米粒	15K		富士鮮				紅蘿蔔-產履			
		辣椒(紅)			薑絲			牛蕃茄Q.*			素火腿丁	0.6K		1包	薑絲		薑片	
								安佳奶油	454g大。							白芝麻		
				蕃茄(糊)	3.3K													
副菜	菜脯炒蛋	洗選雞蛋	12K	小瓜素雞	小黃瓜Q.*		滷素排	素排	30個	竹筍炒蛋	雞蛋	10入	1盒					
		洗選雞蛋(盤)	30入		紅蘿蔔-產履	8K			紅蘿蔔-產履		15K		杏鮑菇切塊Q*	3K				
		碎菜脯	3K		素雞切片			辣椒(紅)			竹筍絲自備	64K	庫存	小干四丁	2*2			
					香油(3L)福壽	庫存		滷包-大	10入		母指		木耳朵	*1K	薑片			
青菜	產銷履歷	青菜-產銷履歷		有機青油	有機菜曾吾強	107K	庫存	有機菜宋木森	107K	庫存	有機菜曾吾強	107K	庫存					
		薑絲	0.1Kg		有機薑絲	0.1Kg	有機薑絲	0.1Kg	有機薑絲	0.1Kg	有機薑絲	0.1Kg	有機空					
湯	薑絲冬瓜湯	冬瓜*去皮Q		蓮藕養生湯	蓮藕切片		玉米濃湯	玉米醬	2950g	雄鹿		素羹湯	素肉粿	0.6K(包)	1包			
		薑絲			枸杞(1斤包)			玉米粒	富士鮮	約1K			紅蘿蔔-產履	5K	庫存	綠豆		
								洗選雞蛋	12K				脆筍絲	1.7K		綠豆		
								紅蘿蔔-產履	6K	庫存			木耳絲	*1K		砂糖	25K(台糖)	
								馬鈴薯*Q					白蘿蔔*進口					
營養	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量			苗樂"		鮮奶(養)08:00				蘋果"								

營養師： 營養師徐秀寧 執行秘書： 午餐林雅琪

學務主任： 學務處主任林居城

校長： 青埔國民小學 李安邦