

青埔國小. 一一三學年第一學期學生午餐食譜設計表(第三週)

ca1 預估總價: \$403,385

平均每日: \$80,677

平均每人每日: \$42.2

食材來源一律使用國產豬、牛肉

	9月9日(星期一)			9月10日(星期二)			9月11日(星期三)			9月12日(星期四)			9月13日(星期五)		
	人數	1,912人(預估:\$50,982)		人數	1,912人(預估:\$71,120)		人數	1,912人(預估:\$125,075)		人數	1,912人(預估:\$107,039)		人數	1,912人(預估:\$49,169)	
	主食	黑芝麻飯		主食	糙米飯		主食	麵食		主食	糙米飯		主食	地瓜飯	
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	蜜汁腰果	腰果(蜜汁)3K"	3包	香酥虱目魚排	虱目魚排80片高昇	24件	紅燒麵	熟小烏龍麵	225Kg	醬鴨	鴨肉丁3Kg振聲	130Kg	粉蒸肉	肉片*"cas	130Kg
		大黑豆干1切9."	88Kg		沙拉油18L台糖	3桶		前排丁3K包cas	60Kg		麵腸切2cm段*	60Kg		南瓜Q	65Kg
		毛豆仁*嘉鹿約1K	15包					白蘿蔔*去皮進口	70Kg		薑片	1.5Kg		絞蒜仁	1.5Kg
		杏鮑菇-切塊Q美	24Kg					紅蘿蔔-產履	10Kg		絞蒜仁	1.2Kg		蒸肉粉1斤-飛馬	21包
		甜椒-彩色Q.*	8Kg					素豆竹1.8K(包)	4包		青蔥	3Kg		年糕紙-薄"	65張
副菜	日式蒸蛋	洗選雞蛋"12K	96Kg	黃瓜黑輪	大黃瓜Q.*	154Kg	油腐燒肉	肉角*"cas	120Kg	蝦米扁蒲	扁蒲去皮Q.*	150Kg	小瓜素雞	小黃瓜Q.*	100Kg
		香菇小朵(生)Q	9Kg		大黑魚輪條3K(包)	8包		小油豆腐丁.	40Kg		絞肉A90%*"cas	15Kg		紅蘿蔔-產履	10Kg
		年糕紙-薄"	65張		紅蘿蔔-產履	10Kg		紅蘿蔔-產履	10Kg		紅蘿蔔-產履	10Kg		絞蒜仁	1Kg
					絞蒜仁	1Kg		洋蔥去皮*進口	10Kg		乾蝦皮	1.5Kg		素雞切片	25Kg
								絞蒜仁	1Kg		絞蒜仁	1.5Kg		香油(3L)福壽	庫存
青菜	產銷履歷	莧菜-產履	125Kg	有機荷葉	有機菜曾吾強125K	庫存	時節油菜	油菜Q。	125Kg	有機甜心	有機菜曾吾強125K	庫存	有機青油	有機菜曾吾強125K	庫存
		蒜頭酥約1斤"	1包		絞蒜仁	1Kg		蒜頭酥約1斤"	1包		絞蒜仁	1Kg		蒜頭酥約1斤"	1包
湯	竹筍湯	竹筍*去殼	48Kg	薑絲冬瓜湯	冬瓜*去皮Q	60Kg	蒸燒賣	香菇燒賣50入巧好(每人2個)	77包	海結玉米湯	玉米條*切片	50Kg	紅豆湯	紅豆-產履*30K	庫存
		長福菜1.8K(包)	3包		薑絲	1.5Kg					海帶結.	9Kg		砂糖25K(台糖)	1件
		肉絲*"cas	9Kg		叉骨切cas	6Kg					叉骨切cas	6Kg			
		叉骨切cas	9Kg												
		薑片	1.5Kg												
	黑芝麻	1Kg		601班 31+1備檢											
				裝箱	統一蒸果子乳酪Q	32個					地瓜產履.*	20Kg			
					統一愛心牛奶球Q	32個					紅豆-產履*30K	2件			
水果	環保蔬食餐			奇異果"	1881個		光泉保久豆漿隨車	133瓶							
營養	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	5.0 2.1 1.2 3.0 673		全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	5.0 2.0 1.9 1.0 3.5 766		鮮奶(養)08:00	1783瓶			香蕉"O	1912條		全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	6.2 2.3 1.2 2.4 745

營養師: 營養師徐秀寧 執行秘書: 午餐林雅琪 學務主任: 主任詹德木 校長: 青埔國民小學 李安邦 校長

青埔國小. 一一三學年第一學期學生午餐食譜設計表(第三週)素食

0a1

		9月9日(星期一)			9月10日(星期二)			9月11日(星期三)			9月12日(星期四)			9月13日(星期五)						
人數		25人			25人			25人			25人			25人						
主食		黑芝麻飯			糙米飯			麵食			糙米飯			地瓜飯						
菜名		配 料		數量	配 料		數量	配 料		數量	配 料		數量	配 料		數量				
主 菜	蜜 汁 腰 果 黑 干	腰果(蜜汁)3K"			香 酥 素 排	素魚排30入		1包	紅 燒 麵	熟小烏龍麵			醬 燜 麵 腸	杏鮑菇塊		1K	粉 蒸 南 瓜	素排		2K
		大黑豆干1切9."								白蘿蔔*去皮進口				麵腸切2cm段*				南瓜Q		
		毛豆仁*嘉鹿約1K								紅蘿蔔-產履				薑片				蒸肉粉1斤-飛馬		
		杏鮑菇-切塊Q美								素豆竹1.8K(包)								年糕紙-薄"		
		甜椒-彩色Q.*								滷包-大10入母指				甜麵醬3K十全						
						甜麵醬3K十全			黑豆瓣醬3K十全											
副 菜	日 式 蒸 蛋	洗選雞蛋"12K			黃 瓜 天 婦 羅	大黃瓜Q.*			紅 燒 油 腐	小油豆腐丁.			鮮 菇 扁 蒲	扁蒲去皮Q.*			小 瓜 素 雞	小黃瓜Q.*		
		香菇小朵(生)Q				素天婦羅		1Kg		紅蘿蔔-產履				紅蘿蔔-產履		1K		紅蘿蔔-產履		
																		素雞切片		
		年糕紙-薄"																香油(3L)福壽		
青 菜	產 銷 履 歷	莧菜-產履		125Kg	有 機 荷 葉	有機菜曾吾強125K		庫存	時 節 油 菜	油菜Q。			有 機 甜 心	有機菜曾吾強125K		庫存	有 機 青 油	有機菜曾吾強125K		庫存
		薑絲		0.1Kg		薑絲		0.1Kg		薑絲		0.1K		薑絲		0.1Kg		薑絲		0.1Kg
						玉米粒富士鮮約1K								香菇小朵(生)Q						
湯	竹 筍 湯	竹筍*去殼			薑 絲 冬 瓜 湯	冬瓜*去皮Q			蒸 素 燒 賣	素燒賣.20入		3包	海 結 玉 米 湯	玉米條*切片			紅 豆 湯	紅豆-產履*30K		庫存
		長福菜1.8K(包)				薑絲				(每人2個)				海帶結.				砂糖25K(台糖)		
		薑片																		
		黑芝麻								光泉保久豆漿隨車								地瓜產履.*		
												紅豆-產履*30K								
水 果	環 保 蔬 食 餐	環保蔬食餐			奇異果"			鮮奶(養)08:00			香蕉"Q									
		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			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：午餐林雅琪 學務主任：學生事務主任詹德木 校長：青埔國民小學 李安邦