

青埔國小. 一一三學年第一學期學生午餐食譜設計表(第六週)

預估總價: \$348,500

平均每日: \$69,700

平均每人每日: \$36.4

食材來源一律使用國產豬、牛肉

	9月30日(星期一)			10月1日(星期二)			10月2日(星期三)			10月3日(星期四)			10月4日(星期五)		
	人數	1,913人(預估:\$50,179)		人數	1,913人(預估:\$75,905)		人數	1,913人(預估:\$74,508)		人數	1,913人(預估:\$100,476)		人數	1,913人(預估:\$47,432)	
	主食	麥片飯		主食	糙米飯		主食	米食		主食	糙米飯		主食	五穀飯	
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	咖哩雞丁	雞胸丁"超秦	120Kg	肉燥	虱目魚柳600g包	4件	肉絲炒飯	肉絲*"cas	36Kg	蔥油雞排	雞排TS4.超秦	1900個	紅燒豬肉	軟骨丁3K包*cas	24Kg
		雞(骨腿丁)超秦	24Kg		絞肉A90%*"cas	114Kg		洗選雞蛋"12K	36Kg		青蔥	3Kg		肉角*"cas	120Kg
		馬鈴薯大丁.足*Q	45Kg		虱目小豆干丁1*1	35Kg		洗選雞蛋(盤)30入	3盤		薑絲	2Kg		馬鈴薯*	50Kg
		紅蘿蔔Q	8Kg		乾香菇絲(台灣)	1.5Kg		三色丁15K富"	2件		辣椒(紅)	0.2Kg		紅蘿蔔Q	8Kg
		洋蔥去皮*加工	10Kg		絞紅蔥頭*	3Kg		洋蔥去皮*加工	30Kg		花椒粒1斤南穎昌	1包		辣椒(紅)	0.1Kg
		薑片	1.5Kg					青蔥	3Kg		八角粒1斤南穎昌*	庫存		絞蒜仁	1Kg
		老公咖哩粉600g盒	3盒					黑胡椒粒.1斤飛馬	1包					滷包-大10入母指	1包
副菜	蛋酥扁蒲	洗選雞蛋"12K	60Kg	菜脯蛋	洗選雞蛋"12K	120Kg	沙茶肉片	肉片*"cas	108Kg	客家小炒	肉絲*"cas	21Kg	小瓜鮑菇甜條	小甜不辣條3K.包	9包
		扁蒲Q.*	108Kg		碎菜脯3K	5包		紅蘿蔔Q	5Kg		乾魷魚絲	3Kg		小黃瓜Q.*	100Kg
		紅蘿蔔Q	5Kg		青蔥	2Kg		洋蔥去皮*加工	65Kg		豆干片	90Kg		杏鮑菇-切塊Q	9Kg
		絞蒜仁	1.5Kg					絞蒜仁	1.5Kg		青蔥	25Kg		紅蘿蔔Q	5Kg
								青蔥	2Kg		黑豆瓣醬3K十全	1件		絞蒜仁	1Kg
青菜	產銷履歷	空心菜-產履	120Kg	有機雪菜	有機菜曾吾強120K	庫存	時節豆芽	綠豆芽	108Kg	有機青油	有機菜曾吾強120K	庫存	有機黑葉	有機菜宋木森128K	庫存
		蒜頭酥約1斤"	1包		絞蒜仁	1.5Kg		韭菜-青頭Q.*	3Kg		蒜頭酥約1斤"	1包		薑絲	1.5Kg
								絞蒜仁	1Kg		鴻禧菇3K*Q	2包			
湯	蕃茄豆芽湯	牛蕃茄Q.*	12Kg	時蔬鮮菇湯	大白菜*去外葉	48Kg	玉米濃湯	玉米醬2950g雄鹿	4桶	海芽蛋花湯	海帶芽(乾)	2Kg	地瓜芋圓湯	地瓜產履.*	庫存
		蕃茄(角)2550g	3桶		金絲菇Q	6Kg		玉米粒15K富士鮮	1件		洗選雞蛋"12K	12Kg		芋圓	30Kg
		黃豆芽*非基改	36Kg		秀珍菇*美Q	3Kg		洗選雞蛋"12K	12Kg		薑絲	1Kg		砂糖25K(台糖)	1件
		青蔥	1Kg		薑絲	1.5Kg		紅蘿蔔Q	8Kg		叉骨切cas	6Kg			
		叉骨切cas	6Kg		叉骨切cas	6Kg		馬鈴薯*	30Kg		青蔥	0.6Kg			
								安佳奶油454g大。	2包						
								玉米粉	6Kg						
水果				百香果	1913個		優酪乳-養08:00	1799瓶		香蕉"O	1913條				
營養	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	5.3 2.4 1.6 2.8 717	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	5.0 3.0 1.0 1.0 2.8 786	全穀 豆魚 蔬菜 鮮奶 油脂 熱量	5.4 1.9 1.3 1.0 2.6 791	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	5.0 3.0 0.8 1.0 2.6 772	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	6.4 2.5 1.3 2.4 777					

營養師: 營養師徐秀寧

執行秘書: 午餐秘書林雅琪

學務主任: 學生事務主任詹德木

校長: 青埔國民小學校長李安邦

青埔國小. 一一三學年第一學期學生午餐食譜設計表(第六週)素食

		9月30日(星期一)		10月1日(星期二)		10月2日(星期三)		10月3日(星期四)		10月4日(星期五)									
		人數 25人		人數 25人		人數 25人		人數 25人		人數 25人									
		主食 麥片飯		主食 糙米飯		主食 米食		主食 糙米飯		主食 五穀飯									
		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	咖哩洋芋	小油豆腐	1Kg	素肉燥		蛋炒飯	高麗菜	1.5Kg	爆炒素丁	素雞丁3K	1包	紅燒烤麩	烤麩丁	3Kg					
		杏鮑菇塊Q	1Kg				素豆腸	2K											
		馬鈴薯大丁.足*Q					小豆干丁1*1				洗選雞蛋"12K						馬鈴薯*		
		紅蘿蔔Q					乾香菇絲(台灣)				洗選雞蛋(盤)30入						紅蘿蔔Q		
		薑片					素油蔥	1包			三色丁15K富"						辣椒(紅)		
		老公咖哩粉600g盒															花椒粒1斤南穎昌		
副菜	蛋酥扁蒲	洗選雞蛋"12K		菜脯蛋	洗選雞蛋"12K		沙茶蘭花干	蘭花干	15個	豆乾小炒	筍白筍-帶殼	2Kg	小瓜鮑菇甜條	素天婦羅	0.6K				
		扁蒲Q.*				碎菜脯3K					紅蘿蔔Q						小黃瓜Q.*		
		紅蘿蔔Q													豆干片			杏鮑菇-切塊Q	
																		紅蘿蔔Q	
												素沙茶醬		1瓶		黑豆瓣醬3K十全			
青菜	產銷履歷	空心菜-產履	庫存	有機雪菜	有機菜曾吾強120K	庫存	時銷豆芽	綠豆芽		有機青油	有機菜曾吾強120K	庫存	有機黑葉	有機菜宋木森128K	庫存				
		薑絲	0.1K			薑絲		0.1K			薑絲	0.1K			薑絲	0.1K			
															鴻禧菇3K*Q				
湯	蕃茄豆芽湯	牛蕃茄Q.*		時蔬鮮菇湯	大白菜*去外葉		玉米濃湯	玉米醬2950g雄鹿		海芽蛋花湯	海帶芽(乾)		地瓜芋圓湯	地瓜產履.*					
		蕃茄(角)2550g				金絲菇Q					玉米粒15K富士鮮				洗選雞蛋"12K			芋圓	
		黃豆芽*非基改				秀珍菇*美Q					洗選雞蛋"12K				薑絲			砂糖25K(台糖)	
						薑絲					紅蘿蔔Q								
											馬鈴薯*								
											安佳奶油454g大。								
							玉米粉												
							光泉保久豆漿隨車				五穀米-隔天用								
水果				百香果			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		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：

執行秘書：

學務主任：

校長：

營養師徐秀寧

午餐秘書林雅琪

學生事務主任詹德木

青埔國民小學校長李安邦