

青埔國小. 一一三學年第一學期學生午餐食譜設計表(第七週)

0a1 預估總價: \$311,475

平均每日: \$77,869

平均每人每日: \$40.9

食材來源一律使用國產豬、牛肉

	10月7日(星期一)			10月8日(星期二)			10月9日(星期三)			10月10日(星期四)			10月11日(星期五)		
	人數	1,885 人(預估:\$43,050)		人數	1,913 人(預估:\$111,499)		人數	1,913 人(預估:\$108,351)		國慶日			人數	1,913 人(預估:\$48,575)	
	主食	黑芝麻飯		主食	糙米飯		主食	麵食					主食	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	蠔油豆腐煲	豆腐4.2K津切小丁	30板	樹子蒸魚	鱸魚丁cas	160Kg	沙茶麵疙瘩		220Kg	國慶日 放假	甜醬豬肉	肉角*"cas	108Kg		
		木耳絲*1K	6包		凍豆腐丁	30Kg	茶乾香菇絲(台灣)	1.5Kg			醬	溫去皮五花肉丁Q	40Kg		
		洋蔥去皮*加工	28Kg		樹蔭子(3K)包"	3包	麵肉絲*"cas	39Kg				紅蘿蔔Q	50Kg		
		紅蘿蔔Q	8Kg		薑絲	3Kg	疙瘩紅蘿蔔Q	9Kg				絞蒜仁	1.5Kg		
		青蔥	3Kg		青蔥	1Kg	洋蔥去皮*加工	20Kg				甜麵醬3K十全	2件		
		蠔油5L(素)金蘭	2桶		辣椒(紅)	0.3Kg	高麗菜*去外葉	57Kg							
副 菜	玉米蒸蛋	洗選雞蛋"12K	96Kg	泡菜炒年糕	高麗菜*去外葉	60Kg	醬燒豬排					國慶日 放假	咖哩洋芋	絞肉A90%*"cas	15Kg
		玉米粒富士鮮約1K	10包		韓式泡菜3K*	8包								馬鈴薯*	65Kg
		年糕紙-薄"	65張		肉絲*"cas	12Kg								紅蘿蔔Q	8Kg
					韓式年糕500g長型	60包								洋蔥去皮*加工	15Kg
					紅蘿蔔Q	5Kg								薑片	1Kg
					洋蔥去皮*加工	10Kg								老公咖哩粉600g盒	3盒
青 菜	產銷履歷	黑葉白-產履	120Kg	有機小松	有機菜曾吾強120K	庫存	時節青花	青花菜"12K散	11件	國慶日 放假	有機荷葉	有機菜宋木森120K	庫存		
		蒜頭酥約1斤"	1包		絞蒜仁	1.5Kg		紅蘿蔔Q	3Kg			絞蒜仁	1.5Kg		
					油豆片切絲	6Kg		絞蒜仁	1.5Kg			秀珍菇*美Q	6Kg		
湯	山藥紅棗湯	山藥Q	60Kg	筍片肉絲湯	脆筍片1.7K	28包	黃瓜排骨湯	大黃瓜Q.*	58Kg		國慶日 放假	黑糖撞奶	小黑粉圓3K(包)	13包	
		枸杞(1斤包)	1包		長福菜1.8K(包)	3包		龍骨丁3K包"cas	12Kg				奶粉2.2K·克寧	3桶	
		紅棗(1斤包)	3包		肉絲*"cas	12Kg		枸杞(1斤包)	1包				黑糖(450gx20包)	1件	
		叉骨切cas	6Kg		薑絲	1.5Kg							砂糖25K(台糖)	1件	
					叉骨切cas	9Kg									
	扣105不用餐29人		1天					光泉保久豆漿隨車	140瓶						
	黑芝麻		1Kg					紫米-隔天用	7Kg						
水果	環保蔬食餐			蘋果"		1913人		鮮奶(養)08:00	1777瓶						
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 鮮奶 油脂 熱量			全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量				
	5.6 1.7 0.9 1.7 620	5.0 3.0 1.5 1.0 2.8 799			4.5 2.6 1.4 1.0 2.9 796						6.6 2.4 1.0 2.4 775				

營養師: 營養師徐秀寧 執行秘書

午餐 林雅琪
秘書

學務主任: 主任 詹德木

校長: 青埔國民小學 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(第七週)素食

oa1

		10月7日(星期一)		10月8日(星期二)		10月9日(星期三)		10月10日(星期四)		10月11日(星期五)					
		25人		25人		25人		國慶日		25人					
		黑芝麻飯		糙米飯		麵食				紫米飯					
		菜名	數量	菜名	數量	菜名	數量	菜名	數量	菜名	數量				
主 菜	蠔油豆腐煲	豆腐4.2K津切小丁		樹子凍豆腐		沙茶麵疙瘩	麵疙瘩		國慶日 放假	甜醬麵腸	麵腸	2Kg			
		木耳絲*1K			凍豆腐丁			乾香菇絲(台灣)				杏鮑菇塊Q.	1Kg		
		紅蘿蔔Q			樹蔭子(3K)包"			豆乾丁			1K	紅蘿蔔.*Q			
		蠔油5L(素)金蘭			薑絲							薑片	0.1K		
					辣椒(紅)			紅蘿蔔Q				甜麵醬3K十全			
副 菜	玉米蒸蛋	洗選雞蛋"12K		泡菜炒年糕	高麗菜*去外葉	香酥素排	素排	25個		國慶日 放假	咖哩洋芋	青花冷凍	1Kg		
		玉米粒富士鮮約1K			素韓式泡菜1K*		1包						馬鈴薯*		
		年糕紙-薄"			韓式年糕500g長型								紅蘿蔔Q		
					紅蘿蔔Q								薑片		
													老公咖哩粉600g盒		
青 菜	產銷履歷	黑葉白-產履		有機小松	有機菜曾吾強120K	庫存	時節青花黃瓜	青花菜"12K散				國慶日 放假	有機荷葉	有機菜宋木森120K	庫存
		薑絲	0.1K		薑絲	0.1K		紅蘿蔔Q						薑絲	0.1K
					油豆片切絲			薑絲	0.1K		秀珍菇*美Q				
湯	山藥紅棗湯	山藥Q		筍片湯	脆筍片1.7K		黃瓜	大黃瓜Q.*			國慶日 放假		黑糖撞奶	小黑粉圓3K(包)	
		枸杞(1斤包)			長福菜1.8K(包)			枸杞(1斤包)						奶粉2.2K.克寧	
		紅棗(1斤包)			薑絲			玉米筍Q	0.6K					黑糖(450gx20包)	
														砂糖25K(台糖)	
								光泉保久豆漿隨車							
水 果	環保蔬食餐	蔬果"		鮮奶(養)08:00											
		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					

國慶日
放假

營養師：營養師徐秀寧

執行秘書：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