

青埔國小. 一一三學年第一學期學生午餐食譜設計表(第十一週)

預估總價: \$375,919

平均每日: \$75,184

平均每人每日: \$39.3

食材來源一律使用國產豬、牛肉

		11月4日(星期一)			11月5日(星期二)			11月6日(星期三)			11月7日(星期四)			11月8日(星期五)		
人數		1,912人(預估:\$33,207)			1,912人(預估:\$98,362)			1,912人(預估:\$109,865)			1,912人(預估:\$87,749)			1,912人(預估:\$46,736)		
主食		麥片飯			糙米飯			麵食			糙米飯			胚芽飯		
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	回鍋干片	豆干片	120Kg	沙茶魚丁	旗魚丁3K(含冰)	48包	白醬義大利麵	義大利斜管麵500g	230包	麻油雞	雞胸丁"佳世福"	96Kg	豬肉壽喜燒	火鍋肉捲6K*"cas"	126Kg	
		高麗菜去外葉Q*	70Kg		豆腐4.2K津切小丁	9板		絞肉A90%*"cas"	45Kg		雞腿切丁"佳世福"	48Kg		洋蔥去皮*加工	60Kg	
		紅蘿蔔Q	5Kg		大白菜去外葉Q.*	30Kg		三色丁15K富"	1件		米血糕3K如記(切)	5包		紅蘿蔔Q	8Kg	
		絞蒜仁	1Kg		薑絲	1.5Kg		洋蔥去皮*加工	27Kg		高麗菜去外葉Q*	55Kg		柴魚片-半斤	2包	
		青蔥	1Kg		沙茶醬3K*牛頭	2桶		青花菜"12K散"	2件		薑片-老*	2Kg		黑胡椒粒.1斤飛馬	1包	
		黑豆瓣醬3K十全	1件					香蒜粉1K	1包		紅標料理米酒20入	1件		烤肉醬(5L)金蘭	2桶	
						巴西利葉100g洋香	1瓶	胡麻油約3L福壽	1桶	砂糖(台糖)	庫存					
副 菜	海帶芽蒸蛋	洗選雞蛋"12K"	96Kg	芋香溫沙拉	芋頭切塊Q.°	60Kg	滷雞腿	雞棒腿D5"超秦"	1912支	大黃瓜炒肉羹	大黃瓜Q.*	140Kg	扁蒲肉絲	肉絲*"cas"	18Kg	
		海帶芽(乾)	1Kg		小黃瓜Q	60Kg		絞蒜仁	1Kg		赤肉粿3K(包)	10包		扁蒲Q.*	150Kg	
		柴魚片-半斤	2包		牛蕃茄Q	10Kg		薑片	1Kg		紅蘿蔔Q	10Kg		紅蘿蔔Q	6Kg	
		年糕紙-薄""	65張		雞清肉丁	36Kg		辣椒(紅)	0.1Kg		木耳*1K	6包		絞蒜仁	1Kg	
					洋蔥去皮*加工	25Kg		滷包-大10入母指	1包		絞蒜仁	1Kg				
		柚香和風醬1.1K	1瓶													
青 菜	產銷履歷	蚵白菜-產履	120Kg	有機黑葉	有機菜曾吾強128K	庫存	有機山波	有機菜曾吾強120K	庫存	有機小松	有機菜曾吾強120K	庫存	有機青松	有機菜宋木森120K	庫存	
		絞蒜仁	1Kg		蒜頭酥約1斤"	1包		絞蒜仁	1Kg		蒜頭酥約1斤"	1包		蒜頭酥約1斤"	1包	
湯	豆薯排骨湯	涼薯去皮Q.*	30Kg	酸菜白肉湯	肉絲*"cas"	12Kg	義式蔬菜湯	碎培根3K	3包	淮山枸杞雞湯	雞胸丁"佳世福"	36Kg	山粉圓冬瓜茶	冬瓜糖580g	55個	
		玉米條*切片	24Kg		鹹菜(美)切絲*	28Kg		牛蕃茄Q	10Kg		淮山(乾)	2Kg		山粉圓	9Kg	
		紅蘿蔔Q	4Kg		薑片	1.5Kg		馬鈴薯*進口	30Kg		枸杞(1斤包)	1包				
		龍骨丁3K包"cas"	12Kg					洋蔥去皮*加工	15Kg		紅棗(1斤包)	2包				
								高麗菜去外葉Q*	20Kg		薑片	1.5Kg				
								迷迭香粉190g小磨	2瓶							
				叉骨切cas	6Kg											
						光泉保久豆漿隨車	142瓶			應景立冬						
水 果				香吉士"	1912個	鮮奶(養)08:00	1775瓶	蘋果"	1912個							
營 養	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	5.4 2.5 1.3 1.4 662	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	5.5 2.7 1.5 1.0 2.4 794	全穀 豆魚 蔬菜 鮮奶 油脂 熱量	4.6 2.5 1.1 1.0 2.8 784	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	5.3 2.6 1.8 1.0 2.4 779	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	6.4 2.2 1.8 2.4 766						

營養師:

執行秘書:

學務主任:

校長:

青埔國小.一一三學年第一學期學生午餐食譜設計表(第十一週)素食

0a1

		11月4日(星期一)		11月5日(星期二)		11月6日(星期三)		11月7日(星期四)		11月8日(星期五)				
人數	26人		人數	26人		人數	26人		人數	26人				
主食	麥片飯		主食	糙米飯		主食	麵食		主食	糙米飯				
菜名	配料	數量	菜名	配料	數量	菜名	配料	數量	菜名	配料	數量			
主菜	回鍋干片	豆干片	沙茶豆腐	豆腐4.2K	津切小丁	白醬義大利麵	義大利斜管麵500g	麻油凍豆腐	猴頭菇0.6K	1包	蜜汁乾丁	四方豆乾丁	3K	
		高麗菜去外葉Q*		大白菜去外葉Q.*		義大利麵	三色丁15K富"		凍豆腐	1Kg		砂糖(台糖)		
		紅蘿蔔Q		薑絲		碎豆乾丁	1Kg		素紫米糕1.2K	1包		醬油		
		薑絲	0.1K	素沙茶醬260g	1瓶	青花菜"12K散			高麗菜去外葉Q*					
		黑豆瓣醬3K十全				巴西利葉100g洋香			薑片-老*					
副菜	海帶芽蒸蛋	洗選雞蛋"12K	芋香溫莎拉	芋頭切塊Q。		滷油腐	大油豆腐	26個	大黃瓜素炒	大黃瓜Q.*		扁蒲生菇	生香菇Q	1Kg
		海帶芽(乾)		小黃瓜Q			薑片			素火腿條	1Kg		扁蒲Q.*	
		年糕紙-薄"		牛蕃茄Q			辣椒(紅)			紅蘿蔔Q			紅蘿蔔Q	
				杏鮑菇塊Q	1K		滷包-大10入母指			木耳*1K				
				柚香和風醬1.1K										
青菜	產銷履歷	蚵白菜-產履	有機黑葉	有機菜曾吾強128K	庫存	有機山波	有機菜曾吾強120K	庫存	有機小松	有機菜曾吾強120K	庫存	有機青松	有機菜宋木森120K	庫存
		薑絲	0.1Kg	薑絲	0.1Kg		薑絲	0.1Kg		薑絲	0.1Kg		薑絲	0.1Kg
湯	豆薯湯	涼薯去皮Q.*	酸菜湯	素羊肉0.6K	1包	義式蔬菜湯	素培根500g	1包	淮山枸杞湯	淮山(乾)		山粉圓冬瓜茶	冬瓜糖580g	
		玉米條*切片		鹹菜(美)切絲*			牛蕃茄Q			枸杞(1斤包)			山粉圓	
		紅蘿蔔Q		薑片			馬鈴薯*進口			紅棗(1斤包)				
							杏鮑菇塊Q	1Kg		薑片				
		環保蔬食餐					迷迭香粉190g小磨			應景立冬				
	麥片					光泉保久豆漿隨車			胚芽米-隔天用					
水果			香吉士"			鮮奶(養)08:00			蘋果"					
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		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: