

青埔國小. 一一三學年第一學期學生午餐食譜設計表(第十二週)

oa1 預估總價: \$392,268

平均每日: \$78,454

平均每人每日: \$42.4

食材來源一律使用國產豬、牛肉

	11月11日(星期一)			11月12日(星期二)			11月13日(星期三)			11月14日(星期四)			11月15日(星期五)							
	人數	1,912人(預估:\$54,806)		人數	1,601人(預估:\$75,015)		人數	1,912人(預估:\$131,823)		人數	1,912人(預估:\$80,462)		人數	1,912人(預估:\$50,162)						
	主食	黑芝麻飯		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	蠔油	雞胸丁"超秦	120Kg	酥炸	虱目魚排80片高昇	20件	皮蛋	皮蛋6入CAS	90盒	蔥油	雞胸丁"佳世福	120Kg	冬瓜	肉角*"cas	138Kg					
	菇	雞(骨腿丁)超秦	36Kg	虱目	虱目魚排高昇~拆	2Kg	瘦肉	絞肉A90%*"cas	48Kg	雞丁	雞(骨腿丁)佳世福	36Kg	滷肉	冬瓜*去皮Q	60Kg					
	菇	杏鮑菇-切塊Q	36Kg	魚排	沙拉油18L台糖	4桶	粥	乾香菇絲(台灣)	1.5Kg		青蔥	2Kg		薑片	1Kg					
	雞	紅蘿蔔Q	5Kg					玉米粒15K富士鮮	3件		高麗菜去外葉Q*	45Kg		青蔥	1Kg					
		青蔥	2Kg					高麗菜去外葉Q*	20Kg		薑絲	1.5Kg		絞蒜仁	1Kg					
		薑片	1.5Kg					油蔥酥約5斤"	1包		辣椒(紅)	0.1Kg								
		蠔油5L(素)金蘭	2桶																	
副菜	起司	馬鈴薯-洗皮.足*	60Kg	家常	高麗菜去外葉Q*	60Kg	醬肉片	肉片*"cas	123Kg	紅燒油豆腐	白蘿蔔*進口	60Kg	白花炒甜不辣	白花菜"富士12K散	11件					
	馬鈴薯炒	洗選雞蛋"12K	84Kg	年糕	肉絲*"cas	9Kg		洋蔥去皮*加工	40Kg		小△油豆腐27g	96Kg		小甜不辣條3K.包	8包					
		洋蔥去皮*加工	24Kg		韓式年糕500g長型	60包		紅蘿蔔Q	10Kg		紅蘿蔔Q	8Kg		木耳朵*1K	6包					
		乳酪絲1Kg達人。	24包		紅蘿蔔Q	4Kg		絞蒜仁	1.5Kg		洋蔥去皮*加工	30Kg		紅蘿蔔Q	5Kg					
青菜	有機鳳京	有機菜曾吾強128K	庫存	有機青油	有機菜曾吾強107K	庫存	產銷履歷	黑葉白-產履	120Kg	有機青松	有機菜曾吾強120K	庫存	有機廣島	有機青菜宋木120K	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	黃瓜排骨湯	大黃瓜Q.*	58Kg	青豆	豆腐4.2K津切小丁	7板	蒸珍珠丸	珍珠丸.30入奇美(每人2個)	128包	黃豆芽昆布湯	黃豆芽*非基改美	40Kg	綠豆	綠豆30K	1件					
		龍骨丁3K包"cas	12Kg	豆腐湯	小白菜-產履-東	22Kg					昆布250g包	6包	豆	大麥(小薏仁)	12Kg					
		枸杞(1斤包)	1包		叉骨切cas	3Kg					龍骨丁3K包"cas	9Kg	薏仁	砂糖25K(台糖)	1件					
					薑絲	1Kg					薑絲	1Kg	湯	砂糖(台糖)	10Kg					
		黑芝麻	1Kg		1校外教學313人	1天														
水果				裝箱	統蒸果子乳酪戚Q	312個		光泉保久豆漿隨車	120瓶		五穀米-隔天用	7Kg								
營養					統一愛心牛奶球.Q	312個		優酪乳-養08:00	1797瓶		奇異果"	1912個								
	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	5.3 2.8 1.3 3.3 763			全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	5.0 2.2 1.3 1.0 3.0 743			全穀 豆魚 蔬菜 鮮奶 油脂 熱量	4.0 3.0 1.0 1.0 3.2 794			全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	5.2 3.0 1.3 1.0 2.0 772			全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	6.1 2.5 1.6 2.4 763		

營養師: 徐秀寧

執行秘書: 午餐林雅琪

學務主任: 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(第十二週)素食

0a1

	11月11日(星期一)			11月12日(星期二)			11月13日(星期三)			11月14日(星期四)			11月15日(星期五)			
	人數	26人		人數	26人		人數	26人		人數	26人		人數	26人		
	主食	黑芝麻飯		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	蠔油	生豆包	3Kg	酥炸素排	素排	26個	皮蛋	皮蛋6入CAS		豆腸	生豆腸	1.5Kg	冬瓜	麵圈	0.5Kg	
	菇	杏鮑菇-切塊Q		素排	沙拉油18L台糖		蛋	碎豆乾丁	1Kg	高麗			麵	冬瓜*去皮Q		
	菇	紅蘿蔔Q		排			蔬	乾香菇絲(台灣)		麗	高麗菜去外葉Q*		圈	薑片		
	豆						菜	玉米粒15K富士鮮			薑絲		麵			
	包	薑片					粥	高麗菜去外葉Q*			辣椒(紅)		圈			
		蠔油5L(素)金蘭						素油蔥	1包							
副 菜	起司	馬鈴薯-洗皮.足*		家常年糕	高麗菜去外葉Q*		京醬	四方豆乾丁	3Kg	紅燒	白蘿蔔*進口		白	白花菜"富士12K散		
	馬鈴薯	洗選雞蛋"12K		糕	素豆竹	0.3K	乾丁			油豆腐	小△油豆腐27g		花	素天婦羅	0.6K	
	炒	乳酪絲1Kg達人。			韓式年糕500g長型			紅蘿蔔Q		腐	紅蘿蔔Q		炒	木耳朵*1K		
					紅蘿蔔Q						香菇小朵(生)Q*3K		甜	紅蘿蔔Q		
								甜麵醬3K十全					不辣			
青 菜	有機	有機菜曾吾強128K	庫存	有機	有機菜曾吾強107K	庫存	產	黑葉白-產履	120Kg	有機	有機菜曾吾強120K	庫存	有	有機青菜宋木120K	庫存	
	鳳梨	薑絲	0.1Kg	青	薑絲	0.1Kg	銷	薑絲	0.1Kg	青	薑絲	0.1Kg	機	薑絲	0.1Kg	
湯	黃瓜	大黃瓜Q.*		青	豆腐4.2K津切小丁		蒸	素珍珠丸.20入	3包	黃	黃豆芽*非基改美		綠	綠豆30K		
				菜	小白菜-產履-東		珍	(每人2個)		豆	昆布250g包		豆	大麥(小薏仁)		
		枸杞(1斤包)		豆			珠				芽		薏	砂糖25K(台糖)		
				腐	薑絲		丸				昆	薑絲		仁	砂糖(台糖)	
				湯							布			湯		
	黑芝麻						光泉保久豆漿隨車			湯	五穀米-隔天用					
水 果				水 果	-12元		優酪乳-養08:00			水 果	-12元					
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			

營養師: 徐秀寧

執行秘書: 午餐林雅琪

學務主任: 詹德木

校長: 青埔國民小學 李安邦