

青埔國小. 一一三學年第一學期學生午餐食譜設計表(第十三週)

oal 預估總價: \$422, 478

平均每日: \$84, 496

平均每人每日: \$44. 2

食材來源一律使用國產豬、牛肉

	11月18日(星期一).			11月19日(星期二).			11月20日(星期三).			11月21日(星期四).			11月22日(星期五).			
	人數	1,913人(預估:\$51,306)		人數	1,913人(預估:\$92,218)		人數	1,913人(預估:\$137,527)		人數	1,913人(預估:\$86,263)		人數	1,913人(預估:\$55,164)		
	主食	小米飯		主食	糙米飯		主食	麵食		主食	糙米飯		主食	蕎麥飯		
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	炸豆腐	豆腐4.2K津切小丁	45板	醬冬瓜	旗魚丁3K(含冰)	48包	湯	版條(切)	260Kg	照	雞胸丁"佳世福"	96Kg	黑	肉絲*"cas"	129Kg	
	腐	地瓜粉	20K	1件	冬	冬瓜*去皮Q	40Kg	版	乾香菇絲(台灣)	1.8Kg	燒	雞腿切丁"佳世福"	48Kg	胡	洋蔥去皮*加工	40Kg
		絞蒜泥		3Kg	瓜	薑絲	3Kg	條	乾蝦仁	2Kg	雞	紅蘿蔔Q	25Kg	椒	鴻禧菇3K*Q	6包
		老公白胡椒粉盒		1盒	蒸	醬冬瓜3K(桶)	4桶		肉絲*"cas"	30Kg	丁	洋蔥去皮*加工	20Kg	肉	紅蘿蔔Q	6Kg
		沙拉油18L台糖		4桶	魚	青蔥	1Kg		綠豆芽	48Kg		青蔥	1Kg	柳	絞蒜仁	1Kg
									紅蘿蔔Q	8Kg		薑片	1Kg		黑胡椒醬(3K)	1桶
							韭菜-青頭Q.*	2Kg		白芝麻	1Kg		黑胡椒粒.1斤飛馬	1包		
							油蔥酥約5斤"	1包								
							叉骨切cas	6Kg								
副 菜	柴魚蒸蛋	洗選雞蛋"12K"	96Kg	干	玉米粒15K富士鮮	2件	香	豬棒腿約120gcas	1913個	開	扁蒲去皮Q.*	115Kg	毛	絞肉A90%*"cas"	15Kg	
	蛋	柴魚片-半斤		4包	丁	絞肉A90%*"cas"	36Kg	料	絞蒜仁	1.5Kg	陽	絞肉A90%*"cas"	15Kg	豆	小豆干丁1*1	90Kg
		年糕紙-薄"		65張	肉	小豆干丁1*1	100Kg	豬	辣椒(紅)	0.2Kg	扁	紅蘿蔔Q	10Kg	干	毛豆仁*嘉鹿約1K	40包
					末	絞蒜仁	1.5Kg	棒	滷包-大10入母指	1包	蒲	乾蝦仁	1.5Kg	丁	絞蒜仁	1.5Kg
								腿	義大利香料450g"	1包		絞蒜仁	1.5Kg		青蔥	1Kg
													辣椒(紅)	0.2Kg		
青 菜	有機黑葉	有機菜曾吾強120K	庫存	有	有機菜曾吾強120K	庫存	產	蚵白菜-產履	120Kg	有	有機菜曾吾強120K	庫存	有	有機菜宋木森120K	庫存	
	葉	蒜頭酥約1斤"	1包	機	絞蒜仁	1Kg	銷	蒜頭酥約1斤"	1包	機	絞蒜仁	1Kg	機	蒜頭酥約1斤"	1包	
					青	金絲菇Q	9Kg	履			鳳		小	油豆片切絲	6Kg	
湯	味噌豆皮湯	白蘿蔔*去皮進口	52Kg	酸	洗選雞蛋"12K"	12Kg	蒸	香菇燒賣50入巧好	77包	蕃	牛蕃茄Q	35Kg	紅	紅豆-產履*30K	庫存	
	皮	素豆竹1.8K(包)	2包	辣	洗選雞蛋(盤)30入	2盤	燒	(每人2個)		茄	蕃茄(角)2550g	1桶	豆	生燕麥粒-已提前	庫存	
		柴魚片-半斤	2包	湯	豆腐4.2K津切小丁	5板	賣			蛋	洗選雞蛋"12K"	12Kg	燕	砂糖25K(台糖)	1件	
		味噌(粗)9k十全	1件		脆筍絲1.7K	5包				花	豆腐4.2K津切小丁	4板	麥			
		薑絲	1Kg		大白菜去外葉Q.*	21Kg				湯	青蔥	1Kg				
					木耳絲*3K	1包					叉骨切cas	6Kg				
					紅蘿蔔Q	5Kg										
					叉骨切cas	3Kg										
水果	義美黃豆奶-有糖	1917瓶		葡	萄"進口個	1913人		鮮	奶(養)08:00	1776瓶			蘋	果"	1913個	
營 養	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	6.0 2.1 0.9 1.4 664		全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	5.6 3.0 0.9 1.0 1.4 763		全穀 豆魚 蔬菜 鮮奶 油脂 熱量	4.5 3.0 0.9 1.0 2.5 796		全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	5.2 2.3 1.7 1.0 2.5 753		全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	5.4 3.2 1.0 2.4 751		

營養師: 營養師徐秀寧

執行秘書: 午餐秘書林雅琪

學務主任: 主任唐德木

校長: 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(第十三週)素食

oal

		11月18日(星期一).		11月19日(星期二).		11月20日(星期三).		11月21日(星期四)		11月22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	小米飯	主食	糙米飯	主食	麵食	主食	糙米飯	主食	蕎麥飯																																	
		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	炸豆腐	豆腐4.2K	津切小丁	醬冬瓜	冬瓜*去皮Q	湯	版條(切)	照	素雞丁	2Kg	黑	素豆腸	1Kg																														
			地瓜粉20K	老公白胡椒粉盒		凍豆腐		1Kg		乾香菇絲(台灣)	素火腿		1條	燒	紅蘿蔔Q	素	葫	椒	豆	腸																								
			老			薑絲		蒸		醬冬瓜3K(桶)			油		豆片						0.5K	薑	片	白	芝	麻	黑	胡	椒	粒.1斤飛馬														
						公				凍					豆腐						綠										豆	芽	紅	蘿	蔔	Q								
																																					素	油	蔥	庫	存			
																																										素	油	蔥
副	菜	香	洗選雞蛋"12K		玉	玉米粒15K富士鮮	香	大油豆腐	26個	珍		扁蒲去皮Q.*	毛		豆						干	丁	小	豆	干	丁*1																		
			生香菇Q	1Kg		小		豆	仁*嘉鹿約1K																																			
			年糕紙-薄"	辣							椒(紅)	滷		包-大10入母指																														
																油	腐	扁	蒲																									
																											紅	蘿	蔔	Q														
	紅	蘿			蔔	Q																																						
青	菜	有	有機菜曾吾強120K	有	有機菜曾吾強120K	庫存	產	蚵白菜-產履	庫存	有	有機菜曾吾強120K	庫存	有	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	油	豆	片	切	絲																							
			味		噌	豆		皮	湯		酸	辣		湯	素	燒	賣	牛	蕃	茄	蛋	花	湯	紅	豆	燕	麥	湯	紅	豆	-產	履*30K	庫	存										
																																			白蘿蔔*去皮進口	洗選雞蛋"12K	洗選雞蛋(盤)30入	豆腐4.2K津切小丁	脆筍絲1.7K	大白菜去外葉Q.*	木耳絲*3K	紅蘿蔔Q	蕃茄(角)2550g	洗選雞蛋"12K
味噌(粗)9k十全	脆筍絲1.7K	大白菜去外葉Q.*		木耳絲*3K			紅蘿蔔Q			生燕麥粒-隔天用			紅豆-產履*30K																						蕎麥-隔天用	紅	藜	麥						
薑絲	大白菜去外葉Q.*	木耳絲*3K	紅蘿蔔Q	生燕麥粒-隔天用	紅豆-產履*30K	蕎麥-隔天用	紅	藜	麥																																			
環保蔬食餐	光泉保久豆漿隨車	鮮奶(養)08:00	蘋果"	水	義美黃豆奶-有糖	葡萄"進口個	營	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	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 水果 油脂 熱量	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量																															
小米	鮮奶(養)08:00	蘋果"	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:

詹德木

校長:

青埔國民小學 李安邦 校長