

青埔國小. 一一三學年第一學期學生午餐食譜設計表(第十四週)

oal 預估總價: \$350,114

平均每日: \$70,023

平均每人每日: \$36.6

食材來源一律使用國產豬、牛肉

	11月25日(星期一)			11月26日(星期二)			11月27日(星期三)			11月28日(星期四)			11月29日(星期五)		
	人數	1,912人(預估:\$46,291)		人數	1,912人(預估:\$84,419)		人數	1,912人(預估:\$91,231)		人數	1,912人(預估:\$85,388)		人數	1,912人(預估:\$42,785)	
	主食	紅藜飯		主食	糙米飯		主食	米食		主食	糙米飯		主食	小薏仁飯	
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	豆乳雞	雞胸丁"超秦	152Kg	普羅	去皮烏魚丁12kg	144Kg	日式雜炊飯	雞清肉絲"超秦	78Kg	馬鈴薯燉肉	肉角*"cas	120Kg	糖醋雞丁	雞胸丁"佳世福	120Kg
		高麗菜去外葉Q*	40Kg	羅	豆腐4.2K津切小丁	庫		乾香菇絲(台灣)	1.5Kg		馬鈴薯-洗皮.足*	70Kg		雞(骨腿丁)佳世福	30Kg
		紅蘿蔔Q	20Kg	旺	甜椒-彩色Q.*	8Kg		秀珍菇*美Q	12Kg		紅蘿蔔Q	7Kg		洋蔥去皮*加工	12Kg
		甜酒豆腐乳840g大	8瓶	斯	洋蔥去皮*加工	20Kg		紅蘿蔔Q	9Kg		絞蒜仁	1.5Kg		涼薯去皮Q.*	30Kg
		薑末	1Kg	嫩	牛蕃茄Q.*	8Kg		高麗菜去外葉Q*	42Kg		滷包-大10入母指	1包		絞蒜仁	1Kg
		絞蒜仁	1.5Kg	魚	絞蒜仁*	1.5Kg		洋蔥去皮*加工	15Kg					蕃茄醬3.15K*可果	3桶
					普羅旺斯香草300g	1瓶		絞紅蔥頭*	2Kg					烏醋(5K)穀盛"	1桶
副 菜	菜脯	洗選雞蛋"12K	120Kg	醬	麵腸切片*	90Kg	滷翅小	雞翅小腿"超秦	3824支	白菜魯	大白菜去外葉Q.*	130Kg	蘿蔔	白蘿蔔*去皮進口	120Kg
	蔥	碎菜脯3K	5包	燒	米血糕3K如記(切)	18包		(每人2個)			肉絲*"cas	15Kg	麵	麵圈-小	12Kg
	炒	青蔥	2Kg	麵	薑片	1Kg		絞蒜仁	1Kg		乾香菇絲(台灣)	0.6Kg	燒	海帶結	20Kg
	蛋			腸	絞蒜仁	1.5Kg		薑片	1Kg		乾蝦仁	1.5Kg	海	薑片	1.5Kg
					辣椒(紅)	0.2Kg		辣椒(紅)	0.2Kg		紅蘿蔔Q	10Kg	結	滷包-大10入母指	1包
					九層塔Q.*	2Kg		滷包-大10入母指	1包		木耳朵*1K	8包			
											絞蒜仁	1Kg			
青 菜	時節	青花菜"12K散	14件	有	有機菜曾吾強120K	庫	有	有機菜曾吾強120K	庫	有	有機菜曾吾強120K	庫	有	有機菜宋木森128K	庫
	青	紅蘿蔔Q	7Kg	機	蒜頭酥約1斤"	1包	荷	絞蒜仁	1Kg	小	絞蒜仁	1Kg	黑	絞蒜仁	1Kg
	花	絞蒜仁	1Kg	島			葉			松			葉		
湯	菇	玉米粒15K富士鮮	2件	錦	肉絲*"cas	6Kg	紫	紫菜150g"大包圓	6包	結	結頭菜去皮Q.*	48Kg	桂	白木耳朵	1.9Kg
	菇	金絲菇Q	15Kg	繡	榨菜絲1.7K	10包	菜	(先漂洗切段下鍋)		頭	虱目小魚丸3K包"	6包	圓	紅棗(1斤包)	3包
	玉	香菇小朵(生)Q	6Kg	三	紅蘿蔔Q	5Kg	豆	豆腐4.2K津切小丁	8板	魚			銀	枸杞(1斤包)	1包
	米	紅蘿蔔Q	3Kg	絲	黃豆芽*非基改	24Kg	腐	薑絲	1Kg	丸			耳	切QQ粉圓	21Kg
	湯	叉骨切cas	6Kg	湯	叉骨切cas	6Kg	湯	青蔥	0.6Kg	湯			QQ	砂糖25K(台糖)	1件
								叉骨切cas	3Kg				湯		
							光泉保久豆漿隨車	120瓶							
							蘋果慶生用大O	166個			大麥-隔天用	7Kg			
水	果			柑	柑"	1912個	優	酪乳-養08:00	1797瓶		香	香吉士"	1912個		
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		
	5.2 3.1 1.2 3.8 798			5.5 2.7 1.2 1.0 2.2 777			4.5 2.5 1.1 1.0 2.8 837			5.6 2.3 1.7 1.0 2.6 785			5.6 2.2 1.7 2.4 708		

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(第十四週)素食

0a1

	11月25日(星期一)			11月26日(星期二)			11月27日(星期三)			11月28日(星期四)			11月29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	紅藜飯		主食	糙米飯		主食	米食		主食	糙米飯		主食	小薏仁飯	
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	豆乳燒油豆腐	小四角油豆腐丁	3Kg	普羅旺斯鮮蔬	青花菜冷凍	1Kg	日式雜炊飯	筊白筍帶殼	2Kg	馬鈴薯燉素雞丁	素雞丁3K	3Kg	糖醋素雞	素雞	2K
		高麗菜去外葉Q*			豆腐4.2K津切小丁			乾香菇絲(台灣)			馬鈴薯-洗皮.足*				
		紅蘿蔔Q			甜椒-彩色Q.*			秀珍菇*美Q			紅蘿蔔Q				
		甜酒豆腐乳840g大			牛蕃茄Q.*			紅蘿蔔Q							
		薑末						高麗菜去外葉Q*			滷包-大10入母指				
副菜	菜脯炒蛋	洗選雞蛋"12K		醬燒麵腸	麵腸切片*		滷豆包	生豆包	27個	白菜魯	大白菜去外葉Q.*		蘿蔔燒海結	白蘿蔔*去皮進口	
		碎菜脯3K			素紫米糕1.2K	1包					油泡	0.1Kg		麵圈-小	
					薑片			薑片			乾香菇絲(台灣)			海帶結	
					辣椒(紅)			辣椒(紅)			紅蘿蔔Q			薑片	
					九層塔Q.*			滷包-大10入母指			木耳*1K			滷包-大10入母指	
青菜	時節青花	青花菜"12K散		有機廣島	有機菜曾吾強120K	庫存	有機銷荷葉	有機菜曾吾強120K	庫存	有機小松	有機菜曾吾強120K	庫存	有機黑葉	有機菜宋木森128K	庫存
		紅蘿蔔Q			薑絲	0.1Kg		薑絲	0.1Kg		薑絲	0.1Kg		薑絲	0.1Kg
		薑絲	0.1K												
湯	菇菇玉米湯	玉米粒15K富士鮮		錦繡三絲湯			紫菜豆腐湯	紫菜150g"大包圓		結頭湯	結頭菜去皮Q.*		桂圓銀耳QQ湯	白木耳朵	
		金絲菇Q			榨菜絲1.7K			(先漂洗切段下鍋)						紅棗(1斤包)	
		香菇小朵(生)Q						豆腐4.2K津切小丁						枸杞(1斤包)	
		紅蘿蔔Q			紅蘿蔔Q			薑絲						切QQ粉圓	
		豆腐4.2K津切小丁			黃豆芽*非基改			光泉保久豆漿隨車						砂糖25K(台糖)	
水果				極柑"			優酪乳-養08:00			香吉士"					
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:

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