

青埔國小. 一一三學年第一學期學生午餐食譜設計表(第二十二週)

預估總價: \$47,042 平均每日: \$47,042 平均每人每日: \$24.7 食材來源一律使用國產豬、牛肉

1月20日(星期一)		1月21日(星期二)		1月22日(星期三)		1月23日(星期四)		1月24日(星期五)	
人數	1,907人(預估:\$47,042)	放寒假		放寒假		放寒假		放寒假	
主食	海苔香鬆飯								
菜名	配 料	數量	菜名	配 料	數量	菜名	配 料	數量	菜名
主 菜	回 肉片*"cas	108Kg	副 菜	洗選雞蛋"12K	108Kg	青 菜	有機菜曾吾強120k	庫存	湯
	鍋 豆干片	21Kg		玉米粒15K富士鮮	3件		蒜頭酥約1斤"	1包	
	高麗菜去外葉Q*	70Kg		紅蘿蔔Q	15Kg				
	紅蘿蔔Q	5Kg							
	絞蒜仁	1Kg							
主 菜	青蔥	1Kg	副 菜	黑豆瓣醬3K十全	1件	青 菜			湯
	黑豆瓣醬3K十全	1件							
主 菜	環保蔬食餐		副 菜	素海苔香鬆3K	3包	青 菜			湯
主 菜	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量		副 菜			青 菜			湯
	5.0 3.1 1.5 2.6 738								

放寒假

營養師: 營養師徐秀寧 執行秘書: 午餐林雅琪 學務主任: 學生事務主任 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(第二十二週)素食

ca1

1月20日(星期一)		1月21日(星期二)		1月22日(星期三)		1月23日(星期四)		1月24日(星期五)	
人數	26人	放寒假		放寒假		放寒假		放寒假	
主食	海苔香鬆飯								
菜名	配 料	數量	菜名	配 料	數量	菜名	配 料	數量	菜名
回	豆干片		放 寒 假						
鍋	高麗菜去外葉Q*								
干	紅蘿蔔Q								
片									
	黑豆瓣醬3K十全								
玉	洗選雞蛋"12K								
米	玉米粒15K富士鮮								
紅	紅蘿蔔Q								
蘿									
蔔									
炒									
有	有機菜曾吾強120k								
機	薑絲	0.1Kg							
廣									
島									
扁	扁蒲Q		湯						
蒲	杏鮑菇-切塊Q								
鮮	金絲菇Q								
菇									
湯									
	環保蔬食餐		水果						
	素海苔香鬆3K								
水									
果									
營	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量								
養									

放 寒 假

營養師: 徐秀寧

執行秘書: 林雅琪

學務主任: 蔡德木

校長: 李安邦