

青埔國小. 一一三學年第二學期學生午餐食譜設計表(第一週)

預估總價: \$282,192

平均每日: \$70,548

平均每人每日: \$37

食材來源一律使用國產豬、牛肉

	2月10日(星期一)			2月11日(星期二)			2月12日(星期三)			2月13日(星期四)			2月14日(星期五)		
	放寒假			人數	1,908人(預估:\$79,322)		人數	1,908人(預估:\$96,129)		人數	1,908人(預估:\$63,282)		人數	1,908人(預估:\$43,459)	
	菜名	配 料	數 量	主食	糙米飯		主食	米食		主食	糙米飯		主食	小米飯	
主 菜	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
				醬燒大排	80片 漿	24件	客 家 鹹 湯 圓	一般湯圓	150Kg	糖 醋 雞 丁	雞胸丁"佳世福	108Kg	玉 米 蒸 肉 餅	絞肉A90%"cas	114Kg
								乾香菇絲(台灣)	1.8Kg		雞(骨腿丁)佳世福	30Kg		玉米粒15K富士鮮	2件
								乾蝦仁	2Kg		洋蔥去皮*加工	12Kg		豆腐4.2K津切小丁	8板
								肉絲*"cas	18Kg		涼薯去皮Q.*	30Kg		青蔥	1Kg
								韭菜-青頭Q.*	6Kg		絞蒜仁	1Kg		薑末	1Kg
								有機山茼蒿曾吾60	庫存		蕃茄醬3.15K*可果	3桶		辣椒(紅)	0.2Kg
副 菜								叉骨切cas	6Kg		烏醋(5K)穀盛"	1桶		老公白胡椒粉盒	1盒
								絞紅蔥頭*	4Kg					年糕紙-薄"	60張
				培 根 高 麗	高麗菜去外葉Q*	155Kg	綜 合 滷 味	肉角*"cas	60Kg	五 福 臨 門	絞肉A90%"cas	12Kg	芋 香 白 菜	肉絲*"cas	12Kg
					碎培根3K	4包		小干四丁2*2	48Kg		毛豆仁約1K豐誠	6包		乾蝦仁	1.5Kg
					木耳朵*1K	6包		海帶結	20Kg		馬鈴薯*Q	100Kg		洗選雞蛋(盤)30入	5盤
					紅蘿蔔Q	6Kg		白蘿蔔*Q	65Kg		玉米粒15K富士鮮	1件		大白菜去外葉Q.*	120Kg
					絞蒜仁	1Kg		辣椒(紅)	0.2Kg		紅蘿蔔Q	8Kg		木耳朵*1K	6包
青 菜								絞蒜仁	1Kg		絞蒜仁	1Kg		芋頭*去皮Q	21Kg
								滷包-大10入母指	1包					紅蘿蔔Q	5Kg
				有 機 青 油	有機菜曾吾強120K	庫存	產 銷 履 歷	小白菜-產履-東	120Kg	有 機 青 松	有機菜曾吾強120K	庫存	有 機 塔 菇	有機菜宋木森120K	庫存
					蒜頭酥約1斤"	1包		絞蒜仁	1Kg		絞蒜仁	1Kg		蒜頭酥約1斤"	1包
湯				酸 辣 湯	洗選雞蛋"12K	12Kg	蒸 芝 麻 包	芝麻包20入"	96包	枸 杞 大 黃 瓜 湯	大黃瓜Q	62Kg	綠 豆 薏 仁 湯	綠豆30K	1件
					洗選雞蛋(盤)30入	2盤					枸杞(1斤包)	1包		大麥(小薏仁)	12Kg
					豆腐4.2K津切小丁	5板					叉骨切cas	6Kg		砂糖25K(台糖)	1件
					脆筍絲1.7K	5包									
					大白菜去外葉Q.*	21Kg									
					木耳絲*3K	1包									
					紅蘿蔔Q	5Kg									
水 果					叉骨切cas	3Kg									
營 養															
					茂谷柑"	1908個		鮮奶(養)08:00	1767瓶		水果-12元	1908個			
					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	
					5.5 2.7 1.7 1.0 2.4 799			6.0 1.0 1.1 1.0 2.8 769			5.6 2.2 1.3 1.0 3.2 794			6.5 2.3 1.4 2.4 771	

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

青埔國小. 一一三學年第二學期學生午餐食譜設計表(第一週)素食

	2月10日(星期一)			2月11日(星期二)			2月12日(星期三)			2月13日(星期四)			2月14日(星期五)		
	放寒假			人數	27人		人數	27人		人數	27人		人數	27人	
	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				醬燒大油豆腐	大油豆腐	27個	客家鹹湯圓	一般湯圓		糖醋素丁	素雞丁	2K	玉米豆腐蒸蛋	雞蛋10入	1盒
								乾香菇絲(台灣)						玉米粒15K富士鮮	
								杏鮑菇塊Q	1K					豆腐4.2K津切小丁	
								素油蔥0.6K	1包		涼薯去皮Q.*			薑末	
								炸豆包絲	0.5K		蕃茄醬3.15K*可果			辣椒(紅)	
								有機山茼蒿曾吾60			烏醋(5K)穀盛"			老公白胡椒粉盒	
														年糕紙-薄"	
副 菜				培根高麗	高麗菜去外葉Q*		綜合滷味	小干四丁2*2		五福臨門	小豆乾丁	1Kg	芋香白菜	洗選雞蛋(盤)30入	
					素培根500g	1包		海帶結			毛豆仁約1K豐誠			大白菜去外葉Q.*	
					木耳朵*1K			白蘿蔔*Q			馬鈴薯*Q			木耳朵*1K	
					紅蘿蔔Q			辣椒(紅)			玉米粒15K富士鮮			芋頭*去皮Q	
								滷包-大10入母指			紅蘿蔔Q			紅蘿蔔Q	
青 菜				有機青油	有機菜曾吾強120K	庫存	產銷履歷	小白菜-產履-東		有機青松	有機菜曾吾強120K	庫存	有機塔菇	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
湯				酸辣湯	洗選雞蛋"12K		蒸芝麻包	芝麻包20入"			大黃瓜Q		綠豆薏仁湯	綠豆30K	
					洗選雞蛋(盤)30入						枸杞(1斤包)			大麥(小薏仁)	
					豆腐4.2K津切小丁									砂糖25K(台糖)	
					脆筍絲1.7K										
					大白菜去外葉Q.*										
					木耳絲*3K										
					紅蘿蔔Q										
水 果					茂谷柑"			鮮奶(養)08:00			水果-12元			小米	
營 養					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:

學務主任詹德木

校長:

青埔國民小學 校長 李安邦