

青埔國小. 一一三學年第二學期學生午餐食譜設計表(第四週)

預估總價: \$306,537

平均每日: \$61,307

平均每人每日: \$32

食材來源一律使用國產豬、牛肉

	3月3日(星期一)			3月4日(星期二)			3月5日(星期三).			3月6日(星期四)			3月7日(星期五)			
	人數	1,916人(預估:\$27,839)		人數	1,916人(預估:\$67,278)		人數	1,916人(預估:\$83,673)		人數	1,916人(預估:\$83,083)		人數	1,916人(預估:\$44,664)		
	主食	燕麥飯		主食	糙米飯		主食	麵食		主食	糙米飯		主食	紫米飯		
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	咖哩油豆腐	麻將油腐丁.	75Kg	炸魷魚排	魷魚排100入.6K	19盒	日式炒烏龍麵	熟小烏龍麵	220Kg	梅干扣肉	溫體瘦夾心肉丁Q	120Kg	春川炒雞	雞(骨腿丁)佳世福	24Kg	
		馬鈴薯*Q	60Kg		魷魚排60g~拆	3Kg		乾香菇絲(台灣)	2Kg		溫去皮五花肉丁Q	30Kg		雞胸丁"佳世福	126Kg	
		紅蘿蔔-產履	10Kg		沙拉油18L台糖	4桶		肉絲*"cas	36Kg		乾梅干菜-已提前	庫存		韓式泡菜3K*	7包	
		洋蔥去皮*加工	10Kg			高麗菜去外葉Q*		60Kg	絞蒜仁		1.5Kg	大白菜去外葉Q.。		35Kg		
		薑片	1.5Kg			紅蘿蔔-產履		6Kg	辣椒(紅)		0.2Kg	紅蘿蔔-產履		10Kg		
		老公咖哩粉600g盒	3盒			洋蔥去皮*加工		20Kg			洋蔥去皮*加工	15Kg				
						青蔥		2Kg			辣椒醬(2.7k)香山	1桶				
						柴魚粉1K鯉魚味		1盒			辣椒醬-韓式1kg	1盒				
副菜	蕃茄炒蛋	洗選雞蛋"12K	120Kg	紹子豆腐	絞肉A90%*"cas	18Kg	味噌燻雞	雞胸丁"佳世福	114Kg	青花鮮菇	青花菜"12K散	12件	黃芽干絲	粗豆干絲."	24Kg	
		牛蕃茄Q.*	40Kg		豆腐4.2K津切小丁	29板		雞(骨腿丁)佳世福	18Kg		青花菜-嘉鹿1k*	6包		海帶絲."	15Kg	
		蕃茄(角)2550g	6桶		紅蘿蔔-產履	5Kg		紅蘿蔔-產履	20Kg		香菇小朵(生)Q*3K	3包		紅蘿蔔-產履	5Kg	
					玉米粒富士鮮約1K	10包		洋蔥去皮*加工	30Kg		金絲菇Q*3K健銘	3包		黃豆芽*非基改	45Kg	
					毛豆仁約1K豐誠	5包		青蔥	1Kg		紅蘿蔔-產履	6Kg		薑絲	1.5Kg	
					絞蒜仁	1Kg		絞蒜仁	1Kg		絞蒜仁	1Kg		絞蒜仁	1.5Kg	
								味噌(細白)9k十全	1件					辣椒(紅)	0.3Kg	
青菜	產銷履歷	油菜-產履	120Kg	有機福山	有機菜曾吾強128K	庫存	產銷履歷	蚵白菜-產履	120Kg	有機青江	有機菜曾吾強120K	庫存	有機小白	有機菜宋木森120K	庫存	
		絞蒜仁	1Kg		蒜頭酥約1斤"	1包		蒜頭酥約1斤"	1包		絞蒜仁	1Kg		蒜頭酥約1斤"	1包	
湯	雙色蘿蔔湯	白蘿蔔*Q	57Kg	豆皮菇湯	大黃瓜Q	45Kg	洋芋火腿濃湯	馬鈴薯*Q	50Kg	冬瓜蛤仔湯	冬瓜*Q	60Kg	銀耳蓮子湯	白木耳朵	1.9Kg	
		紅蘿蔔-產履	5Kg		素豆竹1.8K(包)	2包		玉米粒富士鮮約1K	10包		蛤仔-大	20Kg		雪蓮子(乾)	庫存	
		薑片	1Kg		香菇小朵(生)Q*3K	2包		洗選雞蛋"12K	12Kg		叉骨切cas	3Kg		切QQ粉圓	21Kg	
		叉骨切cas	6Kg		金絲菇Q*3K健銘	2包		紅蘿蔔-產履	6Kg		薑絲	1Kg		砂糖25K小太陽"	1件	
								火腿丁1K~	9包							
								玉米濃湯粉1Kg	2包							
								鮮奶(約2L)光泉	2桶							
								光泉保久豆漿隨車	123瓶			雪蓮子(乾)隔天用		6Kg		
								乾梅干菜-隔天用	18Kg			紫米-隔天用		10Kg		
水果			蘋果"	1916個	優酪乳-養08:00	1798瓶	桶柑Q	1916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			
	5.3 1.7 1.3 2.6 649			5.1 2.4 1.0 1.0 3.2 766			5.6 1.2 1.4 1.0 3.0 772			5.0 2.4 1.9 1.0 2.8 764			6.1 2.7 1.4 3.4 818			

營養師: 營養師徐秀寧

執行秘書: 午餐林雅琪

學務主任: 學生事務處主任詹德木

校長: 教務處主任陳筑建

青埔國小. 一一三學年第二學期學生午餐食譜設計表(第四週)素食

091

	3 月 3 日(星期一)			3 月 4 日(星期二)			3 月 5 日(星期三).			3 月 6 日(星期四)			3 月 7 日(星期五)			
	人數	28 人		人數	28 人		人數	28 人		人數	28 人		人數	28 人		
	主食	燕麥飯		主食	糙米飯		主食	麵食		主食	糙米飯		主食	紫米飯		
	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	咖哩 油 豆 腐	麻將油腐丁.		炸 素 魚 排	素鹹魚	1包	日 式 炒 烏 龍 麵	熟小烏龍麵		梅 干 素 燒	生烤麩丁1K	2包	辣 炒 泡 菜			
		馬鈴薯*Q				乾香菇絲(台灣)					韓式年糕500g	3包				
		紅蘿蔔-產履			沙拉油18L台糖			生香菇Q	1Kg		乾梅干菜-已提前	庫存			素韓式泡菜1K*	1包
		素咖哩塊	1盒			生豆包		1Kg			大白菜去外葉Q.。					
		薑片				高麗菜去外葉Q*			辣椒(紅)			紅蘿蔔-產履				
						紅蘿蔔-產履										
															辣椒醬(2.7k)香山	
副 菜	蕃 茄 炒 蛋	洗選雞蛋"12K		紹 子 豆 腐			味 噌 豆 干 丁			青 花 鮮 菇	青花菜"12K散		黃 芽 干 絲	粗豆干絲."		
		牛蕃茄Q.*			豆腐4.2K津切小丁			大豆乾丁	2Kg		青花菜-嘉鹿1k*			海帶絲."		
		蕃茄(角)2550g			紅蘿蔔-產履			紅蘿蔔-產履			香菇小朵(生)Q*3K			紅蘿蔔-產履		
					玉米粒富士鮮約1K			玉米筍Q	0.5K		金絲菇Q*3K健銘			黃豆芽*非基改		
					毛豆仁約1K豐誠						紅蘿蔔-產履			薑絲		
											味噌(細白)9k十全					
青 菜	產 銷 履 歷	油菜-產履		有 機 福 山	有機菜曾吾強128K	庫存	產 銷 履 歷	蚵白菜-產履	庫存	有 機 青 江	有機菜曾吾強120K	庫存	有 機 小 白	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	雙 色 蘿 蔔 湯	白蘿蔔*Q		豆 皮 菇 菇 湯	大黃瓜Q		洋 芋 火 腿 濃 湯	馬鈴薯*Q		冬 瓜 湯	冬瓜*Q		銀 耳 蓮 子 湯	白木耳朵		
		紅蘿蔔-產履			素豆竹1.8K(包)			玉米粒富士鮮約1K				雪蓮子(乾)		庫存		
		薑片			香菇小朵(生)Q*3K			洗選雞蛋"12K				切QQ粉圓				
					金絲菇Q*3K健銘			紅蘿蔔-產履			薑絲			砂糖25K小太陽"		
								素火腿丁0.6K	1包							
								安佳奶油454g大。	1包							
								鮮奶(約2L)光泉								
								光泉保久豆漿隨車						雪蓮子(乾)隔天用		
環保蔬食餐				乾梅干菜-隔天用				紫米-隔天用								
水 果			蘋果"		優酪乳-養08:00		桶柑Q									
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:

學生事務處主任詹德木

校長:

教務主任陳筑廷

代