

青埔國小. 一一三學年第二學期學生午餐食譜設計表(第六週)

預估總價: \$367,020

平均每日: \$73,404

平均每人每日: \$39.7

食材來源一律使用國產豬、牛肉

	3月17日(星期一)			3月18日(星期二)			3月19日(星期三)			3月20日(星期四)			3月21日(星期五)		
	人數	1,916人(預估:\$43,761)		人數	1,573人(預估:\$100,055)		人數	1,916人(預估:\$98,056)		人數	1,916人(預估:\$87,604)		人數	1,916人(預估:\$37,544)	
菜名	小薏仁飯		主食	糙米飯		主食	麵食		主食	糙米飯		主食	地瓜飯		主食
	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	菜名
主 菜	紅燒大黑豆干	大黑豆干1切12".	120Kg	香酥魚丁	旗魚丁3K(含冰)	45包	什錦炒麵	麵疙瘩	220Kg	香菇肉燥	絞肉A90%*"cas	108Kg	蠔油醬燒雞	雞胸丁"佳世福	126Kg
		絞蒜仁	2Kg		絞蒜仁	2Kg		乾香菇絲(台灣)	庫存		小豆干丁1*1	50Kg		雞(骨腿丁)佳世福	18Kg
		八角粒1斤南穎昌*	1包		地瓜粉20K	1件		乾蝦仁(刪除)	1.5Kg		乾香菇絲(台灣)	1.5Kg		紅蘿蔔-產履	9Kg
		冰糖3K細	2包		老公胡椒鹽600g盒	庫存		肉絲*"cas	27Kg		絞蒜仁	1Kg		杏鮑菇-切塊Q	30Kg
		醬油6K萬家香(濃)	1件		小干四丁2*2	60kg		紅蘿蔔-產履	9Kg		絞紅蔥頭	3Kg		薑片	1.5Kg
		白蘿蔔*Q	30kg					洋蔥去皮*加工	20Kg					青蔥	2Kg
								高麗菜去外葉Q*	60Kg					蠔油5L(素)金蘭	2桶
								絞蒜仁	1Kg						
								油蔥酥約5斤"	1包						
副 菜	起司馬鈴薯炒蛋	馬鈴薯-洗皮.足*	60Kg	冬瓜燒麵輪	麵圈-小	3Kg	蔥油雞翅	雞三節翅W6大成	1916支	鮮蔬年糕	高麗菜去外葉Q*	70Kg	海帶干絲	粗豆干絲."	35Kg
		洗選雞蛋"12K	84Kg		冬瓜*去皮Q	95Kg		絞蒜仁	1Kg		肉絲*"cas	12Kg		海帶絲.切小段"	3Kg
		洋蔥去皮*加工	24Kg		紅蘿蔔-產履	9Kg		薑絲	1Kg		韓式年糕500g長型	70包		芹菜或西洋芹	5Kg
		乳酪絲1Kg達人。	24包		薑片	1Kg		青蔥	0.6Kg		紅蘿蔔-產履	4Kg		黃豆芽*非基改	43Kg
		火腿丁1K	9包		滷包-大10入母指	庫存		辣椒(紅)	0.1Kg		洋蔥去皮*加工	15Kg		絞蒜仁	1.5Kg
														薑絲	1.5Kg
														辣椒(紅)	0.3Kg
青 菜	產銷履歷	油菜-產履-東	120Kg	有機黑葉	有機菜曾吾強105K	庫存	時節蔬菜	青菜(綠)	120Kg	有機青松	有機菜曾吾強120K	庫存	有機青江	有機菜曾吾強120K	庫存
		絞蒜仁	1Kg		薑絲	1Kg		絞蒜仁	1Kg		絞蒜仁	1Kg		絞蒜仁	1Kg
湯 品	酸白菜冬粉湯	叉骨切cas	6Kg	蕃茄高麗湯	牛蕃茄Q	20Kg	大黃瓜排骨湯	大黃瓜Q.*	58Kg	福菜肉絲湯	長福菜1.8K(包)	6包	紅豆紫米湯	紅豆-產履*30K	庫存
		冬粉-大包3K"	1包		高麗菜去外葉Q*	20Kg		龍骨丁3K包"cas	12Kg		脆筍片1.7K	24包		紫米-已提前送	庫存
		大白菜*去外葉Q	21Kg		洋蔥去皮*加工	12Kg		枸杞(1斤包)	1包		溫體肉絲**美Q	12Kg		砂糖25K小太陽"	1件
		酸白菜3K*素	6包		青蔥	0.6Kg					薑片	2Kg			
		紅蘿蔔-產履	5Kg		叉骨切cas	6Kg					叉骨切cas	6Kg			
		薑片	1Kg												
水 果	義美黑豆奶-有糖	1916瓶		水果-16元	1573個		優酪乳-養08:00	1796瓶		水果-16元	1916個				
	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	5.6 2.4 1.0 1.8 678		全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	5.0 3.2 1.7 1.0 2.2 792		全穀 豆魚 蔬菜 鮮奶 油脂 熱量	5.0 2.6 1.4 1.0 2.0 790		全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	5.0 2.5 1.4 1.0 3.0 768		全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	5.1 2.7 1.2 2.4 698	

營養師: 徐秀寧

執行秘書: 林雅琪

學務主任: 詹德木

校長: 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(第六週)素食

oa1

	3 月 17 日(星期一)			3 月 18 日(星期二)			3 月 19 日(星期三)			3 月 20 日(星期四)			3 月 21 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	小薏仁飯		主食	糙米飯		主食	麵食		主食	糙米飯		主食	地瓜飯	
	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	紅燒大黑豆干	大黑豆干1切12".		香酥豆干	小干四丁2*2	庫存	什錦炒麵疙瘩	麵疙瘩		香菇肉燥	百頁豆腐小丁	1Kg	蠔油醬燒麵腸	麵腸	2Kg
		八角粒1斤南穎昌*			地瓜粉20K			乾香菇絲(台灣)			小豆干丁1*1			紅蘿蔔-產履	
		冰糖3K細			老公胡椒鹽600g盒			油豆片絲	0.6Kg		乾香菇絲(台灣)			杏鮑菇-切塊Q	
		醬油6K萬家香(濃)						素火腿(刪除)	1條					薑片	
								紅蘿蔔-產履						蠔油5L(素)金蘭	
								高麗菜去外葉Q*							
副 菜	起司馬鈴薯炒蛋	馬鈴薯-洗皮,足*		冬瓜燒麵輪	麵圈-小		脆皮素排	素鹽酥雞排	27個	鮮蔬年糕	高麗菜去外葉Q*		海帶干絲	粗豆干絲."	
		洗選雞蛋"12K			冬瓜*去皮Q						生豆包	0.3K		海帶絲,切小段"	
		玉米粒	1Kg		紅蘿蔔-產履						韓式年糕500g長型			紅蘿蔔-產履	
		乳酪絲1Kg達人。			薑片						紅蘿蔔-產履			黃豆芽*非基改	
					滷包-大10入母指									薑絲	
														辣椒(紅)	
青 菜	產銷履歷	油菜-產履-東		有機黑葉	有機菜曾吾強100K	庫存	時節蔬菜	青菜(綠)	120Kg	有機青松	有機菜曾吾強120K	庫存	有機青江	有機菜曾吾強120K	庫存
		薑絲	0.1Kg		薑絲	0.1Kg		薑絲	0.1Kg		薑絲	0.1Kg		薑絲	0.1Kg
湯	酸白菜冬粉湯	冬粉-大包3K"		蕃茄高麗湯	牛蕃茄Q		大黃瓜湯	大黃瓜Q.*		福菜湯	長福菜1.8K(包)		紅豆紫米湯	紅豆-產履*30K	庫存
		大白菜*去外葉Q			高麗菜去外葉Q*			枸杞(1斤包)			脆筍片1.7K			紫米-已提前送	庫存
		酸白菜3K*素									素豆竹	0.6K		砂糖25K小太陽"	
		紅蘿蔔-產履									薑片				
		薑片													
水 果	義美黑豆奶-有糖			3年級換餐	統一愛心牛奶球Q.	1天	光泉保久豆漿隨車			紫米-隔天用	紅豆-產履*30K		地瓜產履.*		
					統蒸果子乳酪戚O										
營 養	水果-16元			優酪乳-養08:00			水果-16元			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			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:

詹德木

校長:

青埔國小 校長 李安邦