

青埔國小. 一一三學年第二學期學生午餐食譜設計表(第九週)

預估總價: \$327,365

平均每日: \$65,473

平均每人每日: \$34.2

食材來源一律使用國產豬、牛肉

	4月7日(星期一)			4月8日(星期二)			4月9日(星期三).			4月10日(星期四)			4月11日(星期五)		
	人數	1,915人(預估:\$51,280)		人數	1,915人(預估:\$74,732)		人數	1,915人(預估:\$81,596)		人數	1,915人(預估:\$79,905)		人數	1,915人(預估:\$39,852)	
	主食	小米飯		主食	糙米飯		主食	米食		主食	糙米飯		主食	胚芽飯	
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	薑汁燒肉	火鍋肉捲6K*"cas	126Kg	炸虱目魚排	虱目魚排80片高昇	24件	沙茶豬肉炒飯	肉絲*"cas	54Kg	瓜仔雞	雞胸丁"佳世福	120Kg	打拋肉	絞肉A90%*"cas	120Kg
		洋蔥去皮*加工	60Kg			三色丁15K富"		2件	雞(骨腿丁)佳世福		24Kg	洋蔥去皮*加工		35Kg	
		薑末	1.5Kg			洋蔥去皮*加工		40Kg	紅蘿蔔-產履		20Kg	牛蕃茄Q.*		21Kg	
		白芝麻	1Kg			青蔥		2Kg	香菇小朵(生)Q*3K		4包	絞紅蔥頭		3Kg	
		味霖(1.5L)	1桶			沙茶醬3K*牛頭		2桶	花瓜條1.8K"		13包	辣椒(紅)		0.2Kg	
									薑片		1.5Kg	羅勒葉250g小磨坊		1包	
												魚露(純)500ml		2瓶	
												檸檬原汁750cc		4瓶	
副菜	奶香玉米肉茸	玉米粒鮮綠Q15K"	7件	海帶豆干	海帶結.	45Kg	高昇排骨	前排丁3K包cas	108Kg	枸杞高麗	高麗菜去外葉Q*	128Kg	蛋酥白菜	大白菜去外葉Q.*	125Kg
		毛豆仁 山內約1K	8包		小干四丁2*2	84Kg		肉角*"cas	60Kg		枸杞(1斤包)	2包		絞紅蔥頭*	3Kg
		絞肉A90%*"cas	18Kg		紅蘿蔔-產履	30Kg		紅蘿蔔-產履	30Kg		碎培根3K	4包		香菇小朵(生)Q	9Kg
		馬鈴薯-洗皮.足*	40Kg		絞蒜仁	1Kg		絞蒜仁	1Kg		木耳朵Q.*	4Kg		洗選雞蛋"12K	12Kg
		絞蒜仁	1Kg		薑片	1.5Kg		青蔥	1Kg		絞蒜仁	1Kg		紅蘿蔔-產履	8Kg
		安佳奶油454g大。	2包		滷包-大10入母指	庫存						木耳朵*1K		6包	
												絞蒜仁		1Kg	
青菜	產銷履歷	青江菜-產履-東	120Kg	有機鳳京	有機菜曾吾強120K	庫存	時節豆芽	綠豆芽	105Kg	有機雪菜	有機菜曾吾強120K	庫存	有機黑葉	有機菜宋木森128K	庫存
		絞蒜仁	1Kg		蒜頭酥約1斤"	1包		韭菜-青頭Q.*	3Kg		蒜頭酥約1斤"	1包		絞蒜仁	1Kg
						絞蒜仁		1Kg							
湯	味噌豆腐湯	豆腐4.2K津切小丁	9板	香菇雞湯	香菇小朵(生)Q*3K	2包	雙色蘿蔔湯	白蘿蔔Q.*	57Kg	錦繡三絲湯	肉絲*"cas	6Kg	紅豆銀耳湯	紅豆-產履*30K	庫存
		味噌(粗)9k十全	1件		雞胸丁"佳世福	36Kg		紅蘿蔔-產履	5Kg		榨菜絲1.7K	10包		白木耳朵	1Kg
		海帶芽(乾)	2Kg		雞(骨腿丁)佳世福	9Kg		薑片	1Kg		紅蘿蔔-產履	5Kg		砂糖25K小太陽"	1件
		柴魚片-半斤	2包		山藥Q	30Kg		叉骨切cas	6Kg		黃豆芽*非基改	24Kg			
		青蔥	1Kg		薑片	1Kg					叉骨切cas	6Kg			
					枸杞(1斤包)	1包									
			環保蔬食餐												
	小米	10Kg					光泉保久豆漿隨車	153瓶		胚芽米-隔天用	10Kg				
										紅豆-產履*30K	1件				
水果			香梨"	1915個		鮮奶(養)08:00	1767瓶		茂谷柑Q	1915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		
	6.5 2.6 1.0 2.5 788			5.2 3.1 1.1 1.0 2.4 793			5.0 2.5 1.4 1.0 2.3 797			5.0 2.2 1.9 1.0 2.4 731			5.3 1.9 1.8 2.2 658		

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:

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(第九週)素食

oa1

	4月7日(星期一)			4月8日(星期二)			4月9日(星期三)			4月10日(星期四)			4月11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	主食	小米飯		主	主食	糙米飯		主	主食	糙米飯		主	主食	胚芽飯	
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
主	薑汁燒豆腐	素豆腸	2Kg	炸素魚排	素魚排	1包	沙茶三色炒飯	素培根500g	2包	瓜仔素雞	麵圈	1Kg	打拋乾丁	杏鮑菇塊Q	2Kg
		高麗菜Q	1Kg					三色丁15K富"						碎豆乾丁	1Kg
		薑末						雞蛋10入	1盒		紅蘿蔔-產履			牛蕃茄Q.*	
		白芝麻						素沙茶醬 737g	1瓶		香菇小朵(生)Q*3K			辣椒(紅)	
		味霖(1.5L)									花瓜條1.8K"			羅勒葉250g小磨坊	
副	奶香玉米	玉米粒鮮綠Q15K"		海帶豆干	海帶結.		高昇素獅子頭	素獅子頭	56個	枸杞高麗	高麗菜去外葉Q*		蛋酥白菜	大白菜去外葉Q.*	
		毛豆仁 山內約1K			小干四丁2*2			1人2個			枸杞(1斤包)			香菇小朵(生)Q	
		小豆乾丁	1Kg		紅蘿蔔-產履			紅蘿蔔-產履			木耳朵Q.*			洗選雞蛋"12K	
		馬鈴薯-洗皮.足*			薑片									紅蘿蔔-產履	
		安佳奶油454g大。			滷包-大10入母指	庫存								木耳朵*1K	
青	產銷履歷	青江菜-產履-東		有機鳳京	有機菜曾吾強120K	庫存	時節豆芽	綠豆芽		有機雪菜	有機菜曾吾強120K	庫存	有機黑葉	有機菜宋木森128K	庫存
		薑絲	0.1K		薑絲	0.1K		薑絲	0.1K		薑絲	0.1K		薑絲	0.1K
湯	味噌豆腐湯	豆腐4.2K津切小丁		香菇山藥湯	香菇小朵(生)Q*3K		雙色蘿蔔湯	白蘿蔔Q.*		錦繡三絲湯	素豆竹	0.2K	紅豆銀耳湯	紅豆-產履*30K	庫存
		味噌(粗)9k十全						紅蘿蔔-產履			榨菜絲1.7K			白木耳朵	
		海帶芽(乾)						薑片			紅蘿蔔-產履			砂糖25K小太陽"	
					山藥Q						黃豆芽*非基改				
					薑片										
水	果	環保蔬食餐		香梨"	枸杞(1斤包)	1包	鮮奶(養)08:00			茂谷柑Q					
		小米									胚芽米-隔天用				
											紅豆-產履*30K				
營	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:

午餐林雅琪

學務主任:

詹德木

校長:

李安邦