

# 青埔國小.一一三學年第二學期學生午餐食譜設計表(第十一週)

561n 預估總價: \$470,920

平均每日: \$78,487

平均每人每日: \$41.1

食材來源一律使用國產豬、牛肉

|     | 4 月 21 日(星期一) |                      |       | 4 月 22 日(星期二) |                      |       | 4 月 23 日(星期三) |                       |       | 4 月 24 日(星期四) |                      |       | 4 月 25 日(星期五) |                      |       | 4 月 26 日(星期六) |                       |       |
|-----|---------------|----------------------|-------|---------------|----------------------|-------|---------------|-----------------------|-------|---------------|----------------------|-------|---------------|----------------------|-------|---------------|-----------------------|-------|
|     | 人數            | 1,914 人(預估:\$53,199) |       | 人數            | 1,914 人(預估:\$80,057) |       | 人數            | 1,914 人(預估:\$105,907) |       | 人數            | 1,883 人(預估:\$78,682) |       | 人數            | 1,914 人(預估:\$46,763) |       | 人數            | 1,914 人(預估:\$106,312) |       |
|     | 主食            | 海苔飯                  |       | 主食            | 糙米飯                  |       | 主食            | 麵食                    |       | 主食            | 糙米飯                  |       | 主食            | 蕎麥飯                  |       | 主食            | 麵包                    |       |
|     | 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   | 菜名            | 配 料                   | 數 量   |
| 主 菜 | 蠔 菇 豬 柳       | 肉柳*"cas              | 126Kg | 泡 菜           | 韓式泡菜3K*              | 9包    | 客 家 湯 版 條     | 板條(切)                 | 260Kg | 豆 輪 滷 肉       | 肉角*"cas              | 120Kg | 糖 醋 雞 丁       | 雞胸丁"佳世福              | 108Kg | 麵 包           | 統丹麥菠蘿可頌Q              | 1916個 |
|     |               | 杏鮑菇(中美)Q             | 30Kg  |               | 旗魚丁3K(含冰)            | 36包   |               | 肉絲*"cas               | 30Kg  |               | 麵圈-小                 | 10Kg  |               | 雞(骨腿丁)佳世福            | 30Kg  |               | 統一愛心牛奶球Q.             | 1916個 |
|     |               | 洋蔥去皮*加工              | 36Kg  | 魚 丁           | 豆腐4.2K津切小丁           | 10板   |               | 乾香菇絲(台灣)              | 1Kg   |               | 白蘿蔔*Q                | 40Kg  |               | 洋蔥去皮*加工              | 12Kg  |               | 裝箱7點前到校               |       |
|     |               | 薑絲                   | 1Kg   |               | 大白菜去外葉Q.*            | 40Kg  |               | 乾蝦仁                   | 1.5Kg |               | 絞蒜仁                  | 1Kg   |               | 涼薯*去皮Q               | 30Kg  |               |                       |       |
|     |               | 辣椒(紅)                | 0.2Kg |               | 洋蔥去皮*加工              | 10Kg  |               | 綠豆芽                   | 45Kg  |               | 滷包-大10入母指            | 1包    |               | 絞蒜仁                  | 1Kg   |               |                       |       |
|     |               | 蠔油5 L(素)金蘭           | 2桶    |               | 絞蒜仁                  | 1Kg   |               | 紅蘿蔔-產履                | 5Kg   |               | 辣椒(紅)                | 0.2Kg |               | 蕃茄醬3.15K*可果          | 3桶    |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               | 油蔥酥約5斤*               | 1包    |               |                      |       |               | 烏醋(5 K)穀盛"           | 1桶    |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               | 魚跟豆腐 先炸後煮            |       |               | 韭菜-青頭Q.*              | 3Kg   |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
| 副 菜 | 雞 茸 豆 腐       | 雞清肉絞-超秦              | 18Kg  | 田 園 四 寶       | 絞肉A90%*"cas          | 18Kg  | 滷 雞 翅         | 雞三節翅W6佳世福             | 1915支 | 蒜 香 花 椰       | 肉絲*"cas              | 12Kg  | 京 醬 干 絲       | 粗豆干絲."               | 70Kg  |               |                       |       |
|     |               | 豆腐4.2K津切小丁           | 29板   |               | 玉米粒富士鮮約1K            | 20包   |               | 絞蒜仁                   | 1Kg   |               | 青花菜"12K散             | 12件   |               | 肉絲*"cas              | 12Kg  |               |                       |       |
|     |               | 三色丁15K富"             | 2件    |               | 紅蘿蔔-產履               | 10Kg  |               | 薑片                    | 1Kg   |               | 木耳朵Q.*               | 4Kg   |               | 洋蔥去皮*加工              | 30Kg  |               |                       |       |
|     |               | 絞蒜仁                  | 1Kg   |               | 馬鈴薯-洗皮.足*            | 85Kg  |               | 辣椒(紅)                 | 0.2Kg |               | 紅蘿蔔-產履               | 5Kg   |               | 紅蘿蔔-產履               | 5Kg   |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               | 絞蒜仁                  | 1Kg   |               | 滷包-大10入母指             | 1包    |               | 絞蒜仁                  | 1Kg   |               | 小黃瓜Q.*               | 30Kg  |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               | 青蔥                   | 0.6Kg |               |                       |       |               |                      |       |               | 甜麵醬(9k)十全            | 1件    |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
| 青 菜 | 產 銷 履 歷 黑 葉   | 黑葉白-產履-東             | 120Kg | 有 機 青 油 菜     | 有機菜曾吾強120K           | 庫存    | 產 銷 履 歷 青 江   | 青江菜-產履-東              | 120Kg | 有 機 青 松 菜     | 有機菜曾吾強118K           | 庫存    | 有 機 小 白 菜     | 有機菜宋木森120K           | 庫存    |               |                       |       |
|     |               | 蒜頭酥約1斤"              | 1包    |               | 絞蒜仁                  | 0.6Kg |               | 蒜頭酥約1斤"               | 1包    |               | 絞蒜仁                  | 0.6Kg |               | 蒜頭酥約1斤"              | 1包    |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
| 湯   | 海 芽 蛋 花 湯     | 海帶芽(乾)               | 2Kg   | 冬 瓜 魚 丸 湯     | 冬瓜*Q                 | 60Kg  | 蒸 芋 泥 包       | 芋泥包20入"               | 96包   | 玉 米 蛋 花 湯     | 玉米粒鮮綠Q15K"           | 3件    | 綠 豆 薏 仁 湯     | 綠豆30K                | 1件    |               |                       |       |
|     |               | 洗選雞蛋"12K             | 12Kg  |               | 虱目小魚丸3K包"            | 5包    |               |                       |       |               | 洗選雞蛋"12K             | 12Kg  |               | 大麥(小薏仁)              | 12Kg  |               |                       |       |
|     |               | 薑絲                   | 1Kg   |               | 薑絲                   | 1Kg   |               |                       |       |               | 紅蘿蔔-產履               | 5Kg   |               | 砂糖25K小太陽"            | 1件    |               |                       |       |
|     |               | 青蔥                   | 1Kg   |               |                      |       |               |                       |       |               | 叉骨切cas               | 6Kg   |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               | 叉骨切cas               | 6Kg   |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               | 海苔粉300g              | 2包    |               |                      |       |               |                       |       |               | 601換餐麵包31+1          | 1天    |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       | 蕎麥-隔天用        | 10Kg                 |       |               |                      |       |               |                       |       |
| 營 養 |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       | 裝 箱           | 統一愛心牛奶球Q.            | 32個   |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               | 統一菱格香菠蘿O             | 32個   |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               | 肝膽丁                  | 1884個 |               |                      |       |               | 義美黃豆奶-有糖              | 1918瓶 |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |
|     |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |               |                      |       |               |                      |       |               |                       |       |

營養師:

營養師徐秀寧

執行秘書:

秘書林雅琪

學務主任:

學務主任詹德木

校長:

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(第十一週)素食

|     |                   | 4 月 21 日(星期一) |  |                   | 4 月 22 日(星期二) |            |                   | 4 月 23 日(星期三) |               |                   | 4 月 24 日(星期四) |           |                   | 4 月 25 日(星期五) |            |           | 4 月 26 日(星期六) |            |     |          |  |          |
|-----|-------------------|---------------|--|-------------------|---------------|------------|-------------------|---------------|---------------|-------------------|---------------|-----------|-------------------|---------------|------------|-----------|---------------|------------|-----|----------|--|----------|
|     |                   | 28 人          |  |                   | 28 人          |            |                   | 28 人          |               |                   | 28 人          |           |                   | 28 人          |            |           | 28 人          |            |     |          |  |          |
|     |                   | 海苔飯           |  |                   | 糙米飯           |            |                   | 麵食            |               |                   | 糙米飯           |           |                   | 蕎麥飯           |            |           | 麵包            |            |     |          |  |          |
|     |                   | 配 料           |  | 數 量               | 配 料           |            | 數 量               | 配 料           |               | 數 量               | 配 料           |           | 數 量               | 配 料           |            | 數 量       | 配 料           |            | 數 量 |          |  |          |
| 主 菜 | 蠔 菇 豆 腸           | 素豆腸           |  | 1.5Kg             | 泡 菜 豆 腐       | 素韓式泡菜1K*   |                   | 1瓶            | 客 家 湯 粿 條     | 板條(切)             |               | 豆 輪 滷 蘿 蔔 |                   |               | 糖 醋 豆 包    | 生豆包       |               | 2K         | 麵 包 | 統丹麥菠蘿可頌Q |  |          |
|     |                   | 杏鮑菇(中美)Q      |  |                   |               |            | 油豆片絲              |               |               | 0.6K              | 麵圈-小          |           |                   |               |            | 統一愛心牛奶球Q. |               |            |     |          |  |          |
|     |                   |               |  |                   |               |            | 豆腐4.2K津切小丁        |               |               |                   | 白蘿蔔*Q         |           |                   | 涼薯*去皮Q        |            |           | 裝箱7點前到校       |            |     |          |  |          |
|     |                   | 薑絲            |  |                   |               |            | 大白菜去外葉Q.*         |               |               |                   | 滷包-大10入母指     |           |                   |               |            |           |               |            |     |          |  |          |
|     |                   | 辣椒(紅)         |  |                   |               |            |                   |               |               |                   | 辣椒(紅)         |           |                   | 蕃茄醬3.15K*可果   |            |           |               |            |     |          |  |          |
|     |                   | 蠔油5 L(素)金蘭    |  |                   |               |            |                   |               |               |                   | 素油蔥           |           | 庫存                | 烏醋(5K)穀盛"     |            |           |               |            |     |          |  |          |
| 副 菜 | 三 色 豆 腐           |               |  |                   | 田 園 四 寶       | 小豆乾丁       |                   | 1K            | 醬 淋 嫩 豆 腐     | 醬淋嫩豆腐30入          |               | 1盒        | 鮮 菇 花 椰           | 金針菇Q          |            | 1Kg       | 京 醬 干 絲       | 粗豆干絲."     |     |          |  |          |
|     |                   | 豆腐4.2K津切小丁    |  |                   |               |            | 薑片                |               |               |                   | 青花菜"12K散      |           |                   |               |            |           |               |            |     |          |  |          |
|     |                   | 三色丁15K富"      |  |                   |               |            | 紅蘿蔔-產履            |               |               |                   | 木耳朵Q.*        |           |                   |               | 紅蘿蔔-產履     |           |               |            |     |          |  |          |
|     |                   |               |  |                   |               |            | 馬鈴薯-洗皮.足*         |               |               |                   | 紅蘿蔔-產履        |           |                   |               | 小黃瓜Q.*     |           |               |            |     |          |  |          |
|     |                   |               |  |                   |               |            |                   |               |               |                   | 滷包-大10入母指     |           |                   |               | 甜麵醬(9k)十全  |           |               |            |     |          |  |          |
|     |                   |               |  |                   |               |            |                   |               |               |                   |               |           |                   |               |            |           |               |            |     |          |  |          |
| 青 菜 | 產 銷 履 歷 黑 葉 菜     | 黑葉白-產履-東      |  |                   | 有 機 青 油 菜     | 有機菜曾吾強120K |                   | 庫存            | 產 銷 履 歷 青 江 菜 | 青江菜-產履-東          |               |           | 有 機 青 松 菜         | 有機菜曾吾強118K    |            | 庫存        | 有 機 小 白 菜     | 有機菜宋木森120K |     | 庫存       |  |          |
|     |                   | 薑絲            |  | 0.1K              |               |            |                   | 薑絲            |               | 0.1K              | 薑絲            |           |                   | 0.1K          | 薑絲         |           |               | 0.1K       |     |          |  |          |
|     |                   |               |  |                   |               |            |                   |               |               |                   |               |           |                   |               |            |           |               |            |     |          |  |          |
|     |                   |               |  |                   |               |            |                   |               |               |                   |               |           |                   |               |            |           |               |            |     |          |  |          |
|     |                   |               |  |                   |               |            |                   |               |               |                   |               |           |                   |               |            |           |               |            |     |          |  |          |
|     |                   |               |  |                   |               |            |                   |               |               |                   |               |           |                   |               |            |           |               |            |     |          |  |          |
| 湯   | 海 芽 蛋 花 湯         | 海帶芽(乾)        |  |                   | 冬 瓜 湯         | 冬瓜*Q       |                   |               | 蒸 芋 泥 包       | 芋泥包20入"           |               |           | 玉 米 蛋 花 湯         | 玉米粒15K富士鮮     |            |           | 綠 豆 薏 仁 湯     | 綠豆30K      |     |          |  |          |
|     |                   | 洗選雞蛋"12K      |  |                   |               |            |                   |               |               |                   | 洗選雞蛋"12K      |           |                   |               | 大麥(小薏仁)    |           |               |            |     |          |  |          |
|     |                   | 薑絲            |  |                   |               |            | 薑絲                |               |               |                   | 紅蘿蔔-產履        |           |                   |               | 砂糖25K小太陽"  |           |               |            |     |          |  |          |
|     |                   |               |  |                   |               |            |                   |               |               |                   |               |           |                   |               |            |           |               |            |     |          |  |          |
|     |                   |               |  |                   |               |            |                   |               |               |                   |               |           |                   |               |            |           |               |            |     |          |  |          |
|     |                   |               |  |                   |               |            |                   |               |               |                   |               |           |                   |               |            |           |               |            |     |          |  |          |
|     |                   |               |  |                   |               |            |                   |               |               |                   |               |           |                   |               |            |           |               |            |     |          |  |          |
|     |                   |               |  |                   |               |            |                   |               |               |                   |               |           |                   |               |            |           |               |            |     |          |  |          |
|     |                   |               |  |                   |               |            |                   |               |               |                   |               |           |                   |               |            |           |               |            |     |          |  |          |
|     |                   |               |  |                   |               |            |                   |               |               |                   |               |           |                   |               |            |           |               |            |     |          |  |          |
|     |                   | 海苔粉300g       |  |                   |               |            |                   |               |               |                   | 光泉保久豆漿隨車      |           |                   | 153瓶          | 鮮奶(養)08:00 |           |               |            | 肝膽丁 |          |  | 義美黃豆奶-有糖 |
| 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：

執行秘書：  
午餐 林雅琪  
秘書

學務主任：  


校長：青埔國民小學 李安邦 校