

青埔國小. 一一三學年第二學期學生午餐食譜設計表(第十八週)

預估總價: \$395,602

平均每日: \$79,120

平均每人每日: \$41.3

食材來源一律使用國產豬、牛肉

	6 月 9 日(星期一)			6 月 10 日(星期二)			6 月 11 日(星期三).			6 月 12 日(星期四)			6 月 13 日(星期五)				
	人數	1,916 人(預估:\$56,558)		人數	1,916 人(預估:\$75,006)		人數	1,916 人(預估:\$125,872)		人數	1,916 人(預估:\$91,540)		人數	1,916 人(預估:\$46,626)			
	主食	海苔香鬆飯		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	豆腐	麻婆豆腐	豆腐4.2K津切小丁	32板	紅燒魚	旗魚丁3K(含冰)	48包	酸辣湯	麵疙瘩	230Kg	紅麴肉燥	絞肉A90%*"cas	132Kg	咖哩雞丁	雞胸丁"超秦	126Kg	
		絞肉A90%*"cas	12Kg	馬鈴薯*Q		50Kg	辣肉絲*"cas		36Kg	絞碎豆干(白)		50Kg	雞(骨腿丁)超秦		18Kg		
		三色丁-富"約1K	10包	薑絲		2Kg	金絲菇Q		12Kg	洋蔥去皮*加工		25Kg	馬鈴薯*Q		65Kg		
		絞蒜仁	1.5Kg	青蔥		1Kg	脆筍絲1.7K		8包	紅糟3K		4盒	紅蘿蔔-產履		8Kg		
		青蔥	2Kg	絞蒜仁		1Kg	木耳朵Q.*		6Kg	絞紅蔥頭		4Kg	洋蔥去皮*加工		10Kg		
		辣豆瓣醬(2.8K)"	1桶	地瓜粉20K		1件	洗選雞蛋"12K		12Kg	茄子Q		20Kg	薑片		1.5Kg		
				辣椒(紅)		0.1Kg	大白菜去外葉Q.*		56Kg	冰糖3K細		2包	老公咖哩粉600g盒		3盒		
							紅蘿蔔-產履		5Kg								
				叉骨切cas	6Kg												
副菜	菜脯炒蛋	洗選雞蛋"12K	120Kg	小瓜素雞	小黃瓜Q.*	80Kg	香滷雞腿	雞棒腿D5"超秦	1916支	蒜炒海帶根	肉絲*"cas	18Kg	胡瓜黑輪	大黃瓜去皮Q.*	135Kg		
		碎菜脯3K	5包		紅蘿蔔-產履	10Kg		絞蒜仁	1Kg		海帶根"	95Kg		小黑輪條3K包	9包		
		青蔥	2Kg		絞蒜仁	1Kg		薑片	1Kg		紅蘿蔔-產履	8Kg		紅蘿蔔-產履	10Kg		
					素雞切片	30Kg		滷包-大10人母指	庫存		絞蒜仁	1Kg		木耳朵Q.*	6Kg		
					香油(3L)福壽	庫存		辣椒(紅)	0.1Kg		薑絲	1Kg		絞蒜仁	1Kg		
											辣椒(紅)	0.1Kg					
青菜	產銷履歷	小白菜-產履-東	120Kg	有機高麗菜	有機菜曾吾強128K	庫存	時節大A?	大陸A菜.*Q	128Kg	有機油菜	有機菜曾吾強120K	庫存	有機黑葉菜	有機菜宋木森120K	庫存		
		絞蒜仁	1Kg		絞蒜仁	1Kg		絞蒜仁	1Kg		蒜頭酥約1斤"	1包		蒜頭酥約1斤"	1包		
湯	薑絲冬瓜湯	冬瓜*去皮Q	60Kg	蕃茄蛋花湯	牛蕃茄Q	35Kg	蒸豆沙包	豆沙包20人"	96包	酸白菜絲湯	叉骨切cas	6Kg	冬瓜珍珠奶茶	珍珠粉圓	39Kg		
		薑絲	1.5Kg		洗選雞蛋"12K	12Kg					肉絲*"cas	9Kg		奶粉2.2K。克寧	3桶		
		叉骨切cas	6Kg		豆腐4.2K(薄).	4板					金絲菇Q	6Kg		冬瓜糖580g	55個		
					青蔥	1Kg					大白菜去外葉Q.*	21Kg		砂糖"	10Kg		
					叉骨切cas	6Kg					酸白菜3K*素	6包					
											紅蘿蔔-產履	5Kg					
											薑片	1Kg					
			環保蔬食餐								光泉保久豆漿隨車	126瓶					
			素海苔香鬆3K		3包						蘋果慶生用Q	152個					
水果	義美黃豆奶-有糖	1920瓶	蓮霧"	1916個	優酪乳-養08:00	1795瓶	肚臍丁	1916個									
營養	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量 含鈣	4.5 2.3 1.1 3.4 669 249	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量 含鈣	5.3 2.3 1.4 1.0 2.4 747 123	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量 含鈣	5.0 2.6 1.1 1.0 2.2 792 169	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量 含鈣	5.2 2.9 1.7 1.0 2.4 793 313	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量 含鈣	6.7 2.4 1.5 2.4 795 134							

◎本菜單含有甲殼類、花生、乳品類、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類、亞硫酸鹽類等及其各類製品，不適合對其過敏體質者食用。

◎本菜單高鈣食物會以斜體標示。

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(第十八週)素食

oal

	6月9日(星期一)			6月10日(星期二)			6月11日(星期三)			6月12日(星期四)			6月13日(星期五)		
	人數	29人		人數	29人		人數	29人		人數	29人		人數	29人	
	主食	海苔香鬆飯		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	麻婆豆腐	豆腐4.2K津切小丁		紅燒豆腐	小三角油豆腐	2Kg	酸辣湯	麵疙瘩		紅麴素干丁	乾香菇絲	0.1K	咖哩凍豆腐	青花冷凍	1Kg
		三色丁-富"約1K		薑絲	馬鈴薯*Q		麵疙瘩	白豆干絲	1K		絞碎豆干(白)		凍豆腐	馬鈴薯*Q	2Kg
							麵疙瘩	金絲菇Q			紅糟3K		紅蘿蔔-產履		
		辣豆瓣醬(2.8K)"		地瓜粉20K			麵疙瘩	脆筍絲1.7K			冰糖3K細		薑片		
				辣椒(紅)			麵疙瘩	木耳Q.*			茄子Q		老公咖哩粉600g盒		
副菜	菜脯炒蛋	洗選雞蛋"12K		小黃瓜Q.*			香滷素雞腿	素雞腿	58支	炒海帶根	海帶根"		胡瓜天婦羅	大黃瓜去皮Q.*	
		碎菜脯3K		紅蘿蔔-產履			香滷素雞腿	1人2支			紅蘿蔔-產履			素天婦羅	0.6K
				素雞切片			香滷素雞腿	薑片			薑絲			紅蘿蔔-產履	
				香油(3L)福壽	庫存		香滷素雞腿	滷包-大10人母指			辣椒(紅)			木耳Q.*	
							香滷素雞腿	辣椒(紅)							
青菜	產銷履歷	小白菜-產履-東		有機菜曾吾強128K	庫存		時節大A	大陸A菜 Q		有機油菜	有機菜曾吾強120K	庫存	有機黑葉	有機菜宋木森120K	庫存
		薑絲	0.1K	薑絲	0.1K		時節大A	薑絲	0.1K		薑絲	0.1K		薑絲	0.1K
							時節大A								
							時節大A								
							時節大A								
湯	薑絲冬瓜湯	冬瓜*去皮Q		蕃茄蛋花湯	牛蕃茄Q		蒸豆沙包	豆沙包20人"		酸白菜豆腐湯	豆腐1.2K	2盒	冬瓜珍珠奶茶	珍珠粉圓	
		薑絲			洗選雞蛋"12K						金絲菇Q			奶粉2.2K。克寧	
					豆腐4.2K(薄).						大白菜去外葉Q.*			冬瓜糖580g	
											酸白菜3K*素			砂糖"	
											紅蘿蔔-產履				
營養	義美黃豆奶-有糖			蓮霧"				光泉保久豆漿隨車			薑片				
								蘋果慶生用							
											紫米-隔天用			畢業典禮6/14	
營養	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量 含鈣							優酪乳-養08:00			肚臍丁				

營養師:

執行秘書:

學務主任:

校長:

營養師徐秀寧

午餐林雅琪

學生事務處主任 詹德木

青埔國民小學 李安邦 校長