

青埔國小. 一一四學年第一學期學生午餐食譜設計表(第十六週)

食材來源一律使用國產豬、牛肉

	12 月 15 日(星期一)			12 月 16 日(星期二).			12 月 17 日(星期三).			12 月 18 日(星期四)			12 月 19 日(星期五)		
	人數	1,941 人		人數	1,941 人		人數	1,657 人		人數	1,657 人		人數	1,657 人	
菜名	主食	海苔香鬆飯		主食	糙米飯		主食	米食		主食	糙米飯		主食	地瓜飯	
	配 料	數 量		配 料	數 量		配 料	數 量		配 料	數 量		配 料	數 量	
主 菜	蔬食	油豆腐丁	120Kg	甜	旗魚丁	132Kg	香	白米(產	庫存	南	肉丁	99Kg	燕	雞丁	99Kg
		馬鈴薯	45Kg	蔥	洋蔥去皮	20Kg	菇	圓糯米	60Kg	瓜	南瓜Q	40Kg	菁	骨腿丁	24Kg
	咖哩	洋蔥去皮	15Kg	燒	刈薯去皮	50Kg	油	絞肉	30Kg	燒	洋蔥去皮	20Kg	燒	結頭菜去皮Q	43Kg
	哩	紅蘿蔔Q	10Kg	魚	青蔥	1Kg	飯	碎脯	30Kg	肉	蒜末	1Kg	雞	紅蘿蔔Q	8Kg
	油	咖哩粉600G(老	3盒		薑絲	1Kg		乾香菇絲(台灣	1Kg					蒜末	1Kg
	腐	薑片	1Kg		無鹽奶油454g	3條		絞紅蔥頭(粗	6Kg						
					蒜末	1Kg		薑末	3Kg						
副 菜	日式	洗選蛋	97Kg	培	馬鈴薯	120Kg	香	棒腿5	1675支	奶	大白菜Q	125Kg	麻	豆腐4.3K(薄	26盤
	蒸	生香菇小小Q	9Kg	根	洋蔥去皮	15Kg	滷	薑片	1Kg	油	火腿片CAS	5條	婆	絞肉	15Kg
	蛋	玻璃紙(薄	65張	芋	紅蘿蔔Q	10Kg	雞	蒜末	1Kg	燉	紅蘿蔔Q	6Kg	豆	三色丁CAS	8Kg
					碎培根CAS	5包	腿	辣椒	0.3kg	菜	安佳奶油454G	3條	腐	青蔥	1.5Kg
							*				白醬奶油塊	3盒		蒜末	1Kg
							1								
青 菜	產	青菜(產	100Kg	有	有機菜曾吾強100K	庫存	有	有機菜宋木森84K	庫存	有	有機菜曾吾84K	庫存	有	有機菜宋木森84K	庫存
	銷	蒜末	1Kg	機	蒜末	1Kg	機	蒜末	1Kg	機	蒜末	1Kg	機	蒜末	1Kg
湯	履			鳳			青			油			青		
	歷			京			江			菜			松		
	芥	芥菜仁Q	30Kg	酸	豆腐4.3K(薄	5盤	芹	白蘿蔔Q	45Kg	金	金針菇A-Q	5Kg	紅	紅豆30K	1包
	菜	排骨丁	24Kg	辣	脆筍絲	9Kg	香	紅蘿蔔Q	3Kg	珍	肉絲	9Kg	豆	湯圓(小	25Kg
	排	枸杞600G	1包	湯	大白菜Q	20Kg	蘿	芹菜Q	2Kg	肉	金針(台灣	1Kg	小	二砂25K(台糖	1件
	骨	薑片	1.8Kg		大木耳Q	3Kg	蔔	昆布	庫存	絲			湯		
	湯				紅蘿蔔Q	3Kg	湯				地瓜(產-隔天用	17Kg	圓		
水 果		黃豆奶(250ML	1945瓶		洗選蛋	12Kg		六年級畢旅			紅豆30K-隔天用	1件		六年級畢旅	
		素肉鬆3K(鑫旺	3包		穀盛烏醋5L(素食)	1桶		光泉保久豆漿隨車	156瓶						
營 養	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	4.8 3.5 0.8 2.5 731		香蕉	1941份		鮮奶(養)隨車	1786瓶		柳丁	1949個		全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	5.8 2.9 0.9 2.5 759	
	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	5.5 2.1 1.0 1 2.8 740													

◎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:

林正義

青埔國小.一一四學年第一學期學生午餐食譜設計表(第十六週)素食

oal

	12月15日(星期一)			12月16日(星期二)			12月17日(星期三)			12月18日(星期四)			12月19日(星期五)		
	人數	33人		人數	33人		人數	31人		人數	31人		人數	31人	
主菜	主食	海苔香鬆飯		主食	糙米飯		主食	米食		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	蔬食咖哩豆腐	油豆腐丁		塔香豆腸	豆腸(切丁)	2Kg	香菇油飯	白米(產)	庫存	南瓜燒層層豆干	千層豆干	2Kg	蕪菁燒素雞	素雞丁3K	1包
		馬鈴薯			九層塔Q	0.1Kg		圓糯米			南瓜Q			結頭菜去皮Q	
		洋蔥去皮			刈薯去皮			豆干絞碎	1Kg					紅蘿蔔Q	
		紅蘿蔔Q						碎脯							
		咖哩粉600G(老)						乾香菇絲(台灣)							
副菜	日式蒸蛋	洗選蛋		素培根洋芋	馬鈴薯		滷蛋雙拚	洗選蛋(粒)	31粒	奶油燉菜	大白菜Q		麻婆豆腐	豆腐4.3K(薄)	
		生香菇小小Q			紅蘿蔔Q			海帶捲	31片		生香菇	1Kg		素絞肉	0.1Kg
		玻璃紙(薄)			素培根500g	1包					紅蘿蔔Q			三色丁CAS	
											安佳奶油454G				
															
青菜	產銷履歷芥菜	青菜(產)		有機鳳京	有機菜曾吾強100K	庫存	有機青江	有機菜宋木森84K	庫存	有機油菜	有機菜曾吾84K	庫存	紅豆小湯圓	有機菜宋木84K	庫存
		薑絲	0.1Kg		薑絲	0.1Kg		薑絲	0.1Kg		薑絲	0.1Kg		薑絲	0.1Kg
湯	菜菇湯	芥菜仁Q		酸辣湯	豆腐4.3K(薄)		芹香蘿蔔湯	白蘿蔔Q		金珍湯	金針菇A-Q			紅豆30K	
		美白菇100G	2包		脆筍絲			紅蘿蔔Q						湯圓(小)	
		枸杞600G			大白菜Q			芹菜Q			金針(台灣)			二砂25K(台糖)	
		薑片			大木耳Q			昆布	庫存						
					紅蘿蔔Q						六年級畢旅				
水果	營養	洗選蛋		香蕉	穀盛烏醋5L(素)	庫存	鮮奶(養)隨車	六年級畢旅		柳丁				六年級畢旅	
		穀盛烏醋5L(素)						光泉保久豆漿隨車							

◎本菜單含有花生、乳品類、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、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：

學生事務處主任詹德木

校長：

桃園市桃園區青埔國民小學校長林正義