

青埔國小.一一三學年第一學期學生午餐食譜設計表(第十六週)

預估總價: \$324,447 平均每日: \$64,889 平均每人每日: \$34

食材來源一律使用國產豬、牛肉

	12月9日(星期一)			12月10日(星期二)			12月11日(星期三)			12月12日(星期四)			12月13日(星期五)				
	人數	1,910人(預估:\$53,294)		人數	1,910人(預估:\$69,571)		人數	1,910人(預估:\$77,325)		人數	1,910人(預估:\$80,291)		人數	1,910人(預估:\$43,966)			
	主食	黑芝麻飯		主食	米食		主食	米食		主食	糙米飯		主食	五穀飯			
	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	海南雞	雞胸丁"超素	108Kg	香酥鮭魚排	鮭魚排100入,6K	19盒	肉絲炒飯	肉絲*"cas	36Kg	麻油山藥片	火鍋肉捲6K*"cas	108Kg	馬鈴薯燉雞	雞胸丁"佳世福	110Kg		
		雞(骨腿丁)超素	36Kg		鮭魚排60g~折	3Kg		洗選雞蛋"12K	36Kg		山藥Q	45Kg		雞(骨腿丁)佳世福	30Kg		
		雞腸切片*	30Kg		沙拉油18L台糖	4桶		洗選雞蛋(盤)30入	2盤		有機高麗曾吾40K	庫存		馬鈴薯*	55Kg		
		小黃瓜Q.*	15Kg			三色丁15K富"		2件	薑片		1Kg	絞蒜仁		1.5Kg			
		薑末	1Kg			洋蔥去皮*加工		30Kg	枸杞(1斤包)		2包	青蔥		1Kg			
		辣椒(紅)	0.5Kg			青蔥		3Kg	胡麻油約3L福壽		1桶						
		青蔥	2Kg			黑胡椒粒.1斤飛馬		1包									
		絞蒜泥	1.5Kg														
		檸檬原汁750cc	2瓶														
		絞紅蔥頭*	2Kg														
副菜	蒜香嫩豆	絞肉A90%*"cas	12Kg	茄汁年糕	韓式年糕500g長型	70包	燕窩燉肉	肉角*"cas	129Kg	蔥花菜脯炒蛋	洗選雞蛋"12K	120Kg	黃瓜甜條	大黃瓜去皮Q.*	135Kg		
		嫩豆-冷凍10k~	12件		大白菜去外葉Q.*	70Kg		紅蘿蔔Q	10Kg		碎菜脯3K	5包		小甜不辣條3K,包	8包		
		豆干片	24Kg		肉片*"cas	12Kg		結頭菜去皮Q.*	50Kg		青蔥	2Kg		紅蘿蔔Q	10Kg		
		絞蒜仁	1.5Kg		紅蘿蔔Q	4Kg		絞蒜仁	1.5Kg					絞蒜仁	1Kg		
					洋蔥去皮*加工	15Kg		辣椒(紅)	0.3Kg								
		蕃茄醬3.15K*可果	4桶														
青菜	產銷履歷	青松菜-產履	120Kg	有機鳳京	有機菜曾吾強120K	庫存	有機青江	有機菜宋木森120K	庫存	有機油菜	有機菜曾吾強120K		有機廣島	有機菜宋木森120K	庫存		
		蒜頭酥約1斤"	1包		蒜頭酥約1斤"	1包		蒜頭酥約1斤"	1包		蒜頭酥約1斤"	1包					
												杏鮑菇-切塊Q美		6Kg			
湯	肉骨茶湯	龍骨丁3K包"cas	27Kg	味噌豆腐湯	豆腐4.2K津切小丁	9板	薑絲冬瓜湯	冬瓜*去皮Q	60Kg	玉米海結湯	玉米粒15K富士鮮	2件	黑糖地瓜薑湯	地瓜產履.*	庫存		
		乾香菇小朵	0.5Kg		味噌(粗)9k十全	1件		薑絲	1.5Kg		海帶結.	9Kg		薑片-老*	1Kg		
		大白菜去外葉Q.*	25Kg		海帶芽(乾)	2Kg		叉骨切cas	6Kg		叉骨切cas	6Kg		薑末	2Kg		
		素豆竹1.8K(包)	3包		柴魚片-半斤	2包								黑糖(450gx20包)	2件		
		去皮蒜仁*	1Kg		青蔥	1Kg								砂糖25K(台糖)	1件		
		肉骨茶包300g	8包														
			黑芝麻		1Kg												
水果				極柑"	1910個		優酪乳-養08:00	1795瓶		蘋果"	1910個						
營養	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	5.0 3.3 1.0 2.1 718		全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	5.6 1.6 1.1 1.0 3.3 749		全穀 豆魚 蔬菜 鮮奶 油脂 熱量	4.5 2.5 1.5 1.0 2.5 774		全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	5.4 2.8 1.0 1.0 2.8 799		全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	6.2 2.4 1.5 2.4 760			

青埔國小. 一一三學年第一學期學生午餐食譜設計表(第十六週)素食

	12月9日(星期一)			12月10日(星期二)			12月11日(星期三)			12月12日(星期四)			12月13日(星期五)		
	人數	26人		人數	26人		人數	26人		人數	26人		人數	26人	
主菜	主菜	黑芝麻飯		主菜	米食		主菜	米食		主菜	糙米飯		主菜	五穀飯	
	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	小瓜鮑菇	麵腸切片* 小黃瓜Q.* 薑末 辣椒(紅)		香酥素魚排	素魚排	1包	火腿炒飯	素火腿丁 洗選雞蛋"12K 洗選雞蛋(盤)30入 三色丁15K富" 黑胡椒粒.1斤飛馬	1Kg	麻油山藥	油豆片 山藥Q 有機高麗曾吾40K 薑片 枸杞(1斤包) 胡麻油約3L福壽	1Kg	馬鈴薯凍豆腐	凍豆腐丁 馬鈴薯* 馬鈴薯 馬鈴薯 馬鈴薯 馬鈴薯	1Kg
	敏豆乾片	敏豆-冷凍10k~ 豆干片		茄汁年糕	韓式年糕500g長型 大白菜去外葉Q.* 紅蘿蔔Q 蕃茄醬3.15K*可果		蕪菁燒麵圈	麵圈 紅蘿蔔Q 結頭菜去皮Q.* 辣椒(紅)	1Kg	菜脯炒蛋	洗選雞蛋"12K 碎菜脯3K		黃瓜甜條	大黃瓜去皮Q.* 素天婦羅 紅蘿蔔Q	0.6K
	產銷履歷	青松菜-產履 薑絲	0.1Kg	有機鳳京	有機菜曾吾強120K 薑絲 香菇小朵(生)Q*3K	庫存 0.1Kg	有機青江	有機菜曾吾強120K 薑絲	庫存 0.1Kg	有機油菜	有機菜曾吾強120K 薑絲	0.1Kg	有機廣島	有機菜宋木森120K 薑絲 杏鮑菇-切塊Q美	庫存 0.1Kg
	肉骨茶蔬菜湯	乾香菇小朵 大白菜去外葉Q.* 素豆竹1.8K(包)		味噌豆腐湯	豆腐4.2K津切小丁 味噌(粗)9k十全 海帶芽(乾)		薑絲冬瓜湯	冬瓜*去皮Q 薑絲		玉米海結湯	玉米粒15K富士鮮 海帶結		黑糖地瓜薑湯	地瓜產履.* 薑片-老* 薑末 黑糖(450gx20包) 砂糖25K(台糖)	庫存
	黑芝麻						光泉保久豆漿隨車			地瓜產履.* 五穀米-隔天用					
水果				柳柑			優酪乳-養08:00			蘋果					
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		