

青埔國小. 一一三學年第一學期學生午餐食譜設計表(第二十一週)

預估總價: \$326,500

平均每日: \$65,300

平均每人每日: \$40.7

食材來源一律使用國產豬、牛肉

	1 月 13 日(星期一).			1 月 14 日(星期二)			1 月 15 日(星期三).			1 月 16 日(星期四)			1 月 17 日(星期五).			
	人數	1,876 人(預估:\$68,265)		人數	1,308 人(預估:\$64,741)		人數	1,628 人(預估:\$73,466)		人數	1,596 人(預估:\$67,014)		人數	1,616 人(預估:\$54,612)		
	主食	麥片飯		主食	糙米飯		主食	米食		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	四喜烤麩	香菇小朵(生)Q	12Kg	紅燒魚丁	旗魚丁3K(含冰)	30包	香菇瘦肉粥	絞肉A90%*"cas	48Kg	滷肉排	溫體瘦肉排8片 Q	1596個	鹽酥雞	雞胸丁"佳世福	162Kg	
		生烤麩-切丁1kg	68包		豆腐4.2K津切小丁	10板		乾香菇絲(台灣)	1Kg		絞蒜仁	1.5Kg		九層塔Q.*	1Kg	
		毛豆仁約1K豐誠	6包		紅蘿蔔Q	10Kg		香菇小朵(生)Q	12Kg		辣椒(紅)	0.2Kg		絞蒜泥	1.5Kg	
		杏鮑菇-切塊Q	30Kg		青蔥	1Kg		洗選雞蛋"12K	12Kg		滷包-大10入母指	庫存		地瓜粉20K	1件	
		紅蘿蔔Q	15Kg		薑絲	2Kg		紅蘿蔔Q	15Kg					太白粉20K	1件	
		薑片	1Kg		絞蒜仁	1Kg								沙拉油18L泰山	4桶	
		木耳絲*3K	3包													
		脆筍片1.7K	10包													
		滷包-大10入母指	庫存													
副 菜	原味蒸蛋	洗選雞蛋"12K	96Kg	胡瓜炒菇	木耳朵*1K	6包	馬鈴薯燉雞	雞胸丁"佳世福	96Kg	螞蟻上樹	絞肉A90%*"cas	9Kg	白玉燒油腐	小△油豆腐27g	40Kg	
		年糕紙-薄""	60張		肉絲*"cas	9Kg		雞(骨腿丁)佳世福	24Kg		冬粉-大包3K"	7包		白蘿蔔*Q	90Kg	
					金絲菇Q	9Kg		馬鈴薯*Q	55Kg		高麗菜去外葉Q*	30Kg		紅蘿蔔Q	5Kg	
					大黃瓜Q	95Kg		絞蒜仁	1.2Kg		紅蘿蔔Q	8Kg		薑片	1Kg	
					絞蒜仁	1Kg		青蔥	1Kg		絞蒜仁	1Kg		滷包-大10入母指	庫存	
											青蔥	1Kg				
青 菜	產銷履歷	黑葉白-產履	118Kg	有機山茼蒿	有機菜曾吾強82K	庫存	有機青油	有機菜宋木森102K	庫存	有機鳳京	有機菜曾吾強100K	庫存	有機青江	有機菜宋木森102K	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				
湯	蘿蔔玉米湯	玉米粒15K富士鮮	1件	味噌蛋花湯	味噌(粗)9k十全	1件	蒸芝麻包	芝麻包20入"	82包	結頭魚丸湯	結頭菜*去皮Q	40Kg	黑糖撞奶	小黑粉圓3K(包)	11包	
		白蘿蔔*Q	44Kg		洗選雞蛋"12K	12Kg					虱目小魚丸3K包"	4包		奶粉2.2K。克寧	3桶	
		叉骨切cas	6Kg		海帶芽(乾)	2Kg								黑糖(450gx20包)	1件	
					柴魚片-半斤	2包					5年級麵包12人	1天		砂糖25K小太陽"	1件	
					青蔥	1Kg					統蒸果子乳酪戚Q	12個				
		507班換餐	1天								統一愛心牛奶球Q0	12個				
		環保蔬食餐									403校外教學32	1天				
		麥片	7Kg								扣畢業旅行283	1天				
		義美黃豆奶-有糖	1912瓶								紫米-隔天用	6Kg			5年級校外教學290+行政2+1備檢	1天
		507裝箱	統一愛心牛奶球Q		33個	4年級裝箱		統蒸果子乳酪戚Q	321個			光泉保久豆漿隨車		119瓶	403裝箱	統香濃維也納軟Q
		統蒸果子乳酪戚Q	33個		統一愛心牛奶球Q	321個		扣畢業旅行283	1天		統一愛心牛奶球Q0	33個		統一愛心牛奶球Q	281個	
水 果				蘋果"	1308人		優酪乳-養08:00	1514瓶		柑柑"	1596個					
營 養	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量 6.5 1.7 1.3 1.0 661			全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量 5.0 2.9 1.6 1.0 1.8 749			全穀 豆魚 蔬菜 鮮奶 油脂 熱量 5.0 2.4 0.8 1.0 2.8 796			全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量 5.7 2.5 1.2 1.0 2.2 776			全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量 5.8 3.1 1.3 2.8 798			

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:

青埔國小 校長 李安邦

青埔國小. 一一三學年第一學期學生午餐食譜設計表(第二十一週)素食

	1 月 13 日(星期一).			1 月 14 日(星期二)			1 月 15 日(星期三).			1 月 16 日(星期四)			1 月 17 日(星期五).		
	人數	26 人		人數	26 人		人數	26 人		人數	26 人		人數	26 人	
	主食	麥片飯		主食	糙米飯		主食	米食		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	四喜烤麩	香菇小朵(生)Q		紅燒豆腐			香菇雞蛋粥	高麗菜Q	1.5K	滷蛋	雞蛋30入	1盤	鹽酥豆腐	豆腐4.2K津切小丁	1板
		生烤麩-切丁1kg				乾香菇絲(台灣)					九層塔Q.*				
		毛豆仁約1K豐誠			玉米筍Q	0.6K			辣椒(紅)						
		杏鮑菇-切塊Q			薑絲				滷包-大10入母指			地瓜粉20K			
		紅蘿蔔Q			紅蘿蔔Q							太白粉20K			
		薑片													
		木耳絲*3K													
		脆筍片1.7K													
	滷包-大10入母指														
副 菜	原味蒸蛋	洗選雞蛋"12K		胡瓜炒菇	木耳朵*1K		馬鈴薯燉麵圈	麵圈	0.4K	螞蟻上樹	碎豆乾丁	0.6Kg	白玉燒油腐	小△油豆腐27g	
		年糕紙-薄""							冬粉-大包3K"			白蘿蔔*Q			
					金絲菇Q			馬鈴薯*Q			高麗菜去外葉Q*			紅蘿蔔Q	
					大黃瓜Q			薑片	0.1Kg		紅蘿蔔Q			薑片	
												滷包-大10入母指			
青 菜	產銷履歷	黑葉白-產履		有機山茼蒿	有機菜曾吾強82K	庫存	有機青油	有機菜宋木森102K	庫存	有機鳳京	有機菜曾吾強100K	庫存	有機青江	有機菜宋木森102K	庫存
		薑絲	0.1Kg		薑絲	0.1Kg		薑絲	0.1Kg		薑絲	0.1Kg			
湯	蘿蔔玉米湯	玉米粒		味噌蛋花湯	味噌(粗)9k十全		蒸芝麻包	芝麻包20入"		結頭素丸湯	結頭菜*去皮Q		黑糖撞奶	小黑粉圓3K(包)	
		白蘿蔔*Q			洗選雞蛋"12K				素丸子0.6K		1包	奶粉2.2K。克寧			
					海帶芽(乾)							黑糖(450gx20包)			
												砂糖25K(台糖)			
					4年級校外教學318				403校外教學32		1天				
					扣畢業旅行283人				扣畢業旅行283		1天				
		環保蔬食餐			統蒸果子乳酪戚Q				紫米-隔天用			5年級校外教學292		1天	
		義美黃豆奶-有糖			統一愛心牛奶球Q.			光泉保久豆漿隨車			統香濃維也納軟Q			統蒸果子乳酪戚Q	
	麥片			扣畢業旅行283		統一愛心牛奶球Q0		統一愛心牛奶球Q							
水 果			蘋果"			優酪乳-養08:00			柑柑"						
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:

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 校長 李安邦