

青埔國小. 一一三學年第二學期學生午餐食譜設計表(第二週)

預估總價: \$374,809

平均每日: \$74,962

平均每人每日: \$39.1

食材來源一律使用國產豬、牛肉

2月17日(星期一).			2月18日(星期二)			2月19日(星期三).			2月20日(星期四)			2月21日(星期五)		
人數	1,917人(預估:\$31,248)		人數	1,917人(預估:\$88,507)		人數	1,917人(預估:\$116,664)		人數	1,917人(預估:\$99,958)		人數	1,917人(預估:\$38,432)	
主食	海苔香鬆飯		主食	糙米飯		主食	麵食		主食	糙米飯		主食	蕎麥飯	
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	三杯豆腐	100Kg	樹子蒸魚	去皮烏魚丁12kg	144Kg	味噌拉麵	熟大烏龍麵	230Kg	照燒雞翅	雞三節翅W6佳世福	1917支	京醬肉片	肉片*"cas	117Kg
	杏鮑菇-切塊Q美	9包		豆腐4.2K津切小丁	8板		洋蔥去皮*加工	25Kg		白芝麻	0.5Kg		洋蔥去皮*加工	40Kg
	絞肉A90%*"cas	18Kg		樹蔭子(3K)包"	3包		肉片*"cas	18Kg		味霖(1.5L)	4桶		紅蘿蔔Q	10Kg
	洋蔥去皮*加工	25Kg		薑絲	3Kg		虱目珍珠魚丸3K	7包		冰糖3K細-輝煌	1包		絞蒜仁	1.5Kg
	紅蘿蔔Q	7Kg		青蔥	1Kg		高麗菜去外葉Q*	50Kg		絞蒜仁	1Kg		青蔥	2Kg
	去皮蒜仁	1Kg		辣椒(紅)	0.3Kg		味噌(粗)9k十全	2件		日式照燒醬1.2K	2桶		甜麵醬3K十全	1件
	薑片	1.5Kg					柴魚片-半斤	2包						
副 菜	紅蘿蔔炒蛋	96Kg	青花鮮菇	青花菜"12K散	12件	蒜泥白肉	火鍋肉捲6K*"cas	96Kg	家常年糕	大白菜去外葉Q.*	70Kg	黃瓜黑輪	大黃瓜Q.*	127Kg
	洗選雞蛋"12K	80Kg		香菇小朵(生)Q*3K	3包		綠豆芽	48Kg		肉絲*"cas	12Kg		小黑輪條3K包	5包
				金絲菇Q*3K健銘	3包		紅蘿蔔Q	6Kg		韓式年糕500g長型	70包		紅蘿蔔Q	10Kg
				紅蘿蔔Q	6Kg		絞蒜泥	2Kg		紅蘿蔔Q	4Kg		絞蒜仁	1Kg
				絞蒜仁	1Kg		辣椒(紅)	0.1Kg		洋蔥去皮*加工	15Kg			
青 菜	有機菜曾吾強120K	庫存	有機菜曾吾強120K	有機菜曾吾強120K	庫存	產銷履歷	菠菜-產履-東	120Kg	產銷履歷	油菜-產履-東	120Kg	有機青江	有機菜宋木森120K	庫存
	絞蒜仁	1Kg		蒜頭酥約1斤"	1包		絞蒜仁	1Kg		蒜頭酥約1斤"	1包		絞蒜仁	1Kg
湯	黃豆芽*非基改美	40Kg	肉羹湯	赤肉粳3K(包)~	6包	蒸珍珠丸	珍珠丸.30人奇美	129包	蘿蔔湯	白蘿蔔*Q	60Kg	紅豆湯	紅豆-產履*30K	庫存
	昆布250g包	6包		紅蘿蔔Q	3Kg		(每人2個)			西洋芹*Q	5Kg		砂糖25K小太陽"	1件
	叉骨切cas	6Kg		脆筍絲1.7K	6包					薑片	1Kg			
	薑絲	1Kg		木耳朵*1K	2包					叉骨切cas	6Kg			
				白蘿蔔*Q	30Kg									
				洗選雞蛋(盤)30人	5盤									
				柴魚片-半斤	1包									
				叉骨切cas	6Kg									
	素海苔香鬆3K	3包								紅豆-產履*30K	2件			
水 果	環保蔬食餐		葡萄"進口個		1917人	優酪乳-養08:00		1800瓶	蘋果"		1917個			
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		
	5.0 2.4 1.5 2.4 676			5.3 2.6 1.8 1.0 1.8 752			5.0 2.6 1.4 1.0 2.2 799			5.0 2.7 1.5 1.0 3.0 786			5.5 2.0 1.6 2.4 683	

營養師:

營養師徐秀寧

執行秘書:

午餐秘書林雅琪

學務主任:

學生事務處主任詹德木

校長:

青埔國民小學 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(第二週)素食

oal

		2月17日(星期一).			2月18日(星期二)			2月19日(星期三).			2月20日(星期四)			2月21日(星期五)					
菜	人數	28人			人數	28人			人數	28人			人數	28人					
	主食	海苔香鬆飯			主食	糙米飯			主食	麵食			主食	糙米飯					
	菜名	配 料	數 量		菜名	配 料	數 量		菜名	配 料	數 量		菜名	配 料	數 量				
主菜	三杯油豆腐	小油豆腐丁.			樹子蒸豆腐				味噌拉麵	熟大烏龍麵			照燒豆包	生豆包	28個	京醬干丁	小干四方丁	3K	
		杏鮑菇-切塊Q美				豆腐4.2K	津切小丁			素海帶芽0.1K	1包	白芝麻					紅蘿蔔Q		
						樹蔭子(3K)包"		玉米粒		1K	味霖(1.5L)								
		紅蘿蔔Q				薑絲		素丸子0.6K		1包	冰糖3K	細-輝煌							
								高麗菜去外葉Q*											
		薑片				辣椒(紅)		味噌(粗)9k		十全							甜麵醬3K	十全	
		羅勒葉250g	小磨坊																
副菜	紅蘿蔔炒蛋	洗選雞蛋"12K			青花鮮菇	青花菜"12K	散		油片三絲	油豆片絲	0.6K	家常年糕	大白菜去外葉Q.*		黃瓜鮮菇	大黃瓜Q.*			
		紅蘿蔔Q				香菇小朵(生)Q*3K		綠豆芽					韓式年糕500g	長型		金針菇Q	1Kg		
						金絲菇Q*3K	健銘	紅蘿蔔Q						紅蘿蔔Q					
						紅蘿蔔Q													
								辣椒(紅)											
青菜	有機廣島	有機菜曾吾強120K			有機荷葉	有機菜曾吾強120K	庫存	產銷履歷	菠菜-產履-東		產銷履歷	油菜-產履-東	庫存	有機青江	有機菜宋木森120K	庫存			
		薑絲	0.1Kg			薑絲	0.1Kg		薑絲	0.1Kg			薑絲		0.1Kg		薑絲	0.1Kg	
湯	黃豆芽昆布湯	黃豆芽*非基改美			素羹湯	素火腿1K	1條	蒸珍珠丸	素珍珠丸.20入	3包	蘿蔔湯	白蘿蔔*Q		紅豆湯	紅豆-產履*30K	庫存			
		昆布250g包				紅蘿蔔Q				(每人2個)			紅蘿蔔Q			砂糖25K(台糖)	庫存		
		薑絲				脆筍絲1.7K							薑片						
						木耳朵*1K							西洋芹*Q						
						白蘿蔔*Q													
						洗選雞蛋(盤)30入													
		素海苔香鬆3K														紅豆-產履*30K			
		環保蔬食餐										光泉保久豆漿隨車				蕎麥-隔天用			
水果					葡萄"進口個				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			蘋果"			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 李安邦