

青埔國小. 一一四學年第一學期學生午餐食譜設計表(第一週)

預估總價: \$389,341

平均每日: \$77,868

平均每人每日: \$40.8

食材來源一律使用國產豬、牛肉

9月1日(星期一)			9月2日(星期二)			9月3日(星期三)			9月4日(星期四)			9月5日(星期五)			
人數	1,630人(預估:\$69,878)		人數	1,976人(預估:\$89,574)		人數	1,976人(預估:\$81,438)		人數	1,976人(預估:\$101,313)		人數	1,976人(預估:\$47,138)		
主食	小米飯		主食	糙米飯		主食	麵食		主食	糙米飯		主食	胚芽飯		
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	南瓜雞胸丁"超秦	105Kg	糖醋旗魚丁3K(含冰)		50包	肉絲蚵仔麵線6K		9包	高昇前排骨	前排丁3K包cas	96Kg	三杯雞丁	雞胸丁"佳世福	144Kg	
	雞(骨腿丁)超秦	15Kg	涼薯*去皮Q		10Kg	肉絲*"cas		24Kg		肉角*"cas	72Kg		麵腸切2cm段*	48Kg	
	南瓜Q.*	25Kg	洋蔥去皮*加工		20Kg	脆筍絲1.7K		10包		紅蘿蔔Q	30Kg		薑片	1.5Kg	
	馬鈴薯-洗皮.足*	40Kg	甜椒-彩色Q.*		8Kg	大白菜*去外葉		42Kg		絞蒜仁	1Kg		去皮蒜仁*	2Kg	
	洋蔥去皮*加工	10Kg	薑片		1.5Kg	木耳朵Q.*		9Kg					九層塔Q.*	1Kg	
	薑片	1.5Kg	蕃茄醬(件)6入*		1件	紅蘿蔔Q		5Kg					辣椒(紅)	0.2Kg	
	老公咖哩粉600g盒	3盒				柴魚片-半斤		1包					胡麻油約3L福壽	1桶	
副 菜	黃瓜炒肉絲	大黃瓜Q.*	108Kg	洋蔥去皮*加工	50Kg	綜合滷味	肉角*"cas	63Kg	泡菜炒年糕	高麗菜*去外葉	60Kg	雙花燴鮮菇	白花菜"富士12K散	6件	
	紅蘿蔔Q	8Kg	洗選雞蛋"12K	108Kg	紅蘿蔔Q	小干四丁2*2	55Kg	米血糕3K如記(切)	韓式泡菜3K*	8包	肉絲*"cas	12Kg	肉絲*"cas	12Kg	
	金絲菇Q	9Kg				海帶結	25Kg	辣椒(紅)	0.2Kg	絞蒜仁	1.5Kg	香菇小朵(生)Q	6Kg		
	絞蒜仁	1Kg				滷包-大10入母指	1包					紅蘿蔔Q	6Kg		
												絞蒜仁	1Kg		
青 菜	產銷履歷	青莧菜-產履-東	105Kg	有機菜曾吾強122K	庫存	有機菜曾吾強122K	庫存	有機菜曾吾強122K	庫存	有機菜曾吾強122K	庫存	有機菜宋木森130K	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	蒜頭酥約1斤"	1包	蒜頭酥約1斤"	1包	
湯	味噌豆腐湯	豆腐4.2K津切小丁	7板	竹筍湯	竹筍*去殼*Q	48Kg	蒸豬肉餡餅	巧好蔥肉餡餅50入	40包	肉羹湯	赤肉粳3K(包)	6包	綠豆薏仁湯	綠豆30K	1件
	海帶芽(乾)	1.6Kg	長福菜1.8K(包)	3包	肉絲*"cas	9Kg	叉骨切cas	9Kg	薑片	1.5Kg	紅蘿蔔Q	3Kg	大麥(小薏仁)	12Kg	
	柴魚片-半斤	2包									脆筍絲1.7K	6包	砂糖25K小太陽"	1件	
											木耳朵Q.*	3Kg			
											白蘿蔔*去皮進口	40Kg			
											洗選雞蛋"12K	1Kg			
											柴魚片-半斤	1包			
水 果	一年級+志工30人										叉骨切cas	6Kg			
	裝箱	統一新感覺草莓Q	347包	志工30人							胚芽米-隔天用	10Kg			
		統一愛心牛奶球.Q	347個												
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			
5.5 3.0 1.5 2.4 756			5.0 2.2 1.4 1.0 3.8 781			6.4 1.0 1.2 1.0 1.8 754			5.3 2.3 1.5 1.0 3.0 777			5.3 3.2 1.4 3.0 781			

◎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。

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(第一週)素食

9月1日(星期一)				9月2日(星期二)				9月3日(星期三)				9月4日(星期四)				9月5日(星期五)			
人數	30人			人數	30人			人數	30人			人數	30人			人數	30人		
主食	小米飯			主食	糙米飯 			主食	麵食			主食	糙米飯 			主食	胚芽飯		
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 副 菜 青 菜	生烤麩丁	1Kg		糖素豆腸		1.5Kg		麵線	蚵仔麵線6K			高昇素獅子頭		60個		三杯麵腸	麵腸切2cm段*		
	南瓜Q.*			醋涼薯*去皮Q				線糊	油泡	0.5K		1人2個				薑片			
	馬鈴薯-洗皮.足*			甜椒-彩色Q.*					脆筍絲1.7K			紅蘿蔔Q				九層塔Q.*			
				薑片					大白菜*去外葉							辣椒(紅)			
	素咖哩220g盒	2盒		蕃茄醬(件)6入*					木耳朵Q.*							胡麻油約3L福壽			
	大黃瓜Q.*							綜合	紅蘿蔔Q			泡菜	高麗菜*去外葉			雙花燴鮮菇	白花菜"富士12K散		
	木耳朵Q	1Kg		紅絲炒蛋				滷味	小干四丁2*2			炒年糕	素韓式泡菜1K*	1包			青花菜"12K散		
	紅蘿蔔Q								素紫米糕900g	2包							香菇小朵(生)Q		
	金絲菇Q								海帶結								紅蘿蔔Q		
	青莧菜-產履-東			有機菜曾吾強122K	庫存			有機	辣椒(紅)			有機菜曾吾強122K	庫存			有機菜宋木森130K	庫存		
湯	豆腐4.2K津切小丁			薑絲	0.1Kg			有機白莧	滷包-大10入母指			有機荷葉				有機黑葉			
	味噌(粗)9k十全			竹筍湯				蒸素鍋貼	有機菜曾吾強122K	庫存		肉羹湯	素肉粿0.6K(包)~	1包		綠豆薏仁湯	綠豆30K		
	海帶芽(乾)								薑絲	0.1Kg			紅蘿蔔Q				大麥(小薏仁)		
	統一新感覺草莓Q												脆筍絲1.7K				砂糖25K小太陽"		
	統一愛心牛奶球.Q								光泉保久豆漿隨車				木耳朵Q.*						
	小米												白蘿蔔*去皮進口						
													洗選雞蛋"12K						
													胚芽米-隔天用						
水果	香蕉			優酪乳-養08:00				奇異果											
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			

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:

桃園市中區區青埔國民小學校長林正義