

青埔國小. 一一四學年第一學期學生午餐食譜設計表(第三週)

oal 預估總價: \$367,313

平均每日: \$73,463

平均每人每日: \$37.9

食材來源一律使用國產豬、牛肉

	9月15日(星期一)			9月16日(星期二)			9月17日(星期三)			9月18日(星期四)			9月19日(星期五)		
	人數	1,939人(預估:\$78,695)		人數	1,939人(預估:\$79,562)		人數	1,939人(預估:\$82,363)		人數	1,939人(預估:\$75,337)		人數	1,939人(預估:\$51,356)	
菜名	黑芝麻飯		主食	糙米飯		主食	麵食		主食	糙米飯		主食	蕎麥飯		主食
	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	菜名
主 菜	蒜雞胸丁"超秦	99Kg	蒲蒲燒鯛90入5K	21.5件	家常油麵	220Kg	泡雞胸丁"佳世福	135Kg	沙肉片**cas	108Kg					
	雞(骨腿丁)超秦	36Kg	薑絲	2Kg	乾香菇絲(台灣)	1Kg	大白菜*去外葉.*	40Kg	紅蘿蔔Q	5Kg					
	小丁4丁2*2	60Kg			肉絲**cas	30Kg	洋蔥去皮*進口	12Kg	洋蔥去皮*進口	70Kg					
	絞蒜仁	2Kg			綠豆芽	30Kg	絞蒜仁	2Kg	絞蒜仁	1.5Kg					
	辣椒(紅)	0.2Kg			紅蘿蔔Q	2Kg	韓式泡菜3K*	9包	青蔥	1Kg					
					木耳Q.*	6Kg			沙茶醬3K*牛頭	庫存					
副 菜	洗選雞蛋"12K	108Kg	海帶干絲	35Kg	烤雞翅小腿.大成	3878支	黃瓜黑輪	130Kg	白 白花菜"富士12K散	12件					
	南瓜Q	70Kg	海帶絲.切小段"	8Kg	(每人2個)		小輪條3K包	7包	白 白花菜-富士鮮1K	6包					
	毛豆仁~禎祥約1K	8包	紅蘿蔔Q	5Kg	絞蒜仁	1Kg	紅蘿蔔Q	10Kg	小甜不辣條3K.包	6包					
			黃豆芽*非基改	38Kg	薑片	1Kg	絞蒜仁	1Kg	木耳朵Q.*	6Kg					
			絞蒜仁	1.5Kg	辣椒(紅)	0.2Kg			紅蘿蔔Q	5Kg					
			薑絲	1.5Kg	烤肉醬(5L)金蘭	1桶			絞蒜仁	1Kg					
青 菜	產銷履歷	130Kg	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					
	蒜頭酥約1斤"	1包	絞蒜仁	1Kg	絞蒜仁	1Kg	絞蒜仁	1Kg	絞蒜仁	1Kg					
湯	大黃瓜Q.*	50Kg	蕃茄元氣湯	20Kg	玉米粒鮮綠Q15K"	2件	絲瓜Q	50Kg	芋圓	42Kg					
	香菇小朵(生)Q	6Kg	洋蔥去皮*進口	20Kg	金絲菇Q	15Kg	豆腐4.2K津切小丁	5板	冬瓜糖580g	55個					
	金絲菇Q	6Kg	素豆竹1.8K(包)	1包	香菇小朵(生)Q	6Kg	薑絲	1Kg	薑片	1Kg					
	叉骨切cas	6Kg	馬鈴薯*Q	25Kg	紅蘿蔔Q	3Kg	叉骨切cas	6Kg							
			金絲菇Q	3Kg	叉骨切cas	6Kg									
	黑芝麻	1Kg													
水 果	義美黃豆奶-有糖	1943瓶	香蕉"O	1939條	優酪乳-養	1784瓶	香丁"	1939個							
	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	5.4 3.3 1.0 3.1 791	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	5.1 2.2 1.2 1.0 2.4 720	全穀 豆魚 蔬菜 鮮奶 油脂 熱量	4.5 2.7 1.1 1.0 2.8 792	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	5.0 2.4 2.1 1.0 3.4 796	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	6.7 1.9 1.8 2.6 774					

◎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: 學生事務處主任詹德木

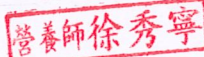
校長:

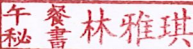
桃園市中區區
青埔國民小學
校長 林正義

青埔國小.一一四學年第一學期學生午餐食譜設計表(第三週)素食

		9月15日(星期一)			9月16日(星期二)			9月17日(星期三)			9月18日(星期四)			9月19日(星期五)						
人數		32人			32人			32人			32人			32人						
主食		黑芝麻飯			糙米飯			麵食			糙米飯			蕎麥飯						
菜名		配 料		數量	配 料		數量	配 料		數量	配 料		數量	配 料		數量				
主菜	紅燒干丁	白蘿蔔		1.5Kg	素白帶魚	素白帶魚		32個	家常炒麵	油麵		泡菜素丁	素雞丁		2Kg	沙茶干片	豆干片		3Kg	
		小干四丁2*2				薑絲				乾香菇絲(台灣)				大白菜*去外葉.*				紅蘿蔔Q		
		辣椒(紅)								素火腿			1條							
														素韓式泡菜1K*			1包			
										綠豆芽								素沙茶醬220g		1瓶
										紅蘿蔔Q										
										木耳朵Q.*										
						素油蔥0.6K		庫存												
副菜	南瓜炒蛋	洗選雞蛋"12K			海帶干絲	粗豆干絲."			油豆腐	大油豆腐		32個	黃瓜豆包	大黃瓜Q.*			白花甜條	白花菜"富士12K散		
		南瓜Q				海帶絲.切小段"								生豆包		1Kg		素天婦羅		0.6K
		毛豆仁 ~ 禎祥約1K				紅蘿蔔Q				薑片				紅蘿蔔Q				木耳朵Q.*		
						黃豆芽*非基改				辣椒(紅)								紅蘿蔔Q		
						薑絲														
						辣椒(紅)														
青菜	產銷履歷	黑葉白-產履			有機鳳京	有機菜曾吾強122K		庫存	有機青油	有機菜曾吾強122K		庫存	有機小松	有機菜曾吾強122K		庫存	有機白莧	有機菜宋木森122K		庫存
		薑絲		0.1Kg		薑絲		0.1Kg		薑絲		0.1Kg		薑絲		0.1Kg		薑絲		0.1Kg
湯	大黃瓜鮮菇湯	大黃瓜Q.*			蕃茄元氣湯	牛蕃茄Q.*			玉米菇湯	玉米粒15K富士鮮			絲瓜豆腐湯	絲瓜Q			芋圓冬瓜茶	芋圓		
		香菇小朵(生)Q								金絲菇Q				豆腐4.2K津切小丁				冬瓜糖580g		
		金絲菇Q				素豆竹1.8K(包)				香菇小朵(生)Q				薑絲				薑片		
						馬鈴薯*Q				紅蘿蔔Q										
						金絲菇Q														
																				
										光泉保久豆漿隨車				蕎麥-隔天用				紅藜麥9/22用		
黑芝麻																				
水果	義美黃豆奶-有糖			香蕉"O"				優酪乳-養			香丁"									
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							

◎本菜單高鈣食物會以斜體標示。

營養師：


執行秘書：


學務主任：


校長：
