

青埔國小. 一一四學年第一學期學生午餐食譜設計表(第十二週)

預估總價: \$304,936

平均每日: \$76,234

平均每人每日: \$39.3

食材來源一律使用國產豬、牛肉

11月17日(星期一)				11月18日(星期二)				11月19日(星期三)				11月20日(星期四)				11月21日(星期五)			
人數		1,941人(預估:\$41,336)		人數		1,941人(預估:\$95,309)		人數		1,941人(預估:\$89,629)		人數		1,941人(預估:\$78,662)		補假			
主食		小米飯		主食		糙米飯		主食		米食		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	菜名	配 料		數量
主菜	蘿 蔔	小△油豆腐27g	60Kg	沙 茶	旗魚丁3K(含冰)	48包	日 式	雞清肉絲.大成	80Kg	照 燒	雞胸丁"佳世福	96Kg	親職教育日 補假						
	燒 油	肉角*"cas	60Kg	魚 丁	豆腐4.2K津切小丁	9板	雜 炊	乾香菇絲(台灣)	1.5Kg	雞 丁	雞腿切丁"佳世福	50Kg							
	腐	白蘿蔔去皮*補助78+6	84Kg		大白菜去外葉Q.*	35Kg		毛豆仁*嘉鹿約1K	12包		紅蘿蔔Q	25Kg							
		紅蘿蔔Q	5Kg		薑絲	1.5Kg		紅蘿蔔Q	9Kg		洋蔥去皮(美*)	20Kg							
		薑片	1Kg		沙茶醬3K*牛頭	2桶		玉米粒富士鮮約1K	30包		青蔥	1Kg							
		滷包-大10入母指	1包								薑片	1Kg							
										白芝麻	1Kg								
副菜	菜 脯	洗選雞蛋"12K	120Kg	干 丁	玉米粒富士鮮約1K	30包	蒜 香	肉排"75 gcas	1941個	開 陽	扁蒲Q.*	115Kg							
	蔥 炒	碎菜脯3K	5包	肉 末	絞肉A90%*"cas	36Kg	排	絞蒜仁	2Kg	扁 蒲	絞肉A90%*"cas	15Kg							
	蛋	青蔥	2Kg		小豆干丁1*1	95Kg					紅蘿蔔Q	8Kg							
					絞蒜仁	1.5Kg					乾蝦仁	1.5Kg							
青菜	產 銷	油菜-產履	100Kg	有 機	有機青菜曾吾100K	庫存	有 機	有機青菜曾吾100K	庫存	有 機	有機青菜曾吾強	庫存							
	履 歷	絞蒜仁	1Kg	鳳 凰	蒜頭酥約1斤"	1包	油	絞蒜仁	1Kg	山 菠	蒜頭酥約1斤"	1包							
				京															
湯	哈 佛	洋蔥去皮(美*)	8Kg	酸 辣	洗選雞蛋"12K	12Kg	味 噌	豆腐4.2K津切小丁	9板	紅 豆	紅豆-產履*30K	庫存							
	佛 蔬	高麗菜去外葉Q*	20Kg	湯	洗選雞蛋(盤)30入	2盤	豆 腐	味噌(粗)9k十全	1件	紫 米	紫米-已提前送	庫存							
	菜 湯	紅蘿蔔Q	5Kg		豆腐4.2K(薄)	5板	海 帶	海帶芽(乾)	2Kg	紫 米	砂糖25K小太陽"	1件							
		南瓜Q.*	24Kg		脆筍絲1.7K	5包	腐 湯	柴魚片-半斤	2包										
		叉骨切cas	6Kg		大白菜去外葉Q.*	21Kg		青蔥	1Kg										
					木耳朵Q.*	3Kg													
					紅蘿蔔Q	5Kg													
					叉骨切cas	3Kg													
水 果																			
					葡萄"進口 個綠	1941人		鮮奶(養)隨車	1790瓶		奇異果"	1941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									
	5.1 2.7 1.3 1.8 674			5.4 2.6 0.9 1.0 3.0 791			5.0 2.5 1.0 1.0 2.3 787			5.5 2.3 1.4 1.0 2.5 766									

◎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
秘書林雅琪

學務主任:

廖德木

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(第十二週)素食

oal

	11月17日(星期一)			11月18日(星期二)			11月19日(星期三)			11月20日(星期四)			11月21日(星期五)		
	人數	33人		人數	33人		人數	33人		人數	33人		補假		
主食	小米飯			糙米飯			米食			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	菜名	配 料	數 量
主菜	蘿蔔小△油豆腐27g			沙茶豆腐	豆腐4.2K津切小丁		日式雜炊飯	素火腿丁	1Kg	照燒素丁	素雞丁3K	1包	親職教育日 補假		
	白蘿蔔去皮*補助78+6	庫存		大白菜去外葉Q.*				乾香菇絲(台灣)			紅蘿蔔Q				
	紅蘿蔔Q			薑絲				毛豆仁*嘉鹿約1K							
	薑片			素沙茶醬260g	豆腐1瓶			紅蘿蔔Q			薑片				
	滷包-大10入母指							玉米粒富士鮮約1K			白芝麻				
副菜	菜脯炒蛋			干丁乾丁	玉米粒富士鮮約1K		香滷什錦	千層豆干	2K	珍菇扁蒲	扁蒲去皮Q.*				
	碎菜脯3K							筍白筍帶殼	3K		金針菇Q	1Kg			
				小豆干丁1*1							紅蘿蔔Q				
青菜	產銷履歷			有機青菜曾吾100K	庫存		有機青菜曾吾100K	庫存		有機青菜曾吾100K	庫存				
	薑絲	0.1Kg		薑絲	0.1Kg		薑絲	0.1Kg		薑絲	0.1Kg				
湯	哈佛蔬菜湯			酸辣湯	洗選雞蛋"12K		味噌豆腐湯	豆腐4.2K津切小丁		紅豆紫米湯	紅豆-產履*30K	庫存			
	高麗菜去外葉Q*			洗選雞蛋(盤)30入				味噌(粗)9k十全			紫米-已提前送	庫存			
	紅蘿蔔Q			豆腐4.2K(薄)				海帶芽(乾)			砂糖25K小太陽"				
	南瓜Q.*			脆筍絲1.7K											
				大白菜去外葉Q.*											
水果	樂活少肉日			木耳朵Q.*				光泉保久豆漿隨車			紅藜麥				
	小米			紅蘿蔔Q				紫米-隔天用							
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 鮮奶 油脂 熱量					

◎本菜單含有花生、乳品類、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、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：

午餐秘書林雅琪

學務主任

學務主任詹德木

校長：

桃園市青埔區青埔國民小學校長 林正義