

青埔國小.一一四學年第一學期學生午餐食譜設計表(第十三週)

預估總價: \$335,313

平均每日: \$67,063

平均每人每日: \$35.7

食材來源一律使用國產豬、牛肉

	11月24日(星期一)			11月25日(星期二)			11月26日(星期三)			11月27日(星期四)			11月28日(星期五)		
	人數	1,941人(預估:\$49,560)		人數	1,941人(預估:\$69,333)		人數	1,941人(預估:\$94,105)		人數	1,629人(預估:\$73,322)		人數	1,941人(預估:\$48,993)	
菜名	紅藜飯			糙米飯			麵食			糙米飯			小薏仁飯		
	配料	數量		配料	數量		配料	數量		配料	數量		配料	數量	
主菜	醬雞胸丁"超秦	135Kg		酥虱目魚排80片高昇	24件		紅熟小烏龍麵	230Kg		泡菜雞胸丁"佳世福	115Kg		馬肉角*"cas	120Kg	
	麵腸切2cm段*	58Kg		炸虱目魚排高昇~拆	3Kg		燒前排丁3K包cas	60Kg		大白菜去外葉Q.*	35Kg		鈴馬鈴薯*	70Kg	
	薑片	1.5Kg		虱目沙拉油18L台糖	4桶		豬白蘿蔔*	75Kg		洋蔥去皮*進口	10Kg		薯紅蘿蔔Q	7Kg	
	絞蒜仁	1.2Kg		虱目魚排			肉紅蘿蔔Q	10Kg		絞蒜仁	1.5Kg		燉絞蒜仁	1.5Kg	
	青蔥	2Kg					湯素豆竹1.8K(包)	4包		韓式泡菜3K*	8包		肉滷包-大10入母指	1包	
	甜麵醬3K十全	2件					薑片	2Kg							
							青蔥	2Kg							
副菜	柴魚蒸蛋	96Kg		蝦絞肉A90%*"cas	12Kg		綜合肉角*"cas	60Kg		玉米豆腐4.2K津切小丁	21板		白菜大白菜去外葉Q.*	130Kg	
	柴魚片-半斤	4包		冬粉-大包3K"	8包		小干四丁2*2	55Kg		玉米粒富士鮮約1K	20包		肉絲*"cas	15Kg	
	年糕紙-薄"	65張		高麗菜去外葉Q*	50Kg		米血糕3K如記(切)	15包		絞肉A90%*"cas	18Kg		乾香菇絲(台灣)	0.6Kg	
				紅蘿蔔Q	6Kg		海帶結	25Kg		青蔥	1Kg		乾蝦仁	1.5Kg	
				絞蒜仁	1Kg		辣椒(紅)	0.2Kg		絞蒜仁	1Kg		紅蘿蔔Q	6Kg	
							絞蒜仁	1.5Kg					木耳朵*1K	8包	
							滷包-大10入母指	庫存					絞蒜仁	1Kg	
青菜	產銷履歷	100Kg		有機菜曾吾強100K	庫存		有機菜曾吾強100K	庫存		有機油菜曾吾86K	庫存		有機青油宋木100K	庫存	
	絞蒜仁	1Kg		絞蒜仁	1Kg		絞蒜仁	1Kg		絞蒜仁	0.8Kg		絞蒜仁	1Kg	
湯	涼薯去皮Q.*	30Kg		紫菜150g"大包圓	6包		芝麻包20入"	98包		結頭菜去皮Q.*	35Kg		山冬瓜糖580g	56個	
	玉米條*切片	24Kg		(先漂洗切段下鍋)						虱目珍珠魚丸3K~	5包		山粉圓	9Kg	
	紅蘿蔔Q	4Kg		豆腐4.2K津切小丁	8板										
	龍骨丁3K包"cas	12Kg		薑絲	1Kg										
				青蔥	0.6Kg										
				叉骨切cas	3Kg										
水果										扣5年級310+2行	1天				
										統一新感覺草莓Q	311包				
										統一愛心牛奶球Q.	311個				
										大麥-隔天用	7Kg				
營養	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	5.2 3.6 0.7 1.8 733		全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	5.6 2.2 0.8 1.0 3.0 772		全穀 豆魚 蔬菜 鮮奶 油脂 熱量	5.5 1.0 1.1 1.0 2.2 707		全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	5.0 2.7 1.2 1.0 2.6 760		全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	6.8 2.1 1.3 2.4 775	

◎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: 秘書林雅琪

學務主任: 主任詹德木

校長: 校長林正義

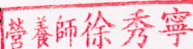
青埔國小. 一一四學年第一學期學生午餐食譜設計表(第十三週)素食

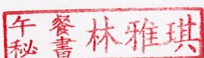
0a1

	11月24日(星期一)			11月25日(星期二)			11月26日(星期三)			11月27日(星期四)			11月28日(星期五)		
	人數	33人		人數	33人		人數	33人		人數	33人		人數	33人	
主菜	主食	紅藜飯		主食	糙米飯		主食	麵食		主食	糙米飯		主食	小薏仁飯	
	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	醬燜麵腸	杏鮑菇塊Q 麵腸切2cm段* 薑片 甜麵醬3K十全	1Kg	酥炸素魚	素白帶魚 沙拉油18L台糖	33個	紅燒麵	熟小烏龍麵 白蘿蔔*去皮 紅蘿蔔Q 素豆竹1.8K(包) 薑片 辣豆瓣醬(2.8K)"		泡菜素丁	素雞丁3K 大白菜去外葉Q.* 素韓式泡菜1K* 	1包	馬鈴薯燉油腐	小油豆腐 馬鈴薯* 紅蘿蔔Q 滷包-大10入母指 	1Kg
	副菜	洗滌雞蛋"12K 年糕紙-薄""		蒸蛋	素絞肉as 冬粉-大包3K" 高麗菜去外葉Q* 紅蘿蔔Q	0.1Kg	綜合滷味	小干四丁2*2 素紫米糕1.2K 海帶結 辣椒(紅) 滷包-大10入母指	1包	玉米豆腐	豆腐4.2K津切小丁 玉米粒富士鮮約1K 素絞肉		白菜魯	大白菜去外葉Q.* 油泡 乾香菇絲(台灣) 紅蘿蔔Q 木耳*1K	0.2K
	青菜	產銷履歷 蚵白菜-產履 薑絲	0.1Kg	有機鳳京	有機菜曾吾強100K 薑絲 	庫存在 0.1Kg	有機雪菜	有機菜曾吾強100K 薑絲	庫存在 0.1Kg	有機油菜	有機油菜曾吾86K 薑絲	庫存在 0.1Kg	有機青油	有機青油宋木100K 薑絲	庫存在 0.1Kg
	湯	涼薯去皮Q.* 玉米條*切片 紅蘿蔔Q 		紫菜豆腐湯	紫菜150g"大包圓" (先漂洗切段下鍋) 豆腐4.2K津切小丁 薑絲 		蒸芝麻包	芝麻包20入"  光泉保久豆漿隨車		結頭湯	結頭菜去皮Q.* 5年級校外教學278 大麥-隔天用 香蕉"O" 		山粉圓冬瓜茶	冬瓜糖580g 山粉圓	
	水果			柑"O			優酪乳(養)隨車			香蕉"O"					
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: 

執行秘書: 

學務主任: 

校長: 