

青埔國小. 一一四學年第二學期學生午餐食譜設計表(第一週)

食材來源一律使用國產豬、牛肉

oa1

2月23日(星期一).				2月24日(星期二)				2月25日(星期三).				2月26日(星期四)				2月27日(星期五)													
人數		1,942 人		人數		1,942 人		人數		1,942 人		人數		1,942 人		人數		1,942 人											
主食		黑芝麻飯		主食		糙米飯		主食		麵食		主食		糙米飯		主食		紫米飯											
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	玉米蒸肉餅	玉絞肉	114Kg	麻婆魚丁	旗魚丁	132Kg	味噌拉麵	拉麵(熟)	230Kg	香滷雞翅*1	雞翅5	1932支																	
		玉米粒CAS(散	30Kg		豆腐4.3K(薄	8盤		肉片	18Kg		滷味滷包(小磨	1包																	
		豆腐4.3K(切丁	9盤		刈薯Q	20Kg		玉米粒CAS(散	15Kg																				
		玻璃紙(薄	張		洋蔥去皮Q	10Kg		高麗菜Q	40Kg																				
		蒜末	1Kg		青蔥	2Kg		洋蔥去皮Q	20Kg																				
					蒜末	1Kg		乾海帶芽	0.6Kg																				
					薑末	1Kg		乾昆布	0.5Kg																				
								味噌9K(細	1箱																				
				柴魚片600G	1包																								
副菜	芋香白菜	大白菜Q	135Kg	青花炒肉絲	青花菜(冷凍	156Kg	蒜泥白肉	火鍋豬肉片	108Kg	家常年糕	韓式年糕條	66包																	
		洗選蛋	12Kg		肉絲	12Kg		綠豆芽Q	48Kg		高麗菜	75Kg																	
		芋頭Q	20Kg		大木耳Q	6Kg		紅蘿蔔Q	6Kg		紅蘿蔔Q	6Kg																	
		肉絲	12Kg		紅蘿蔔Q	6Kg		蒜泥	3Kg		洋蔥去皮Q	15Kg																	
		大木耳Q	6Kg		蒜末	1Kg					肉絲	12Kg																	
		紅蘿蔔Q	6Kg																										
		乾香菇絲(台灣	1.2Kg																										
		蒜末	1Kg																										
青菜	產銷履歷	青菜-產銷履歷	100Kg	有機廣島	有機菜曾吾強100K	庫存	有機黑葉	有機菜曾吾強110K	庫存	有機青松	有機菜曾吾強110K	庫存																	
		蒜末	1Kg		蒜末	1Kg		蒜末	1Kg																				
湯	酸辣湯	豆腐4.3K(薄	5盤	芹香蘿蔔湯	白蘿蔔Q	45Kg	芝麻包*1	晶鈺芝麻包65G	1960個	綠豆QQ湯	綠豆	30Kg																	
		脆筍絲	12Kg		紅蘿蔔Q	5Kg		QQ圓	21Kg																				
		大木耳Q	3Kg		芹菜Q	2Kg		二砂25K(台糖	1件																				
		紅蘿蔔Q	6Kg																										
		洗選蛋	12Kg																										
		穀盛烏醋5L(素	1桶																										
		黑芝麻	1Kg																										
		黃豆奶(250ML	1946瓶					光泉保久豆漿隨車	173瓶																				
水果				水果		1935份		優酪乳-養08:00		1767瓶		水果		1935份															
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										
	6.0 1.8 1.6 2.1 690						5.8 2.3 0.6 1.0 3.0 789						5.0 2.5 1.3 1.0 2.5 804						5.0 2.0 2.0 1.0 1.4 673						6.4 3.0 1.5 3.4 864				

228連假

228連假

◎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:

午餐詹德木

校長:

桃園市中壢區青埔國民小學 林正義

青埔國小. 一一四學年第二學期學生午餐食譜設計表(第一週)素食

oal

2月23日(星期一).				2月24日(星期二)				2月25日(星期三).				2月26日(星期四)				2月27日(星期五)							
人數		34人		人數		34人		人數		34人		人數		34人		人數		34人					
主食		黑芝麻飯		主食		糙米飯		主食		麵食		主食		糙米飯		主食		紫米飯					
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	玉米豆腐	玉米粒CAS(散				麻婆豆腐	豆腐4.3K(薄				味噌拉麵	拉麵(熟				滷蛋海帶	洗選蛋(粒		33粒				
		豆腐4.3K(切丁					刈薯Q					油片(切絲		1Kg			海帶結		1Kg				
		玻璃紙(薄										玉米粒CAS(散											
												高麗菜Q											
							薑末					乾海帶芽											
												乾昆布											
副菜	芋香白菜	大白菜Q				青花炒菇	青花菜(冷凍				銀芽炒豆干	豆干片		2Kg		家常年糕	韓式年糕條						
		洗選蛋					美白菇100G		1包			綠豆芽Q		48Kg			高麗菜						
		芋頭Q					大木耳Q					紅蘿蔔Q		6Kg			紅蘿蔔Q						
																							
		大木耳Q																					
		紅蘿蔔Q																					
青菜	產銷履歷	青菜-產銷履歷				有機廣島	有機菜曾吾強100K		庫存		有機黑葉	有機菜曾吾強110K		庫存		有機青松	有機菜曾吾強100K		庫存				
		薑絲		0.1Kg			薑絲		0.1Kg			薑絲		0.1Kg			薑絲		0.1Kg				
湯	酸辣湯	豆腐4.3K(薄				芹香蘿蔔湯	白蘿蔔Q				芝麻包*1	晶鈺芝麻包65G		1960個		綠豆QQ圓	綠豆						
		脆筍絲					紅蘿蔔Q										QQ圓						
		大木耳Q					芹菜Q										二砂25K(台糖						
		紅蘿蔔Q																					
		洗選蛋																					
		穀盛烏醋5L(素																					
水果	黃豆奶(250ML											光泉保久豆漿隨車											
水果				水果				鮮乳-養08:00				水果											
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							

228連假

228連假

◎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：營養師徐香露

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：

桃園市青埔區青埔國民小學 林正義