

# 青埔國小. 一一四學年第二學期學生午餐食譜設計表(第三週)

oa1 預估總價: \$361,885      平均每日: \$72,377      平均每人每日: \$37.2

食材來源一律使用國產豬、牛肉

		3月9日(星期一)		3月10日(星期二)		3月11日(星期三)		3月12日(星期四)		3月13日(星期五)					
人數		1,946人(預估:\$44,129)		1,946人(預估:\$97,522)		1,946人(預估:\$99,828)		1,946人(預估:\$72,418)		1,946人(預估:\$47,988)					
主食		燕麥飯		糙米飯		米食		糙米飯		五穀飯					
菜名		配 料		配 料		配 料		配 料		配 料					
數量		數量		數量		數量		數量		數量					
主 菜	咖哩雞丁	雞胸丁"超秦	130Kg	番旗魚丁3K(含冰)	45包	古早味滷肉飯	絞肉A90%"*cas	120Kg	糖醋雞丁	雞胸丁"佳世福	108Kg	黑胡椒肉柳	肉柳"*cas	132Kg	
		雞(骨腿丁)超秦	18Kg	豆腐4.2K津切小丁	庫存		乾香菇絲(台灣)	2Kg		雞(骨腿丁)佳世福	32Kg	黑胡椒	洋蔥去皮*加工	40Kg	
		馬鈴薯*Q	65Kg	冬瓜*去皮Q	60Kg		絞蒜仁	1Kg		洋蔥去皮*加工	12Kg	黑胡椒	杏鮑菇-切塊Q	12Kg	
		紅蘿蔔-產履8	10Kg	洋蔥去皮*加工	20Kg		絞紅蔥頭	3Kg		涼薯去皮Q.*	30Kg	黑胡椒	青蔥	2Kg	
		洋蔥去皮*加工	10Kg	薑片	1Kg		小豆干丁1*1	40Kg		絞蒜仁	1Kg	黑胡椒	絞蒜仁	1Kg	
		薑片	1.5Kg	蕃茄(角)2550g	6桶					蕃茄醬3.15K*可果	庫存	黑胡椒	黑胡椒醬(3K)	2桶	
	老公咖哩粉600g盒	3盒	蕃茄醬(件)6入*	1件					白醋(5K)穀盛"	庫存	黑胡椒	黑胡椒粒.1斤飛馬	1包		
副 菜	香菇蒸蛋	洗選雞蛋"12K	96Kg	什錦大阪燒	高麗菜去外葉Q*	90Kg	京都大排	京都大排80片~	25件	螞蟻上樹	絞肉A90%"*cas	12Kg	回鍋干片	豆干片	90Kg
		香菇小朵(生)Q*3K	3包		肉絲"*cas	24Kg				冬粉-大包3K"	8包	回鍋干片	高麗菜去外葉Q*	70Kg	
		年糕紙-薄""	65張		紅蘿蔔-產履	20Kg				高麗菜去外葉Q*	50Kg	回鍋干片	紅蘿蔔-產履5	庫存	
					洋蔥去皮*加工	20Kg				紅蘿蔔-產履5	10Kg	回鍋干片	絞蒜仁	1Kg	
					洗選雞蛋"12K	24Kg				絞蒜仁	1Kg	回鍋干片	黑豆瓣醬3K十全	1件	
					柴魚片-半斤	2包									
					海苔粉300g	1包									
					沙拉醬500g桂冠	20包									
					麵粉-中筋22K	1件									
					年糕紙-薄""	65張									
				烏醋(5K)穀盛"	1桶										
青 菜	產銷履歷	黑葉白-產履-東	105Kg	有機福山	有機菜曾吾強100K	庫存	有機白松	有機菜曾吾強100K	庫存	有機雪菜	有機菜曾吾強110K	庫存	有機荷葉	有機菜宋木森100K	庫存
		絞蒜仁	1Kg		絞蒜仁	1Kg		絞蒜仁	1Kg		絞蒜仁	1Kg		絞蒜仁	1Kg
湯	海帶芽	海帶芽(乾)	2Kg	肉羹湯	赤肉粳3K(包)~	6包	結頭菜魚丸湯	結頭菜去皮Q.*	42Kg	福菜肉絲湯	長福菜1.8K(包)	6包	地瓜芋圓湯	地瓜產履.*	庫存
	蛋花湯	洗選雞蛋"12K	12Kg		紅蘿蔔-產履2	庫存		虱目珍珠魚丸3K~	6包		脆筍片1.7K	24包		芋圓	30Kg
		薑絲	1Kg		脆筍絲1.7K	6包					肉絲"*cas	12Kg		砂糖25K小太陽"	1件
		青蔥	1Kg		木耳朵Q.*	3Kg					薑片	2Kg			
		叉骨切cas	6Kg		白蘿蔔*Q	45Kg					叉骨切cas	6Kg			
					洗選雞蛋"12K	12Kg									
				柴魚片-半斤	1包										
				叉骨切cas	6Kg										
				豆腐4.2K津切小丁	12板						五穀米-隔天用	9Kg			
											地瓜產履.*	55Kg		大麥-隔天用	9Kg
水 果				茂谷柑Q	1946個						小番茄	1946人			
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		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 水果 油脂 熱量	
		5.4 2.8 0.7 1.8 687		5.3 2.5 1.9 1.0 2.6 784		5.0 2.8 0.8 1.0 2.0 790		5.6 2.1 1.4 1.0 3.0 780		5.8 3.1 1.2 2.4 777					

◎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<sup>Ca</sup>標示。

營養師: 

執行秘書: 

學務主任:



校長:



# 青埔國小. 一一四學年第二學期學生午餐食譜設計表(第三週) 素食

oal 預估總價: \$2,650    平均每日: \$530    平均每人每日: \$15.6

		3月9日(星期一)			3月10日(星期二)			3月11日(星期三)			3月12日(星期四)			3月13日(星期五)					
人數		34人(預估:\$227)			34人(預估:\$217)			34人(預估:\$912)			34人(預估:\$892)			34人(預估:\$402)					
主食		燕麥飯			糙米飯			米食			糙米飯			五穀飯					
菜名		配料		數量	配料		數量	配料		數量	配料		數量	配料		數量			
主菜	咖哩	凍豆腐丁		1Kg	番豆腐4.2K津切小丁			古早素肉燥			糖醋豆腸		豆腸(炸)*切段	2Kg	黑胡椒麵腸		麵腸(大)	2Kg	
	洋芋	杏鮑菇切塊Q*1K		1包	冬瓜*去皮Q			小豆干丁1*1			豆腸		涼薯去皮Q.*		黑胡椒杏鮑菇-切塊Q				
	芋	紅蘿蔔Q			薑片			素香菇拌醬550g.		1瓶	豆腸		蕃茄醬3.15K*可果		黑胡椒醬(素)			1罐	
		薑片			蕃茄(角)2550g						糖醋豆腸		白醋(5K)穀盛"		黑胡椒粒.1斤飛馬				
副菜	香菇蒸蛋	洗選雞蛋"12K			什錦大阪燒			素黑胡椒肉排3K大		1包	螞蟻上樹		乾香菇絲(台灣)	0.1Kg	回鍋干片		豆干片		
		香菇小朵(生)Q*3K			金絲菇Q*1K健銘		1包	黑胡椒肉排			上樹		冬粉-大包3K"		高麗菜去外葉Q*				
		年糕紙-薄"			紅蘿蔔Q						上樹		高麗菜去外葉Q*		紅蘿蔔Q				
					洗選雞蛋"12K						上樹				黑豆瓣醬3K十全				
青菜	產銷履歷	黑葉白菜-產銷履歷			有機菜曾吾強100K			有機菜曾吾強100K			有機雪菜		有機菜曾吾強110K			有機菜宋木森100K			
	履歷	薑絲*		0.1Kg	薑絲*		0.1Kg	薑絲*		0.1Kg	有機雪菜		薑絲*		0.1Kg	薑絲*		0.1Kg	
湯	海帶芽蛋花湯	海帶芽(乾)			肉羹湯			結頭菜素丸湯			福菜湯		長福菜1.8K(包)			地瓜產履.*			
		洗選雞蛋"12K			紅蘿蔔Q			結頭菜素丸湯			福菜湯		脆筍片1.7K			芋圓			
		薑絲			脆筍絲1.7K			素香菇丸0.6K.		1包	福菜湯		香菇頭0.6K素羊肉		1包	砂糖25K小太陽"			
					木耳朵Q.*						福菜湯		薑片						
水果		豆腐4.2K津切小丁		庫存	白蘿蔔*Q			光泉保久豆漿隨車		庫存	福菜湯		五穀米-隔天用		庫存	大麥-隔天用		庫存	
					洗選雞蛋"12K						福菜湯		地瓜產履.*		庫存				
營養		茂谷柑Q		庫存	鮮奶(養)隨車		庫存				小番茄		庫存						
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	水果	油脂	熱量
		5.0	0.7	0.3	1.8	492		5.3	0.5	0.3	1.0	3.4	630	5.0	3.1	1.0	5.0	928	
		5.0	2.0	1.0	3.0	695		5.0	2.0	1.0	3.0	695		5.0	1.5	2.4	571		

◎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: 