

青埔國小. 一一四學年第二學期學生午餐食譜設計表(第四週)

oal 預估總價: \$372, 856

平均每日: \$74, 571

平均每人每日: \$38. 3

食材來源一律使用國產豬、牛肉

	3月16日(星期一)			3月17日(星期二)			3月18日(星期三)			3月19日(星期四)			3月20日(星期五)																										
	人數	1,946人(預估:\$67,039)		人數	1,946人(預估:\$96,203)		人數	1,946人(預估:\$91,616)		人數	1,946人(預估:\$76,022)		人數	1,946人(預估:\$41,976)																									
主食	小薏仁飯			主食	糙米飯			主食	麵食			主食	糙米飯			主食	地瓜飯																						
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	紅燒大黑豆干	大黑豆干1切12"	95Kg	香酥魚丁	旗魚丁3K(含冰)	60包	什錦麵疙瘩	麵疙瘩	195Kg	鹹冬瓜	絞肉A90%*"cas	114Kg	蠔油醬燒雞	雞胸丁"佳世福	126Kg	起司馬鈴薯炒蛋	馬鈴薯*Q	60Kg	白菜魯	旗魚丁3K(含冰)	60包	滷翅小腿	雞翅小腿.大成	3892支	鮮蔬年糕	高麗菜去外葉*Q*	75Kg	黃金豆腐煲	豆腐4.2K津切小丁	24板									
		白蘿蔔*Q	60Kg			杏鮑菇-切塊Q		54Kg			乾香菇絲(台灣)	1Kg			冬瓜*Q		35Kg			雞(骨腿丁)佳世福	18Kg			洗選雞蛋"12K		84Kg			肉絲*"cas	15Kg		韓式年糕500g長型	74包		洗選雞蛋"12K	12Kg			
		絞蒜仁	2Kg			絞蒜仁		2Kg			肉絲*"cas	30Kg			醬冬瓜3K(桶)		10桶			紅蘿蔔-產履	6Kg			火腿丁1K		9包			乾香菇絲(台灣)	0.6Kg		紅蘿蔔-產履	4Kg		南瓜Q	35Kg			
		八角粒1斤南穎昌*	1包			地瓜粉20K		1件			紅蘿蔔-產履	10Kg			薑末		1Kg			洋蔥去皮*加工	15Kg			乳酪絲1Kg達人。		20包			紅蘿蔔-產履	5Kg		辣椒(紅)	0.2Kg		洋蔥去皮*加工	15Kg		絞蒜仁	1.5Kg
		冰糖3K細	2包			老公胡椒鹽600g盒		2盒			高麗菜去外葉*Q*	60Kg			絞蒜仁		3Kg			青蔥	1Kg			馬鈴薯					木耳朵*1K	8包		滷包-大10入母指	1包		青蔥	1Kg		鹹蛋熟6入CAS	12盒
	醬油6K萬家香(濃)	1件					油蔥酥約5斤"	1包											絞蒜仁	1Kg																			
青菜	產銷履歷	油菜-產履-東	100Kg	有機小白	有機菜曾吾強100K	庫存	有機青油	有機菜曾吾強100K	庫存	有機A?	有機菜曾吾強100K	庫存	有機青江	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	酸白菜冬粉湯	叉骨切cas	6Kg	蕃茄高麗湯	牛蕃茄Q.*	25Kg	大黃瓜貢丸湯	大黃瓜Q	55Kg	豆腐蛋花湯	豆腐4.2K津切小丁	10板	綠豆Q湯	綠豆30K	1件																								
		冬粉-大包3K"	1包		高麗菜去外葉*Q*	25Kg		貢丸(大)3K包	6包		洗選雞蛋"12K	12Kg	切QQ粉圓	21Kg																									
		大白菜去外葉*Q.*	21Kg		洋蔥去皮*加工	15Kg					金絲菇Q	6Kg	砂糖25K小太陽"	1件																									
		酸白菜3K*素	6包		青蔥	1Kg					叉骨切cas	6Kg																											
		紅蘿蔔-產履	5Kg		叉骨切cas	6Kg					青蔥	1Kg																											
	薑片	1Kg																																					
水果	樂活少肉日																																						
	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	5.6 2.0 1.2 1.8 653																																					
營養	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	5.0 2.4 1.8 1.0 2.8 761																																					
	全穀 豆魚 蔬菜 鮮奶 油脂 熱量	8.3 2.6 1.3 1.0 3.0 1064																																					
	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	5.6 2.2 1.4 1.0 3.8 823																																					
	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	6.1 2.6 0.7 2.4 748																																					

◎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: **徐秀寧**

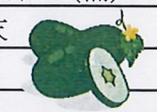
執行秘書: **林雅琪**

學務主任: **詹德木**

校長: **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(第四週)素食

oa1 預估總價: \$2,278 平均每日: \$456 平均每人每日: \$13.4

		3月16日(星期一)		3月17日(星期二)		3月18日(星期三)		3月19日(星期四)		3月20日(星期五)															
人數		34人(預估:\$323)		34人(預估:\$818)		34人(預估:\$395)		34人(預估:\$429)		34人(預估:\$313)															
主食		小薏仁飯		糙米飯		麵食		糙米飯		地瓜飯															
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	紅燒大黑豆干	大黑豆干1切12"		香酥素排骨	素排骨丁3K(包) 1包	什錦麵疙瘩		鹹冬瓜素燒	絞碎豆干(白) 3Kg	蠔油	小油豆腐丁 3Kg														
		白蘿蔔*Q			杏鮑菇-切塊Q	錦麵	乾香菇絲(台灣)		冬瓜*Q	油	紅蘿蔔-產履														
		薑片*	0.1Kg		地瓜粉20K	麵疙瘩	雞蛋(盒)10入 1盒		醬冬瓜3K(桶)	菇	杏鮑菇-切塊Q														
		八角粒1斤南穎昌*			老公胡椒鹽600g盒	疙瘩	紅蘿蔔-產履		薑末 	菇	乾香菇小朵														
	冰糖3K細					高麗菜去外葉Q*				油	薑片														
	醬油6K萬家香(濃)					素油蔥600g. 1包				豆	蠔油5L(素)金蘭														
副菜	起司馬鈴薯炒	馬鈴薯*Q		白菜魯	大白菜去外葉Q.*	滷素排	素鹽酥G排" 34個	鮮蔬年糕	高麗菜去外葉Q*	黃金豆腐煲	豆腐4.2K津切小丁														
		洗選雞蛋"12K			麵筋(油泡) 0.1Kg				油豆片切絲 1Kg		洗選雞蛋"12K														
		素火腿丁1K*中港	1包		乾香菇絲(台灣)				韓式年糕500g長型		南瓜Q														
		乳酪絲1Kg達人。			紅蘿蔔-產履5 				紅蘿蔔Q 		薑絲* 0.1Kg														
					木耳*1K 					鹹蛋熟6入CAS															
青菜	產銷履歷	油菜-產履-東		有機小白	有機菜曾吾強100K	有機青油	有機菜曾吾強100K	有機A?	有機菜曾吾強100K	有機青江	有機菜宋木森100K														
		薑絲*	0.1Kg		薑絲* 0.1Kg		薑絲* 0.1Kg		薑絲* 0.1Kg		薑絲* 0.1Kg														
湯	酸白菜冬粉湯	豆腐(1.2K)封膜 2盒		蕃茄高麗湯	牛蕃茄Q.*	大黃瓜素丸湯	大黃瓜Q	豆腐蛋花湯	豆腐4.2K津切小丁	綠豆Q湯	綠豆30K														
		冬粉-大包3K"			高麗菜去外葉Q*		素紅繡球約600g 1包		洗選雞蛋"12K	豆	切QQ粉圓														
		大白菜去外葉Q.*							金絲菇Q 	Q	砂糖25K小太陽"														
		酸白菜3K*素									Q														
	薑片																								
	樂活少肉日						光泉保久豆漿隨車 庫存		地瓜產履.* 庫存																
水果	義美黃豆奶-有糖	庫存		芭樂	庫存	優酪乳-養08:00	庫存		柳橙	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 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														
	5.0	1.6	0.1	1.8	554	5.0	2.3	1.0	2.8	709	5.0	0.7	1.0	3.0	658	5.0	3.4	0.1	1.0	3.8	839	4.5	1.6	0.1	2.4

◎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: 徐秀寧

執行秘書: 林雅琪

學務主任: 詹德木

校長: 林正義

