

青埔國小. 一一四學年第二學期學生午餐食譜設計表(第七週)

食材來源一律使用國產豬、牛肉

類別	4月6日(星期一)			4月7日(星期二)			4月8日(星期三)			4月9日(星期四)			4月10日(星期五)		
	人數	1,947人(預估:\$44,629)		人數	1,947人(預估:\$89,341)		人數	1,947人(預估:\$89,341)		人數	1,947人(預估:\$89,341)		人數	1,947人(預估:\$89,341)	
	主食			主食	黑芝麻糙米飯		主食	米食		主食	糙米飯		主食	胚芽飯	
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	清明節補假	炸虱目魚排*1	虱目魚排60G	1950片	沙茶豬肉燴飯	肉絲	30Kg	蘑菇醬燒雞	雞丁	126Kg	打拋肉	全瘦絞肉	102Kg		
			沙拉油18L(台)	3桶		洋蔥去皮Q	40Kg		骨腿丁	18Kg		洋蔥去皮	35Kg		
						高麗菜Q	60Kg		杏鮑菇A-Q	12Kg		豆干絞碎	20Kg		
						紅蘿蔔(產)	10Kg		紅蘿蔔(產)	10Kg		大蕃茄Q	21Kg		
副菜		海帶豆干	豆干片	80Kg	高昇排骨	肉丁	66Kg	玉米蒸蛋	洗選蛋	97Kg	開陽白菜	大白菜Q	115Kg		
			海帶結	50Kg		軟排丁	36Kg		玉米粒CAS	11包		洗選蛋	12Kg		
			紅蘿蔔(產)	20Kg		排骨丁	60Kg		玻璃紙(薄)	65張		紅蘿蔔Q	10Kg		
			蒜末	1Kg		紅蘿蔔(產)	30Kg					大木耳Q	6Kg		
青菜		有機荷白	有機荷葉白菜	100Kg	有機青江	有機青江菜	100Kg	有機福山	有機福山萵苣	100Kg	有機黑葉	有機黑葉白菜	105Kg		
			蒜末	1Kg		蒜末	1Kg		蒜末	1Kg		蒜末	1Kg		
湯		香菇雞湯	生香菇小小Q	6Kg	大黃瓜魚丸湯	大黃瓜Q	54Kg	錦繡三絲湯	黃豆芽Q	24Kg	雙木耳露	白木耳	1.5Kg		
			雞丁	36Kg		珍珠魚丸CAS(3K)	6包		榨菜絲	18Kg		乾木耳絲	0.6Kg		
			白蘿蔔Q	30Kg					肉絲	6Kg		紅棗600G	2包		
			薑片	1Kg					紅蘿蔔(產)	2Kg		桂圓乾600G	4盒		
水果		蘋果	蘋果	1947個	鮮奶(養)	光泉保久豆漿	171瓶	香蕉	香蕉	1947個		冬瓜塊600G	60塊		
營養	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	4.5 2.9 1.1 1.0 3.0 755	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	4.5 2.8 1.5 0.5 2.5 735	全穀 豆魚 蔬菜 鮮奶 油脂 熱量	4.5 2.6 1.3 1.0 2.5 715	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	5.0 2.0 1.5 2.5 650							

◎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(第七週)素食

4月6日(星期一)			4月7日(星期二)			4月8日(星期三)			4月9日(星期四)			4月10日(星期五)			
人數	35人		人數	35人		人數	35人		人數	35人		人數	35人		
主食			主食	黑芝麻糙米飯		主食	米食		主食	糙米飯		主食	胚芽飯		
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	
清明節補假	炸玉米香酥餅*	玉米香酥餅30G	70片	沙茶燴飯	油片(切絲)	0.5Kg	蘑菇醬燒豆腐	油豆腐丁	2Kg	打拋豆干	豆干絞碎		打拋豆干	大蕃茄Q	
					高麗菜Q			杏鮑菇A-Q			九層塔Q				
					紅蘿蔔(產)			紅蘿蔔(產)			紅辣椒				
					素沙茶醬737g	庫存		蘑菇醬(素)	1罐		調合檸檬汁(玻)				
								番茄醬							
								薑末							
副菜	海帶豆干	豆干片		醬燒豆腸	豆腸(切丁)	2.5Kg	玉米蒸蛋	洗選蛋		蛋酥白菜	大白菜Q		蛋酥白菜	洗選蛋	
		海帶結			紅蘿蔔(產)			玉米粒CAS			紅蘿蔔Q				
		紅蘿蔔(產)			白芝麻(密封包)			玻璃紙(薄)			大木耳Q				
青菜	有機荷白	有機荷葉白菜		有機青江	有機青江菜		有機福山	有機福山萵苣		有機黑葉	有機黑葉白菜		有機黑葉	有機黑葉白菜	
		薑絲	0.1Kg		薑絲	0.1Kg		薑絲	0.1Kg		薑絲	0.1Kg		薑絲	0.1Kg
湯	香菇蘿蔔湯	生香菇小小Q		大黃瓜素丸湯	大黃瓜Q		錦繡三絲湯	黃豆芽Q		雙木耳露	白木耳		雙木耳露	乾木耳絲	
		白蘿蔔Q			素貢丸600G	1包		榨菜絲			紅棗600G			紅棗600G	
		薑片						紅蘿蔔(產)			桂圓乾600G			桂圓乾600G	
		黑芝麻			光泉保久豆漿	171瓶					冬瓜塊600G			冬瓜塊600G	
水果	蘋果		1947個	鮮奶(養)		1781瓶	香蕉		1947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 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		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: 營養師徐秀寧

執行秘書: 午餐秘書 林雅琪

學務主任: 學生事務主任 詹德木

校長: 桃園市中原區青埔國民小學 林正義