

青埔國小. 一一四學年第二學期學生午餐食譜設計表(第十週)


食材來源一律使用國產豬、牛肉

		4月27日(星期一)		4月28日(星期二)		4月29日(星期三)		4月30日(星期四)		5月1日(星期五)			
		人數 1,947人		人數 1,947人		人數 1,947人		人數 1,947人		人數 1,947人			
		主食 地瓜飯		主食 糙米飯		主食 麵食		主食 糙米飯		主食			
		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	炸醬干丁	豆干丁	90Kg	炸什錦魷魚排	什錦魷魚排	60G	肉絲麵線	棕色麵線(濟公)	54Kg	醬爆肉絲	肉絲	108Kg	
		絞肉	12Kg		沙拉油	18L(台)		3桶	肉絲		24Kg	洋蔥去皮Q	30Kg
		毛豆仁CAS	15Kg		魚排				大白菜Q		40Kg	豆干片	45Kg
		紅蘿蔔(產)	20Kg		排*				脆筍絲		18Kg	青蔥	2Kg
		甜麵醬9K	1箱		1				大木耳Q		9Kg	紅辣椒	0.2Kg
		蒜末	1Kg						紅蘿蔔(產)		5Kg	蒜末	1Kg
		黑豆瓣醬3K	1箱						柴魚片600G		1包		
					油蔥酥600G	2包							
副菜	豆漿蒸蛋	洗選蛋CAS(盤)	6箱	紅燒烤魷	烤魷(切)	40Kg	蜜汁豆干	大溪黑干(切9丁)	135Kg	泡菜寬粉	寬冬粉(日正)	21Kg	
		豆漿5K(產履)	6包		紅蘿蔔(產)	20Kg		白芝麻(密封包)	1包		大白菜Q	40Kg	
		玻璃紙(薄)	65張		大木耳Q	6Kg		紅辣椒	0.2Kg		大木耳Q	6Kg	
		玉米粒CAS	6包		生香菇Q	6Kg		麥芽糖5K	1桶		紅蘿蔔(產)	10Kg	
					筍片	21Kg					泡菜3K	8包	
					杏鮑菇D(有機)	9Kg					蒜末	1Kg	
					蒜末	1Kg							
		紅辣椒	0.2Kg										
青菜	產銷履歷	空心菜(產履)	100Kg	有機青松	有機菜曾吾強	100K	有機小松	有機菜宋木森	100K	有機茼蒿白	有機菜曾吾強	100K	
		蒜末	1Kg		蒜末	1Kg		蒜末	1Kg		蒜末	1Kg	
湯	金菇蛋花湯	金針菇B-Q	10Kg	黃芽昆布湯	黃豆芽Q	40Kg	鍋貼	鍋貼	3900個	蘿蔔貢丸湯	白蘿蔔Q	55Kg	
		洗選蛋CAS(盤)	1箱		乾昆布300G	3包			貢丸CAS		6包		
		紅蘿蔔(產)	5Kg		薑絲	1Kg			芹菜Q		2Kg		
		青蔥	1Kg										
		地瓜(產)	20Kg						光泉保久豆漿		176瓶		
水果				蘋果	1947個	養樂多優酪乳	1771瓶	香蕉	1947份				
營養		全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	4.3 2.6 0.7 2.5 626	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	4.3 2.2 1.1 1.0 2.8 680	全穀 豆魚 蔬菜 鮮奶 油脂 熱量	4.3 2.8 0.9 0.5 2.5 706	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	5.0 2.5 1.3 1.0 2.5 743	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量			

勞動節休假

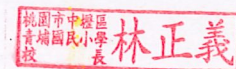
◎本菜單含有甲殼類、花生、乳品類、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類、亞硫酸鹽類等及其各類製品，不適合對其過敏體質者食用。

◎本菜單高鈣食物會以斜體標示。

營養師: 

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(第十週)素食

4月27日(星期一)		4月28日(星期二)		4月29日(星期三)		4月30日(星期四)		5月1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	地瓜飯	主食	糙米飯	主食	米食	主食	糙米飯	主食			
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	炸醬	豆子丁		玉米香酥餅30G	70片	素肉絲	0.1Kg	醬爆干片	豆子片		
	干丁	毛豆仁CAS		玉米香酥餅*		大白菜Q		紅辣椒			
		紅蘿蔔(產)				脆筍絲		芹菜Q	0.5Kg		
		甜麵醬9K				大木耳Q					
		黑豆瓣醬3K		2		紅蘿蔔(產)					
副 菜	豆漿	洗選蛋CAS(盤)		紅燒烤麩		蜜汁豆干		泡菜寬粉	寬冬粉(日正)		
	蒸蛋	玻璃紙(薄)		生香菇Q		大溪黑干(切9丁)		大白菜Q			
				筍片		白芝麻(密封包)		大木耳Q			
				杏鮑菇D(有機)		紅辣椒		紅蘿蔔(產)			
				紅辣椒		麥芽糖5K		素泡菜	2瓶		
青 菜	產銷履歷	小白菜(產履)	庫存	有機菜曾吾強100K	庫存	有機菜宋木森100K	庫存	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	金菇蛋花湯	金針菇B-Q		黃豆芽Q		素鍋貼	3包	蘿蔔素丸湯	白蘿蔔Q		
		洗選蛋CAS(盤)		乾昆布300G				素貢丸600G	1包		
		紅蘿蔔(產)		薑絲				芹菜Q			
水果			蘋果	庫存		養樂多優酪乳	庫存	香蕉	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		

勞動節休假

◎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：

執行秘書：

學務主任：

校長：