

青埔國小. 一一四學年第二學期學生午餐食譜設計表(第十一週)

預估總價: \$350,084

平均每日: \$70,017

平均每人每日: \$36

食材來源一律使用國產豬、牛肉

		5月4日(星期一)		5月5日(星期二)		5月6日(星期三)		5月7日(星期四)		5月8日(星期五)					
		人數	1,946人(預估:\$56,137)	人數	1,946人(預估:\$75,211)	人數	1,946人(預估:\$92,061)	人數	1,946人(預估:\$77,751)	人數	1,946人(預估:\$48,924)				
		主食		主食		主食		主食		主食					
		小米飯		糙米飯		米食		糙米飯		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				
												菜名	配料	數量	菜名
主菜	炸醬肉燥	絞肉A90%*"cas	108Kg	香酥魷魚排	魷魚排100入6K	20盒	日式散壽司	洗選雞蛋*cas	15Kg	春川炒雞	雞(骨腿丁)佳世福	18Kg	魚香肉絲	肉絲*cas	126Kg
		絞碎豆干	50Kg		沙拉油18L台糖	4桶		鮪魚罐(1.6L)	25桶		雞胸丁"佳世福	126Kg	脆筍絲	1.7K	10包
		洋蔥去皮-美*本產	25Kg					小黃瓜Q.*	30Kg		韓式泡菜3K*	8包	木耳有機	10Kg	
		絞紅蔥頭*	4Kg					玉米粒富士鮮約1K	35包		大白菜去外葉Q.*	35Kg	辣椒(紅)	0.3Kg	
		甜麵醬(9k)十全	1件					紅蘿蔔-產履	7Kg		洋蔥去皮-美*本產	20Kg	薑末	1.5Kg	
		黑豆瓣醬3K十全	1件					味島香鬆海苔。	8包		辣椒醬(2.7k)香山	1桶	絞蒜仁	1.5Kg	
		絞蒜泥	1Kg					絞蒜仁*	0.1Kg		辣椒醬-韓式1kg	1盒	青蔥	2Kg	
										乳酪絲1Kg達人。	15包				
副菜	培根花椰	白花菜"富士12K散	12件	高麗菜炒蛋	洗選雞蛋*cas	90Kg	醬燒大排	大排* 75g cas	1950個	拌海帶芽	肉絲*cas	18Kg	味噌肉末	絞肉A90%*"cas	24Kg
		碎培根3K	4包		高麗菜去外葉Q*	60Kg		絞蒜仁	1Kg		海帶芽(乾)	2Kg	茄子	茄子Q	98Kg
		木耳有機	4Kg		紅蘿蔔-產履	5Kg		薑片	1Kg		黃豆芽Q. 非基改	45Kg	絞蒜仁	絞蒜仁	1.5Kg
		紅蘿蔔-產履	5Kg		青蔥	1Kg		辣椒(紅)	0.2Kg		紅蘿蔔-產履	8Kg	青蔥	青蔥	2Kg
		絞蒜仁	1Kg								絞蒜仁	1.5Kg	味噌(粗)9k十全	1件	
											薑絲	1.5Kg	茄子		
											白芝麻	1Kg			
										香油(3L)福壽	1桶				
青菜	產銷履歷	萵菜-產履	100Kg	有機白松	有機青菜曾吾強	庫存	有機黑葉	有機青菜曾吾強	庫存	有機青江	有機青菜曾吾強	庫存	有機小白	有機青菜宋木森	庫存
		絞蒜仁	1Kg		絞蒜仁	1Kg		絞蒜仁	1Kg		絞蒜仁	1Kg		絞蒜仁	1Kg
湯品	紫菜豆腐湯	紫菜150g"大包圓	6包	香菇竹筍湯	竹筍*去殼.*Q**停	48Kg	關東煮湯	白蘿蔔*Q	35Kg	豆腐花湯	豆腐4.2K津切小丁	9板	冰糖蓮子銀耳湯	白木耳	2Kg
		(先漂洗切段下鍋)			香菇小朵(生)Q	9Kg		玉米條*切片	20Kg		洗選雞蛋*cas	15Kg		雪蓮子(乾)已提前	庫存
		豆腐4.2K津切小丁	8板		肉絲*cas	9Kg		小油豆腐丁	16Kg		金絲菇Q	6Kg		切QQ粉圓	21Kg
		薑絲	1Kg		叉骨切cas	9Kg		小甜不辣條3K.包	5包		叉骨切cas	6Kg		冰糖3K細	5包
		青蔥	0.6Kg		薑片*	1.5Kg		柴魚片-半斤	1包		青蔥	1Kg		砂糖25K小太陽"	1件
		叉骨切cas	3Kg					叉骨切cas	6Kg						
	小米	10Kg						光泉保久豆漿隨車	170瓶		紫米	6Kg		紅藜麥	3Kg
水果				柳橙"O	1946個		鮮奶(養)隨車	1780瓶		茂谷柑"	1946個				
營養	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	5.3 2.6 1.4 2.4 709	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	5.0 2.1 1.2 1.0 10.4 1066	全穀 豆魚 蔬菜 鮮奶 油脂 熱量	5.4 3.1 0.9 1.0 2.6 871	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	5.2 2.5 1.3 1.0 3.9 821	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	7.7 2.5 1.2 2.0 847					

◎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
秘書

學務主任:

學生事務處
主任 詹德木

校長:

桃園市中華區
青埔國民小學
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(第十一週)素食

		5月4日(星期一)		5月5日(星期二)		5月6日(星期三)		5月7日(星期四)		5月8日(星期五)	
人數		34人(預估:\$422)		34人(預估:\$17)		34人(預估:\$387)		34人(預估:\$562)		34人(預估:\$469)	
主食		小米瘦肉粥		糙米飯		米食		糙米飯		紫米飯	
菜名		配 料	數 量	配 料	數 量	配 料	數 量	配 料	數 量	配 料	數 量
主 菜	炸醬素燒	乾香菇絲(台灣)	0.1Kg	香酥素魚排	35個	日式散壽司		辣炒泡菜凍豆	3Kg	魚香干絲	3Kg
		絞碎豆干				洗選雞蛋*cas		韓式泡菜1000g素	1瓶	脆筍絲1.7K	
		甜麵醬(9k)十全				素火腿丁1K*	1包	大白菜去外葉Q.*		木耳有機	
		黑豆瓣醬3K十全				小黃瓜Q.*		辣椒醬(2.7k)香山		辣椒(紅)	
副 菜	培根花椰	白花菜"富士12K散		高麗菜去外葉Q*		醬燒素排		菜凍		薑末	
		素培根500g	1包	紅蘿蔔-產履		素黑胡椒肉排	35個	豆乳酪絲1Kg達人。			
		木耳有機				薑片		拌海帶芽		茄子Q	
		紅蘿蔔-產履						黃豆芽Q. 非基改		毛豆仁*嘉鹿約1K	1包
青 菜	產銷履歷	莧菜-產履-東		有機青菜曾吾強		有機青菜曾吾強		紅蘿蔔-產履		味噌(粗)9k十全	
		薑絲	0.1Kg	薑絲	0.1Kg	薑絲	0.1Kg	薑絲		薑末	0.1Kg
								白芝麻			
								香油(3L)福壽			
湯 品	紫菜豆腐湯	紫菜150g"大包圓		竹筍*去殼.*Q		關東煮湯		豆腐4.2K津切小丁		冰白糖蓮子	
		(先漂洗切段下鍋)		香菇小朵(生)Q		白蘿蔔*Q		洗選雞蛋*cas		雪蓮子(乾)已提前	
		豆腐4.2K津切小丁		薑片*		玉米條*切片		金絲菇Q		切QQ粉圓	
		薑絲				小油豆腐丁.				冰糖3K細	
水 果	柳橙"Q		庫存	鮮奶(養)隨車	庫存	素天婦羅-小條 x	0.6Kg	紫米	庫存	砂糖25K小太陽"	
						光泉保久豆漿隨車	庫存	雪蓮子(乾)隔天用	庫存	紅藜麥	庫存
營 養	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	5.0 1.0 3.4 563		5.0 1.3 1.0 2.6 685		5.0 2.2 0.3 1.0 3.4 736		5.5 3.5 0.1 2.0 741			
		0.5 0.4 0.1 3.8 239		5.0 1.0 3.4 563		5.0 1.3 1.0 2.6 685		5.0 2.2 0.3 1.0 3.4 736		5.5 3.5 0.1 2.0 741	

◎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:

執行秘書 林雅琪

學務主任:

學務主任 詹德木

校長:

桃園市中區區
青埔國民小學
校長 林正義