

青埔國小. 一一四學年第二學期學生午餐食譜設計表(第十五週)

食材來源一律使用國產豬、牛肉

	6月1日(星期一)			6月2日(星期二)			6月3日(星期三)			6月4日(星期四)			6月5日(星期五)						
	人數	1,946人		人數	1,946人		人數	1,946人		人數	1,946人		人數	1,946人					
主食	小米飯			主食	糙米飯			主食	米食			主食	糙米飯			主食	薏仁飯		
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	高昇排骨	肉丁	66Kg	炸虱目魚排	虱目魚排60G	1900片	香菇絲瓜鹹粥	絞肉	36Kg	義式雞丁	雞丁	96Kg	蒜泥白肉	火鍋豬肉片	108Kg				
		軟排丁	36Kg		沙拉油18L(台)	3桶		生香菇Q	9Kg		骨腿丁	36Kg		綠豆芽Q	45Kg				
		排骨丁	60Kg					絲瓜Q	75Kg		馬鈴薯Q	40Kg		紅蘿蔔(產)	6Kg				
		紅蘿蔔(產)	30Kg					大骨	6Kg		洋蔥去皮	10Kg		蒜泥	3Kg				
		青蔥	1Kg					枸杞600G	1包		大蕃茄Q	40Kg		紅辣椒	0.1Kg				
		白芝麻(密封包)	1包					薑絲	1Kg		義大利香料100G	庫存		醬油膏5L金蘭-大"	2桶				
		蒜末	1Kg					乾蝦仁	1Kg		蕃茄醬3.15K*可果	3桶							
								油蔥酥約5斤"	1包										
				603.607換麵包餐			乾香菇絲(台灣)	1Kg											
副菜	玉米豆漿蒸蛋	洗選蛋CAS(盤)	6箱	黃瓜炒肉絲	大黃瓜Q	108Kg	油豆腐燒肉	肉丁	96Kg	青花菜(冷凍)	156Kg	紅燒豆腐	油豆腐丁	115Kg					
		豆漿5K(產履)	6包		肉絲	21Kg		油豆腐丁	60Kg		肉絲	12Kg		紅燒豆腐	紅蘿蔔(產)	6Kg			
		玻璃紙(薄)	65張		炒紅蘿蔔(產)	10Kg		紅蘿蔔(產)	20Kg		鴻喜菇Q	12Kg		洋蔥去皮	30Kg				
		玉米粒CAS	6包		大木耳Q	6Kg		蒜末	1Kg		紅蘿蔔(產)	6Kg		大木耳Q	6Kg				
					蒜末	1Kg		洋蔥去皮	10Kg		蒜末	1Kg		肉絲	12Kg				
														青蔥	1Kg				
														蒜末	1Kg				
青菜	產銷履歷	小白菜(產)	100Kg	有機菜曾吾強96	有機菜曾吾強96	庫存	有機菜曾吾強100	有機菜曾吾強100	庫存	有機菜曾吾強105	有機菜曾吾強105	庫存	有機菜曾吾強105	有機菜曾吾強105	庫存				
		蒜末	1Kg	有機青油	蒜末	1Kg	有機荷葉	蒜末	1Kg	有機高麗	蒜末	1Kg	有機小松	蒜末	1Kg				
湯	紫菜豆腐湯	豆腐4.3K(切小丁2*)	8盤	扁蒲湯	扁蒲Q	55Kg	鍋貼	鍋貼	3900個	玉米濃湯	玉米粒CAS(散)	10Kg	黑糖撞奶	黑糖粉角	14包				
		紫菜100G	9包		生香菇Q	45Kg		(50入*)			紅蘿蔔(產)	6Kg		黑糖450G	30包				
		薑絲	1Kg		秀珍菇Q	1Kg					馬鈴薯去皮Q	50Kg		克寧奶粉2.3K	3罐				
					薑絲	1Kg					洋蔥去皮	20Kg		二砂25K(台糖)	1件				
水果		小米	7kg								安佳奶油	2條							
											玉米醬2950g雄鹿	4桶							
											奶粉2.2K·克寧	2罐							
											小薏仁	5Kg							
											黃金奇異果(淮)	1946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 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								
	4.5 3.0 0.7 2.5 670	4.5 2.0 1.5 0.5 2.8 659			4.5 2.5 1.1 0.5 2.5 703			5.0 1.9 1.8 1.0 2.5 710			5.9 2.6 1.0 2.5 758								

◎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(第十五週)素食

		6月1日(星期一)		6月2日(星期二)		6月3日(星期三)		6月4日(星期四)		6月5日(星期五)							
菜	人數	35人		35人		35人		35人		35人							
	主食	小米飯		糙米飯		米食		糙米飯		薏仁飯							
	菜名	配料	數量	菜名	配料	數量	菜名	配料	數量	菜名	配料	數量					
主	菜	醬	豆腸(切丁)	2.5Kg	炸	素海鮮捲300G	6包	香	菇	生香菇Q		義	素雞丁300G	7包	銀	豆干片	2Kg
		燒	紅蘿蔔(產)		素			菇	絲	絲瓜Q		式	馬鈴薯Q		芽	綠豆芽Q	
		豆	白芝麻(密封包)		海			瓜	鹹	枸杞600G		素			炒	紅蘿蔔(產)	
		腸			鮮			粥	羹	薑絲		雞	大蕃茄Q		豆	紅辣椒	
		湯			捲				粥	素油蔥酥	庫存	丁	義大利香料100G		干	醬油膏5L金蘭-大"	
									乾香菇絲(台灣)								
副	菜	玉	洗選蛋CAS(盤)		清	大黃瓜Q		燒	油	油豆腐丁		青	青花菜(冷凍)		紅	油豆腐丁	
		米	豆漿5K(產履)		炒			腐	腐	紅蘿蔔(產)		花			燒	紅蘿蔔(產)	
		豆	玻璃紙(薄)		大	紅蘿蔔(產)				毛豆仁CAS	1Kg	燴	鴻喜菇Q		豆		
		漿	玉米粒CAS		黃	大木耳Q						菇	紅蘿蔔(產)		腐	大木耳Q	
		蒸			瓜												
青	菜	產	小白菜(產)		有	有機菜曾吾強100		有	有機菜曾吾強100		有	有機菜曾吾強		有	有機青菜宋木森		
		銷	薑絲	0.1Kg	機	薑絲	0.1Kg	機	薑絲	0.1Kg	機	薑絲	0.1Kg	機	薑絲	0.1Kg	
		履			青			荷			高			小			
湯	菜	紫	豆腐4.3K(切小丁2*2)		扁	扁蒲Q		鍋	素鍋貼	3包	玉	玉米粒CAS(散)		黑	黑糖粉角		
		菜	紫菜100G		蒲	生香菇Q		貼	1包30人		米	紅蘿蔔(產)		糖	黑糖450G		
		豆	薑絲		湯	秀珍菇Q		*			濃	馬鈴薯去皮Q		撞	克寧奶粉2.3K		
		腐				薑絲		2			湯			奶	二砂25K(台糖)		
		湯										安佳奶油					
										玉米醬2950g雄鹿							
										奶粉2.2K·克寧							
										光泉保久豆漿隨車							
										鮮奶(養)隨車							
										黃金奇異果(進)							
水	果				小番茄												
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		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：


執行秘書：


學務主任：


校長：
