

台南市西港國民小學107學年度第一學期 第(8)週 學生午餐食譜設計表

人數:600

10月15日 星期一					10月16日 星期二					10月17日 星期三					10月18日 星期四					10月19日 星期五								
名稱	材	料	數量	單價	總價	名稱	材	料	數量	單價	總價	名稱	材	料	數量	單價	總價	名稱	材	料	數量	單價	總價					
主食	白米飯	白米	40	18.6	744	什穀飯	白米	40	18.6	744	水餃	水餃	36	100.0	3,600	白米飯	白米	40	18.6	744	白米飯	白米	40	18.6	744			
							什穀米	2	90	180		肉絲	20	130	2,600													
													紅蘿蔔絲	10	40		400											
副食一	醬燒豆腐	洋蔥	6	40	240	醬燒旗魚丁	旗魚丁	45	85	3825	酸辣湯餃	木耳	1	320	320	南瓜雞	南瓜	18	50	900	高昇排骨	軟骨小排	45	125	5,625			
		板豆腐	30	55	1,650		薑	0.2	110	22		湯筍絲	10	60	600		雞丁	45	98	4,410		冬瓜	3	40	120			
		素蠔油					蒜苗	0.2	100	20		豆腐(大盒)	20	55	1,100		油蔥酥						薑	0.2	110	22		
		味霖					醬油/糖					蛋	16	65	1,040													
副食二	螞蟻上樹	高麗菜	30	70	2,100	玉米炒蛋	玉米	35	65	2275	炸薯條	薯條	13	270	3,510	洋蔥玉米燒	玉米粒	18	65	1,170	青花椰	冷凍青花椰	45	60	2,700			
		紅蘿蔔絲	3	38	114		蛋	24	65	1560							洋蔥	12	40	480		蒜仁	0.2	100	20			
		冬粉	5	85	425		蒜	0.2	100	20							紅蘿蔔	2	38	76								
		蒜仁	0.2	100	20		肉絲	5	130	650							絞肉	5	130	650								
副食三	香炒油菜	油菜	28	60	1,680	炒高麗菜	高麗菜	45	70	3150						小松葉	小松葉	28	50	1,400	榨菜肉絲	榨菜絲	10	50	500			
		薑	0.2	110	22		蒜仁	0.2	100	20							蒜仁	0.2	100	20		豆干片	25	65	1,625			
							紅蘿蔔	3	38	114													肉絲	6	130	780		
																								蒜仁	0.2	100	20	
湯	翡翠蛋花湯	翡翠	10	50	500	蘿蔔魚丸湯	白蘿蔔	15	50	750						鹹菜豬血湯	鹹菜	3.5	50	175	冬瓜蛤蠣湯	蛤蠣	12	180	2,160			
		蛋	6	65	390		魚丸	9	69	621							豬血	12	30	360		薑絲	0.2	110	22			
																		韭菜	0.6	60		36	蛤米酒					
																		油蔥酥					蛤冬瓜	27	40	1,080		
水果					仙草蜜	30	40	1200		芭樂	590	7	4,130										金蘋果	590	7	4,130		
合計				7,885					15,151																	19,548		
備註																										70,327		

午餐執秘:

主任:

校長:

