

臺中市 九德國小 113 學年度第二學期第 8 週 午餐食譜設計表

葷 1572 + 素 46 單品：1650

日期	主食	菜名	主菜用量明細 材料、數量	菜名	副菜用量明細 材料、數量	菜名	副菜用量明細 材料、數量	菜名	湯類用量明細 材料、數量		備註
3 月 31 日 一											
4 月 1 日 二	薏仁飯	冰糖豬腳	肉丁 66 豬腳丁 60 紅蘿蔔大 10 丁 白蘿蔔大 10 丁 薑片 1 熟花生 20 鵪蛋-永靖 15 蒜仁 1	章魚燒	花枝丸 3300 2pc/人 柴魚片 3包 (細) 海苔粉 1 包	炒青菜	暎)有機 130 金針菇 5 蒜末 1 大辣椒 1	蘿蔔油腐湯	白蘿蔔大 50 丁 紅卜大丁 6 芹菜去葉 1 排骨丁 12 油豆腐丁 18	水果	洋薏仁 20
4 月 2 日 三		炸雞滷肉飯	長糯米 35 雞蛋 30 粗絞肉 80 香菇絲 1.5 小魚乾 2 紅蔥末 2.5	鹽酥雞	清雞丁 90 蒜泥 1 雞蛋 30pc 台灣第一 1 盒 家椒鹽粉	炒青菜	高麗菜切 130 培根 6 木耳 3 蒜末 1	檸檬愛玉山粉圓	冬瓜磚 30 塊 山粉圓 2 二砂 1 箱 愛玉-切 60 檸檬 1 斤 鮮檸檬汁 4 罐		

【本校使用台灣國產豬肉】

臺中市 九德國小 113 學年度第二學期第 9 週 午餐食譜設計表

葷 1541 + 素 49 單品：1650

日期	主食	菜名	主菜用量明細 材料、數量	菜名	副菜用量明細 材料、數量	菜名	副菜用量明細 材料、數量	菜名	湯類用量明細 材料、數量		備註
4 月 7 日 一	麥片飯	麻油燜鴨	鴨肉丁 130 米血丁 15 薑片 2 高麗菜切 40 枸杞 1.2 袖珍菇 9 百頁豆腐 10	螞蟻上樹	寬冬粉 35 斤 高麗菜切 50 粗絞肉 12 紅卜絲 9 木耳絲 6 蒜末 1 青蔥 1 乾香菇絲 2	炒青菜	青江菜 130 袖珍菇 6 蒜末 1	牛奶火鍋湯	大白菜絲 40 角螺 1.8 3 包 凍豆腐 5 玉米穗段 15 奶粉 3 上肉片 12 履歷無糖豆 5L 漿		麥片 20 洋薏仁 20
4 月 8 日 二	薏仁飯	醬燒豬肉豆腐煲	豬肉片 108 油豆腐丁 30 金針菇 15 蒜仁 2 青蔥 1.5 南瓜去皮 20 大丁	塔香海根	海帶根 80 胡蘿蔔片 8 豆干片 40 九層塔 2 粗蒜末 1 青蔥 2	炒青菜	賜)有機 130 蒜末 1 白精靈菇 5	黃瓜魚丸湯	大黃瓜大丁 60 虱目魚丸 10 秀珍菇 12 金針菇 10 芹菜去葉 2 薑絲 1 紅蘿蔔大丁 5	水果	
4 月 9 日 三		虱目魚粥	虱目魚柳 33 鮮筍絲 18 高麗菜切 40 紅蘿蔔絲 10 嫩薑絲 2 芹菜去葉 2 生香菇 6 上肉絲 12 紅蔥末 3	五香滷味	千層豆干 60 小貢丸 30 杏鮑菇 30 玉米塊 30 紅蘿蔔大丁 10 米血丁 21 青蔥 2 薑片 1 蒜仁 1	炒青菜	鵝白菜 130 鴻喜菇 5 蒜末 1	叉燒包	叉燒包 1630pc		五穀米 20 鮮乳(全校)
4 月 10 日 四	五穀飯	塔香魚丁	水鯊魚丁 180 杏鮑菇 27 洋蔥絲 10 九層塔 1.5 薑片 1.5 蒜泥 1	花卉什錦	冷凍青花菜 130 肉片 12 鮑魚菇 9 胡蘿蔔片 10 木耳絲 6 蒜末 1.5	炒青菜	福山萵苣 130 紅蔥末 1 粗絞肉 6	味噌豆腐湯	味噌 4 大盒 豆腐切 11 盤 柴魚片 2 包 肉片 6 青蔥 1 薑絲 1	水果	紫米 20 九德國小 403、 604、607 停餐
4 月 11 日 五	紫米飯	紅燒豆輪	小豆輪 5 包 白蘿蔔大丁 40 紅蘿蔔大丁 5 油豆腐丁 30 鈕菇 1 青蔥 1 蒜仁 1 脆瓜 4 桶	白醬年糕	乳酪絲 4 包 洋芋大丁 30 紅卜大丁 9 白汁粉 5 包 年糕條 20K 洋蔥大丁 10 油豆腐 50 生香菇 6 冷-青花椰 24	炒青菜	油菜 130 鮮香菇 6 蒜末 1	芋香西米露	西谷米 15 芋頭小丁 23 椰漿 20 罐 二砂 20 包 奶粉 3 椰漿粉 5		九幼退餐 71 人

【本校使用台灣國產豬肉】

臺中市 九德國小 113 學年度第二學期第 10 週 午餐食譜設計表

葷 1541 + 素 49 單品：1650

日期	主食	菜名	主菜用量明細 材料、數量	菜名	副菜用量明細 材料、數量	菜名	副菜用量明細 材料、數量	菜名	湯類用量明細 材料、數量		備註
4 月 14 日 一	麥片飯	古都肉燥	絞肉 120 紅蔥末 2 乾香菇絲 2 斤 豆干丁 40 蒜末 1 鵝蛋-永靖 30	麻油燴菇菇	杏鮑菇 30 鮮香菇 15 肉片 15 白麵把 8 高麗菜切 40 雞蛋 30 薑片 2	炒青菜	蔬菜 130 袖珍菇 6 蒜末 1	山藥玉米湯	紅棗 4 包 玉米穗切段 Q 40 芹菜去葉 2 紅蘿蔔大丁 5 排骨丁 12 山藥大丁 20		麥片 20 小米 20
4 月 15 日 二	小米飯	沙醬佐魚丁	鯊魚丁 170 洋蔥小丁 15 番茄 20 蒜末 2 香菜 1 青蔥 2 脆薯 27	西芹豆干	西芹片 70 肉絲 18 豆干片 18 小黑輪條 15 -如 紅蘿蔔片 4 粗蒜末 1 青蔥 1	炒青菜	有機豆芽 110 菜 紅蘿蔔 3 紅蔥末 1.5 韭菜 1.5 絞肉 6	海芽豆腐湯	乾海帶絲 1.5 盤裝豆腐切 9 板 虱目魚丸 10 青蔥 1 薑絲 1		
4 月 16 日 三		古早味米糕	長糯米 35 乾香菇絲 2 肉絲 42 粗絞肉 21 紅蔥末 5 鵝蛋 25 香菜 1 蒜泥 1 櫻花蝦 1.5	十三香滷雞腿	雞腿 D6 1650PC 薑片 1 蒜仁 1 十三香 2 盒 青蔥 2	炒青菜	蔬菜 130 黑豪菇 5 蒜末 1	豬血湯	豬血丁 30 酸菜絲 5 上肉片 12 筍干 1 箱 薑絲 1 香菜 2		燕麥 20 鮮乳(全校)
4 月 17 日 四	燕麥飯	味噌燉雞	大白菜 30 味噌 4 盒 骨腿丁 150 玉米粒 15 新鮮青花菜 20 蒜末 1.5 紅蘿蔔大丁 5 柴魚片 2 包	五更什錦	盤裝豆腐 15 板 切 豬血丁 52 豬肉絲 12 酸菜絲 6 角螺 5.4 乾辣椒 1 包 薑絲 1 香菜 1	炒青菜	蔬菜 130 紅卜絲 3 紅蔥末 1.2 蒜末 1	關東煮	白卜大丁 35 金針菇 10 油腐丁 15 鮮香菇 3 紅卜大丁 12 肉片 12 柴魚片 2 包 芹菜去葉 1		有機糙米 30 有機白米 90
4 月 18 日 五	有機糙米飯	柚子素雞丁	素雞丁 54 洋蔥大丁 25 杏鮑菇 21 紅椒(粗絲) 9 黃椒(粗絲) 9 油豆腐丁 40 柚子醬 1K 5 桶 青蔥 2 蒜泥 1.5 柳橙汁光泉 3 罐 1.4L 蜂蜜 1 罐	茶葉蛋	水煮蛋 1650pc 蒜泥 1.5 乾香菇朵 1 甘草 1 包 紅茶包 1 包	炒青菜	高麗菜 130 紅卜片 4 木耳絲 3 蒜末 1	綠豆蒜	綠豆仁 28 粉圓(2.2) 24 黑糖 14 包 二砂 14 包 桂圓 1.8		

【本校使用台灣國產豬肉】

臺中市 九德國小 113 學年度第二學期第 11 週 午餐食譜設計表

葷 1541 + 素 49 單品：1650

日期	主食	菜名	主菜用量明細 材料、數量	菜名	副菜用量明細 材料、數量	菜名	副菜用量明細 材料、數量	菜名	湯類用量明細 材料、數量	備註
4 月 21 日 一	麥片飯	芋頭蒸排骨	芋頭大丁 50 豆豉 6 包 排骨丁 69 肉丁 60 蒜泥 1 薑末 1 青蔥 2 蔴瓜 3 桶	瓠瓜什錦	瓠瓜片 120 肉片 15 紅蘿蔔片 7 木耳絲 8 蒜末 1 青蔥 1 蝦皮 1	炒青菜	蔬菜 130 絞肉 6 紅蔥末 2	古早味湯	小貢丸 6 三角油腐 10 上肉片 12 筍干 6 酸菜絲 3 傳統豆腐 5 板 紅蔥末 1 薑絲 1 韭菜 1	麥片 20 胚芽米 20
4 月 22 日 二	胚芽飯	宮保魚丁	鯊魚丁 190 豆干片 20 油花生 2 包 乾辣椒 1 包 乾香菇絲 1 青蔥 1 蒜末 1.5	雙色豆腐	薄豆腐*切 19 板 豬血切大 40 丁 肉絲 12 金針菇 10 香菜 0.6 紅椒絲 10 酸菜絲 12	炒青菜	有機 130 袖珍菇 6 蒜末 1	筍片鮮菇湯	鮮筍片 35 金針菇 5 排骨丁 12 鮮香菇 9 香菜 1 紅蘿蔔片 6	
4 月 23 日 三		魷魚肉羹飯	柴魚片 3 包 魷魚圈 30 赤肉羹 30 九層塔 2 紅蘿蔔絲 10 筍絲 15 木耳絲 5 紅蔥末 2 豆芽菜 40	雞塊	雞塊 3400pc 地瓜薯條- 25 <u>履歷</u> 梅子粉 1 包	炒青菜	蔬菜 130 鮮香菇 6 蒜末 1	古早味紅豆餅	古早味紅豆餅 1630 pc	五穀米 20 履歷豆漿(全校)
4 月 24 日 四	五穀飯	泰式椒麻雞翅	雞翅 1650pc 泰式甜辣醬 5 罐 新鮮檸檬汁 3 罐 新鮮檸檬 1 花椒粉 1 盒 蒜泥 1 香菜 1 魚露 1 罐	黃瓜鮮燴	大黃瓜片 110 厚 上肉片 12 紅蘿蔔片 9 木耳絲 5 生香菇 6 粗蒜末 1 青蔥 1.2	炒青菜	蔬菜 130 金針菇 5 蒜末 1	蘿蔔排骨湯	排骨丁 9 白蘿蔔大 53 丁 紅蘿蔔大 5 丁 柴魚片 2 包 芹菜去葉 1	
4 月 25 日 五	素香鬆飯	佛跳牆	大白菜切 50 胡蘿蔔片 9 鵪鶉蛋 20 殺菁筍片 24 芋頭切丁 25 素排骨酥 9 油皮 3.6 乾香菇 1 香菜 1 蒜仁 2	玉米蛋大板燒	雞蛋 170 斤 玉米粒 13 紅蘿蔔絲 5 青蔥 2 柴魚片 2 包 海苔絲 2 包 照燒醬 2 罐 白芝麻(熟) 1	炒青菜	蔬菜 130 鴻喜菇 5 蒜末 1	紅豆紫米湯	紫米(提早 18 履歷紅豆 25 (早 桂圓 3 盒 二砂 20 包	富貴牌香鬆 10 包

【本校使用台灣國產豬肉】

臺中市 九德國小 113 學年度第二學期第 12 週 午餐食譜設計表

葷 1541 + 素 49 單品：1650

日期	主食	菜名	主菜用量明細 材料、數量	菜名	副菜用量明細 材料、數量	菜名	副菜用量明細 材料、數量	菜名	湯類用量明細 材料、數量	備註
4 月 28 日一	麥片飯	酥炸烏魚片	烏魚片 1700P -全國 C 蒜末 1.2 青蒜 5 薑片 2	奶焗洋芋	洋芋大丁 85 洋蔥大丁 30 玉米粒 30 碎培根 12 奶油 1 大罐 乳酪絲 3 包	炒青菜	蔬菜 130 袖珍菇 6 蒜末 1	金針排骨湯	乾金針 1 鮮筍片 30 龍骨丁 12 杏鮑菇 9 玉米塊 18 薑片 1	麥片 20 胚芽米 20
4 月 29 日二	胚芽飯	青醬肉燥	九層塔 5 洋蔥小丁 30 胡蘿蔔小丁 5 玉米粒 15 三色豆 10 絞肉 110 義式香料粉 2 包 白汁粉 4 大包 起司粉 1K 2 大罐 蝦仁 5 蒜泥 3 魷魚圈 6 杏鮑菇 26	如意彩絲	黃豆芽 50 青椒絲 20 肉絲 15 白乾絲 25 木耳 10 紅卜絲 6 蒜末 1.2	炒青菜	有機 130 袖珍菇 6 蒜末 1	南瓜濃湯	南瓜去皮 30 小丁 洋芋小丁 12 洋蔥小丁 10 洗選蛋 12 粗絞肉 6 奶粉 5 杏鮑菇支 9 紅蘿蔔小丁 5	九德二年級停餐
4 月 30 日三		肉燥炒麵	白扁麵 195 粗絞肉 75 香菇絲 1.9 冬蝦 2.8 紅蔥末 1.9 豆乾丁 28 豆芽菜 28 紅蘿蔔絲 5 韭菜 2	魚香鍋貼	鍋貼 3300pc 花生瓣 2 包 吻仔魚 2 蒜泥 1 青蔥 1	炒青菜	蔬菜 130 香菇 6 蒜末 1	豆薯蛋花湯	豆薯粗絲 45 雞蛋 18.6 大骨 12 青蔥 1	紫米 20 —
5 月 1 日四	紫米飯	梅汁翅小腿	翅小腿 3300pc 香菜 1 白芝麻 1 薑片 1.5 蒜仁 1.5 冰糖 2 包 紫蘇梅 3 罐 梅汁粉 1 包	宜蘭西魯肉	肉絲 15 鮮筍絲 22 金絲菇 20 大白菜切 60 胡蘿蔔絲 7 乾香菇絲 1.5 雞蛋 12 冬蝦 1.2 香菜 1.2	炒青菜	蔬菜 130 白精靈菇 5 蒜末 1	榨菜肉絲湯	榨菜 24 肉絲 12 冬粉 9 青蔥 1 薑絲 2	胚芽米 20
5 月 2 日五	胚芽飯	三杯鮮菇	百頁豆腐 70 切 杏鮑菇 30 紅蘿蔔片 5 鴻喜菇 10 生香菇 9 九層塔 2 素火腿丁 11	麻香炸蛋	水煮蛋 1650pc 白麵線 30 把 薑片 2 枸杞 3 包	炒青菜	蔬菜 130 絞肉 3 紅蔥末 2	花生粉圓豆花	花生半-甜 6 湯用 豆花 2KG 74 盒 1 班 1 盒 粉圓 24 紅糖 15 包 台二砂 20 包	

【本校使用台灣國產豬肉】