

供應人數：1616+40

(肉品及可食豬肉部位 皆使用國產豬)

日期	9月2日 星期一			9月3日 星期二			9月4日 星期三			9月5日 星期四			9月6日 星期五		
飯	麥片飯			紅米糙米飯			特餐			燕麥飯			素鬆飯(蔬食日)		
項目	菜名	材料	採購量(kg)	菜名	材料	採購量(kg)	菜名	材料	採購量(kg)	菜名	材料	採購量(kg)	菜名	材料	採購量(kg)
主菜	梅汁翅小腿	梅汁醬	3罐	三杯鮭魚	鮭魚丁15%	155	鮭魚肉羹麵	黃油麵	196	打拋豬肉	絞肉	123	蜜汁干丁	四方干	52
		翅小腿	3320pc		杏鮑菇	10		魷魚條	32		洋蔥切	36		米血丁	16包
		香菜	1		薑片	1.5		赤肉羹	30		番茄	26		水晶餃	10包
		白芝麻	1		蒜泥	1		九層塔	2		鮮紅蔥末	3		冷凍青花菜切	10
		薑片	1.5		九層塔	2		紅蘿蔔絲	5		九層塔	1.5		紅蘿蔔大丁	5
		蒜仁	1.5		櫛瓜去頭	10		筍絲	5		檸檬汁	3大罐		鵪鶉蛋	16
		冰糖	8包					紅蔥末	2		豆干丁	30			
		先送紅米	3					豆芽菜	22		魚露	2罐			
		先送糙米	13					雞蛋	10						
		麥片	16					柴魚片	3包						
副菜	瓠瓜鮮菇	瓠瓜粗絲	123	五更什錦	盤裝豆腐切	15板	章魚燒	花枝丸	3320pc	三彩蝦仁	雞蛋	26	歐姆炒蛋	洗選蛋	94
		胡蘿蔔絲	10		豬血丁	52		柴魚絲	3包		玉米粒	58		玉米粒	13
		肉絲	9		豬肉絲	12		海苔絲	2包		馬鈴薯小丁	36		杏鮑菇	9
		黑珍珠菇	11.5		酸菜絲	6		蒜泥	1		紅蘿蔔小丁	10		紅黃椒	5
		冬蝦	1		角螺	5.4		先送燕麥	16		洋蔥大丁	15		乳酪絲	5
		青蔥	1		乾辣椒	1包					蝦仁	6		乳酪粉	2包
		蒜末	1		薑絲	1					粗蒜末	1		奶粉	2
					香菜	1					青蔥	1			
時蔬青菜	空心菜	空心菜切	130	小白菜	小白菜切	130	青江菜	青江菜	130	有機莧菜	有機莧菜切	130	油菜	油菜切	130
		蒜末	1		薑絲	1		蒜末	1		蒜末	1		蒜末	1
		豆腐乳3K	1箱		胡蘿蔔切	3		杏鮑菇	5.5		小魚乾	2		秀珍菇	5.5
		蝦醬	6罐												
		冬蝦	1												
湯	關東煮湯	白蘿蔔大丁	36	冬瓜蛤蜊湯	冬瓜大丁	63	鮮奶乳酪捲	鮮奶乳酪捲	1657pc	味噌豆腐湯	柴魚片	2包	紅豆紫米湯	紅豆	26
		金針菇	10		蛤蜊	15		(七品蓮)			高麗菜切	42		紫米	15
		油腐丁	15		薑絲	1					板豆腐切	11板		西谷米	5
		紅蘿蔔大丁	10		芹菜去葉	2					青蔥	1		二砂	20包
		肉片	12		大骨	9					味噌	4箱			
		柴魚片	1包								薑絲	1			
		芹菜去葉	1								肉片	6			
飲品			水果			乳品	養樂多優酪乳	1628P	水果						
備品			備品			備品	備檢品	62P	備品						

臺中市九德國民小學113學年度第1學期 9月 第 3 週營養午餐食譜表

供應人數：1616+40

(肉品及可食豬肉部位 皆使用國產豬)

日期	9月9日 星期一			9月10日 星期二			9月11日 星期三			9月12日 星期四			9月13日 星期五		
飯	小米飯			紫米飯			特餐			糙米飯			蕎麥飯(蔬食日)		
項目	菜名	材料	採購量(kg)	菜名	材料	採購量(kg)	菜名	材料	採購量(kg)	菜名	材料	採購量(kg)	菜名	材料	採購量(kg)
主菜	十三香烤雞腿	雞腿D6	1660P	蒙古烤肉	火鍋肉片	114	叻魚海鮮粥	肉絲	27	紅燒豬腳	豬腳丁Q	50	泡菜油腐	油豆腐	42
		十三香	2盒		洋蔥絲	31		生香菇	6		肉丁CAS	60		角螺1.8	5.4
		薑片	1		紅蘿蔔片	4		魷仔魚	6		鵪鶉蛋	16		杏鮑菇	15
		蒜仁	1		高麗菜切	42		蝦仁	8		紅蘿蔔大丁	29		大白菜切	42
		烘焙紙	30pc		豆干片	23		高麗菜切	51		水花生	6		不辣韓式泡菜	18
					九層塔	2		胡蘿蔔小丁	6		蒜仁	1		青蔥	1
					蒜末	1		奶粉	6		薑片	1		韓式年糕	27包
		小米	16		柴魚片	2大包		紅蔥末	2		(不要豬蹄)			乳酪絲	5包
		先送紫米	16		味咻	2大罐		芹菜去葉	1.5						
					照燒醬	3大桶									
副菜	鴛鴦粉絲	冬粉	13	蛋酥絲瓜	雞蛋	5	虱目魚塊	調理虱目魚塊	3200P	客家小炒	豆干片	62	五香茶葉蛋	五香粉	1盒
		埔里米粉	10		絲瓜切	122		(桂冠每人2塊)			乾魷魚絲	2		水煮蛋	1660P
		高麗菜切	51		紅蘿蔔絲	10		洋芋薯條	26		芹菜去葉	32		乾鈕菇	1
		肉絲	18		金針菇	5		胡椒鹽	2盒		肉絲	15		蒜粒	1
		紅蘿蔔絲	6		乾香菇絲	1		蒜片	1.5		胡蘿蔔絲	10		青蔥	1.5
		木耳絲	6		枸杞	2包		青蔥	1		青蔥	2			
		芹菜去葉	1.5		冬蝦	2		先送糙米	16		蒜末	1			
		蒜末	1.5		薑絲	1									
		紅蔥末	1.5		香菜	2									
時蔬青菜	高麗菜	高麗菜切	128	大陸妹	大陸妹	130	青江菜	青江菜切	130	有機小松菜	有機小松菜切	130	地瓜葉	地瓜葉切	130
		胡蘿蔔絲	3		蒜末	1		蒜末	1		粗絞肉	6			
		木耳切	3		杏鮑菇	5.5		胡蘿蔔粗絲	5		胡蘿蔔絲	3		紅蔥末	2
		蒜末	1												
湯	酸辣湯	鮮筍絲	15	山藥玉米湯	紅棗	4包	叉燒包	大家叉燒包	1660P	番茄黃芽湯	番茄	40	珍珠鮮奶茶	白粉圓	15
		榨菜絲	6		玉米段	42		經典傳家系列			黃豆芽	42		粉圓	12
		肉絲	9		芹菜去葉	2					龍骨丁	12		紅茶包	3大包
		板豆腐切絲	7板		紅蘿蔔大丁	5					青蔥	1		奶粉	6
		木耳絲	5		排骨丁	12					薑片	1		二砂	20包
		胡蘿蔔絲	5		山藥大丁	22					肉片	12			
		豬血絲	6												
		青蔥	2												
飲品			水果			養樂多優酪乳	1628P	水果							
備品			備品			備檢品	62P	備品							

供應人數：1616+40

(肉品及可食豬肉部位 皆使用國產豬)

日期	9月16日 星期一			9月17日 星期二			9月18日 星期三			9月19日 星期四			9月20日 星期五		
飯	麥片飯			中秋佳節			特餐			蕎麥飯			有機糙米飯-蔬食日		
項目	菜名	材料	採購量(kg)	菜名	材料	採購量(kg)	菜名	材料	採購量(kg)	菜名	材料	採購量(kg)	菜名	材料	採購量(kg)
主菜	鹽水雞	骨腿丁	136				櫻花蝦米糕	洋蔥切	32	酸菜魚	水鯊魚丁	160	柚香素雞丁	素雞丁豆干	55
		冷凍青花菜切	38					雞蛋	51		酸菜絲	12		洋蔥大丁	26
		筍片	24					玉米粒	15		角螺	3包		杏鮑菇	21
		玉米筍	5					火腿丁	21		乾辣椒	1包		胡蘿蔔片	5
		薑片	1.5					肉絲	18		虱目魚丸	10		紅椒切	10
		青蔥	2					乾香菇絲	1					青椒切	9
		蒜泥	2					鮮紅蔥末	1.5					油豆腐丁	40
		八角粒	1包					櫻花蝦	1					青蔥	2
								青蔥	2					蒜泥	1.5
								長糯米	30					先送有機白米	90
		麥片	16			先送有機糙米	30	韓式柚子醬2K	3罐						
副菜	柴香大根	白蘿蔔大丁	94				蒜香鍋貼	鍋貼	3320P	鳳梨炒木耳	百頁豆腐切丁	25	蒜香黑豆干	大黑豆干切丁	82
		豬肉丁	9					蒜泥	1		肉絲	30		甜不辣條	42
		海帶結	10					香菜	1		鳳梨去皮	36		青蔥	1
		如記小黑輪	12								木耳絲	30		香菜	1
		胡蘿蔔大丁	6								角螺	5.4		蒜泥	1
		粗蒜末	1								紅蘿蔔絲	5		素沙茶	2罐
		芹菜去葉	1								青蔥	1			
		雙魚柴魚片	2包								薑絲	1			
時蔬青菜	空心菜	空心菜切	130				青江菜	青江菜切	130	莧菜	莧菜切	130	有機黑葉白菜	有機黑葉白菜切	130
		蒜末	1					蒜末	1		胡蘿蔔絲	5			
		小魚乾	1					胡蘿蔔絲	5		白精靈菇	5.5		薑絲	1
湯	四神湯	龍骨丁	24				古早味豆腐湯	珍珠貢丸	6	魷魚蒜	鮮筍切片	56	綠豆地瓜湯	綠豆	16
		洋蔥仁	8					三角油腐	10		排骨丁	9		地瓜大丁	40
		蓮子	1.8					肉片	12		乾魷魚絲	已進		台糖二砂	1袋
		淮山	0.6					筍乾	6		蒜末	2		芋圓	9
		芡實	0.6					酸菜絲	3					地瓜圓	6
		山藥去皮	32					板豆腐切	6板						
		薑片	1					紅蔥末	1						
		當歸	1盒					薑絲	1						
								韭菜	1						
飲品			水果				養樂多優酪乳	1628P	水果						
備品							備檢品	62P		備品					

供應人數：1616+40

(肉品及可食豬肉部位 皆使用國產豬)

日期	9月23日 星期一			9月24日 星期二			9月25日 星期三			9月26日 星期四			9月27日 星期五				
飯	小米飯			薏仁飯			特餐			五穀飯			蒜香奶油薑黃飯(蔬食)				
項目	菜名	材料	採購量(kg)	菜名	材料	採購量(kg)	菜名	材料	採購量(kg)	菜名	材料	採購量(kg)	菜名	材料	採購量(kg)		
主菜	匈牙利燉肉	豬肉丁	114	芋香燒雞	骨腿丁	132	義大利麵	白扁油麵	190	蒜香奶油烤鱼	虱目魚排	1660片	紅燒豆輪	小豆輪	6包		
		馬鈴薯大丁	42		芋頭切大丁	58		豬絞肉	42		新鮮檸檬汁	2罐		白蘿蔔大丁	50		
		洋蔥大丁	25		胡蘿蔔切	10		冷凍青花菜切	42		蒜泥	1		熟花生	15		
		紅番茄去蒂	16		乾香菇	1.2		玉米粒	32		香菜	1		乾鈕菇小	1.2		
		番茄糊	2罐		薑片	1		洋蔥小丁	20		櫛瓜	10		紅蘿蔔大丁	5		
		月桂葉	1包		蒜仁	1		紅蘿蔔小丁	10		奶油	3大塊		油腐丁	25		
					青蔥	2		白精靈菇	8					薑片	1		
								番茄糊	2罐					蒜仁	1		
					義大利香料粉	1罐					義大利香料粉	2包				青蔥	1
					檸檬香茅粉	1包										蒜末	4
		先送小薏仁	16							安佳奶油454g	6大條						
		小米	16												鬱金香粉	1大罐	
副菜	鮪魚玉米	玉米粒	60	椒麻雙色豆腐	板豆腐切	90	馬來炸雞翅	雞翅W6	1660P	雙菇煨胡瓜	胡瓜切	120	番茄炒蛋	雞蛋	102		
		鮪魚罐頭	12桶		三角油腐	32		八角粉	1盒		鴻喜菇	9		紅番茄去蒂	40		
		洋蔥中丁	16		肉絲	9		義大利香料粉	1包		杏鮑菇	9		板豆腐切	7板		
		小黃瓜中丁	29		酸菜絲	9		薑黃粉	1		胡蘿蔔切	10		青蔥	2		
		紅蘿蔔小丁	10		青蔥	1		孜然粉	1罐		肉片	6		蒜末	1		
		青蔥	1		寬冬粉	3		洗選蛋	1.2		蒜末	1					
		安佳奶油	3塊					低筋麵粉	5		蝦皮	0.5					
		蝦仁	5														
時蔬青菜	地瓜葉	地瓜葉切	130	高麗菜	高麗菜切	130	有機荷蘭葉白菜	有機荷蘭葉白菜切	130	油菜	油菜切	130	空心菜	空心菜切	130		
		紅蔥末	1.5		胡蘿蔔絲	3		胡蘿蔔絲	5		蒜末	1		蒜末	1		
		絞肉	6		木耳	3		薑絲	1		雪白菇	5.5		秀珍菇	5.5		
					蒜末	1											
湯	奶香火鍋湯	大白菜切	42	肉骨茶湯	青木瓜切	50	玉米濃湯	雞蛋	25	古早味豬血湯	筍干	3	銀耳蓮子湯	白木耳	2.2		
		角螺	3包		排骨丁	12		洋蔥小丁	20		豬血切	40		蓮子(去心)	3.6		
		凍豆腐	5		生香菇	6		馬鈴薯小丁	20		板豆腐切	3板		桂圓	1.8		
		玉米穗段	20		蒜仁	1		玉米粒	20		肉片	6		紅棗	1包		
		奶粉	3		薑片	1		火腿丁	6		薑絲	1		二砂	20包		
		上肉片	12		肉骨茶包	15小包		奶粉	5		香菜	1					
											韭菜	1					
						先送五穀米	16										
飲品			水果			飲品			水果				履歷豆漿	1617P			
備品				備品						備品			備檢品	40P			

臺中市九德國民小學113學年度第1學期 9月 第 6 週營養午餐食譜表

供應人數：1616+40

(肉品及可食豬肉部位 皆使用國產豬)

日期	9月30日 星期一			10月1日 星期二			10月2日 星期三			10月3日 星期四			10月4日 星期五		
飯	麥片飯														
項目	菜名	材料	採購量(kg)												
主菜	泰式椒麻雞排	卡拉雞胸排	1660片												
		洋蔥小丁	15												
		蒜泥	1												
		泰式甜辣醬	8罐												
		泰式魚露	1罐												
		寶川花椒粉	1包												
		九層塔	1												
		新鮮檸檬汁	2罐												
		麥片	16												
副菜	麻油鮮菇	高麗菜切	35												
		玉米段	32												
		杏鮑菇	12												
		生香菇	10												
		肉片	12												
		薑母鴨藥包	12包												
		薑片	1												
時蔬青菜	豆芽菜	豆芽菜	120												
		紅蔥末	1												
		韭菜	3												
		火腿片	5												
湯	海芽蛋花湯	乾海芽	2												
		雞蛋	11												
		薑絲	1												
		青蔥	1												
		板豆腐切丁	5板												
飲品															
備品															