臺中市烏日區九德國小午餐食譜數量設計表　　113學年度第一學期第 19 週

用餐人數：　1,680　　單位：公斤　　印表日期：　0113.12.24

日期	主食	菜名	主菜用量明細		菜名	副菜(一)用量明細		菜名	蔬菜用量明細		菜名	湯類用量明細		水果飲料
			材　料	數量		材　料	數量		材　料	數量		材　料	數量	
1月2日週四	麥片飯	水果魚球	鯰魚丁追溯	185	嫩炒海帶根	海帶根	84	有機小白菜	小白菜有機	137	玉米濃湯	玉米粒富士	30	麥片15
			鳳梨丁桶裝	6桶		上肉絲台優	18		粗蒜末	1		洋芋小丁追	16	蘋果汁養樂
			洋芋中丁追	25		紅蘿蔔絲追	10		鮑魚菇追溯	6		粗絞肉台優	9	小米15
			紅甜椒切追	8		九層塔作清	1.2					奶油安佳	4磅	沙拉油台糖
			彩色米	2		嫩薑絲	1					奶粉公斤	5	耐炸油美食
			百香果顆粒	1桶		粗黃干絲非	15					洗選蛋追溯	9	
						蔥	1					洋蔥切絲追	5	
												紅蘿蔔小丁	3	人數:1,680
1月3日週五	小米飯	三杯滷味	杏鮑菇支在	24	蕃茄炒蛋	洗選蛋追溯	100	蒜香高麗菜	履歷高麗菜	134	車城綠豆蒜	綠豆仁	33	紅豆麵包
			大溪黑豆干	67		蕃茄去蒂追	50		紅蘿蔔絲追	5		桂圓	5盒	
			鶉蛋QR科盈	16		蔥	2		粗蒜末	2		二砂包糖一	20包	
			水晶芋粿甜	20包		洋蔥小丁追	15		白精靈追溯	5		脆圓長條型	15	
			紅蘿蔔中丁	10										
			九層塔作清	1.2										
			蒜末	2										
			薑片	2										人數:1,680

廢棄率：雞腿、雞排、雞翅 20~25%；骨腿丁、雞丁、鴨丁 30~35%；排骨丁、豬腳丁 45~50%。魚丁包冰率 30~50%(各家原料廠不盡相同)。小葉菜類(小白菜、油菜、青江菜、菠菜等)3~6%；包葉菜類(高麗菜、大白菜、包心A菜等)2~3%；瓜菜類(冬瓜、瓠瓜、大黃瓜、絲瓜等)2~3%。

全面使用臺灣豬肉

臺中市烏日區九德國小午餐食譜數量設計表　　113學年度第一學期第 20 週

用餐人數：　1,680　　單位：公斤　　印表日期：　0113.12.24

日期	主食	菜名	主菜用量明細		菜名	副菜(一)用量明細		菜名	蔬菜用量明細		菜名	湯類用量明細		水果 飲料
			材料	數量		材料	數量		材料	數量		材料	數量	
1月6日週一	麥片飯	梅干扣肉	祥蹄膀肉角	48	鮮蔬河粉	寬粉絲特級	16	蒜香菠菜	履歷菠菜截	140	香菇雞湯	骨腿丁台優	21	水果
			上肉丁台優	60		粗絞肉台優	12		蒜末	1		鈕菇台灣	1	麥片
			蒜仁	1		高麗菜切追	65		金針菇追溯	10		薑片	1	胚芽米
			薑片	2		紅蘿蔔絲追	5					桶蔭瓜	2桶	
			粗冰糖三公	2包		木耳絲追溯	5					冬瓜中丁追	52	
			梅干菜朴菜	12		蒜末	1							
			筍干	60		無辣豆瓣醬	2桶							人數:1,680
1月7日週二	胚芽飯	豆乳燒雞	骨腿丁台優	130	黃瓜鮮魷	大黃瓜厚片	96	有機銀芽	綠豆芽有機	120	關東煮湯	小貢丸(台灣	9	綜合堅果隨
			高麗菜切追	30		鶉蛋(台灣)	16		紅蔥末	2		白蘿蔔大丁	30	403.604.607停
			蔥	2		紅蘿蔔絲追	8		韭菜切段追	2		蝦丸(臺灣)	9	
			豆腐乳素非	6罐		木耳絲追溯	6		上肉絲台優	9		紅蘿蔔大丁	5	
			薑片	1		蒜末	1					柴魚片一斤	2包	
			玉米穗段	21		魷耳條	16包							人數:1,600
1月8日週三	飯	玉米雞茸粥	雞清丁台優	21	黑蜜肉排	黑蜜肉排	1700pc	翠綠油菜	履歷油菜截	136	刈包	刈包	1680pc	有機白米90
			玉米粒富士	15		蒜仁	1.5		蒜末	1		酸菜絲	72	有機糙米30
			高麗菜切追	50		蔥	2		鮑魚菇追溯	6				
			紅蘿蔔小丁	5										
			乾香菇片台	2台斤										
			洗選蛋追溯	12										
			紅蔥末	2										
			生香菇片在	9										人數:1,680
1月9日週四	有機飯	唐揚炸雞	雞胸丁台優	117	美味蝦鬆	豆薯小丁追	50	蒜香高麗菜	履歷高麗菜	136	日式味噌湯	薄板豆腐盤	11盤	蘋果汁養樂多
			地瓜薯條	54		蝦仁QR3K包	6包		粗蒜末	2		味噌三公斤	3盒	
			白芝麻熟	0.6		玉米粒富士	45		培根小片津	6		蔥	2	素肉鬆8斤
			味醂大罐	3瓶		毛豆仁	9					乾海帶芽	0.6	紅豆履歷13
			海苔絲極細	9包		紅蘿蔔小丁	8					洋蔥小丁追	16	花豆5
			低筋麵粉公	3		蒜末	1.5					正大骨台優	12	大麥小薏仁5
						蔥	2							人數:1,680
1月10日週五	香鬆飯	糖醋豆包	炸豆包非基	60	翡翠蒸蛋	洗選蛋追溯	92	薑汁蚵白菜	履歷蚵白菜	138	臘八粥	桂圓	5盒	牛奶蒸果子
			鳳梨丁桶裝	4桶		翡翠	10盒		嫩薑絲	1		小米	3	鮮奶全脂養
			木耳絲追溯	15		生香菇片在	9		鮑魚菇追溯	6		水煮花生片	3	鮮豆漿養樂
			杏鮑菇支追	30		梅花片(臺灣	6					圓糯米	12	
			青椒切追溯	5		玉米粒富士	9					紫米黑糯米	3	
			紅甜椒切追	5								二砂包糖一	20包	
			嫩薑絲	2								紅豆提前		
			蕃茄糊可果	2桶								花豆		
			金針菇追溯	15								大薏仁		人數:1,680

臺中市烏日區九德國小午餐食譜數量設計表　　113學年度第一學期第 21 週

用餐人數：　1,680　　單位：公斤　　印表日期：　0113.12.24

日期	主食	菜名	主菜用量明細		菜名	副菜(一)用量明細		菜名	蔬菜用量明細		菜名	湯類用量明細		水果 飲料
			材　料	數量		材　料	數量		材　料	數量		材　料	數量	
1月13日週一	麥片飯	鶉蛋肉燥	粗絞肉台優	99	花燴什錦	綠花椰菜	60	蒜香高麗菜	履歷高麗菜	134	芥菜雞湯	芥菜仁切追	38	水果
			豆干丁非基	48		鮑魚菇追溯	6		粗蒜末	2		骨腿丁台優	18	麥片
			紅蔥末	2		紅蘿蔔片追	9		培根小片津	5		薑片	1.5	黑芝麻熟
			水煮花生	6		蒜末	1.5					秀珍菇追溯	3	
			鶉蛋QR科盈	15		木耳絲追溯	3							
						上肉片台優	15							
						白花冷凍台	60							人數:1,680
1月14日週二	芝麻飯	香酥烏魚	烏魚片	1700pc	腰果四色	洋芋中丁追	50	翠綠油菜	履歷油菜截	136	米粉湯	新竹炊粉細	12	綜合堅果隨
			椒鹽粉一斤	2盒		玉米粒富士	30		蒜末	1		高麗菜切追	40	
			青蒜追溯	2		腰果生	6		鮑魚菇追溯	6		芹菜去葉追	3	
			蒜泥	3		紅蘿蔔小丁	10					粗絞肉台優	12	
			嫩薑絲	1		毛豆仁	15					冬蝦	1	
						粗蒜末	2					鈕菇台灣	0.6	
						粗絞肉台優	12					紅蔥末	1	
												蒜末	1	
												韭菜切段追	5	
												紅蘿蔔絲追	8	人數:1,680
1月15日週三		青醬義大利麵	白油麵	200	滷雞腿	雞腿六台優	1680pc	蒜香菠菜	履歷菠菜截	140	南瓜濃湯	南瓜去皮小	30	鮮豆漿陽光
			玉米粒富士	30		薑片	1.5		蒜末	1		洋芋小丁追	12	
			粗絞肉台優	24		蒜仁	1.5		金針菇追溯	10		洋蔥小丁追	10	
			洋蔥中丁追	30		十三香(素可	1盒					洗選蛋追溯	12	
			紅蘿蔔小丁	5								粗絞肉台優	6	
			蝦仁QR3K包	7包								奶粉公斤	5	
			乳酪粉包	4包								杏鮑菇支追	9	
			九層塔作清	5								紅蘿蔔小丁	5	
			培根小片津	12										
			奶粉公斤	3										人數:1,680
1月16日週四	紅藜飯	醬爆雞丁	骨腿丁台優	132	麻婆豆腐	薄板豆腐盤	28盤	蒜香蚵白菜	履歷蚵白菜	136	魷魚蒜	乾魷魚絲	1.8	保久乳全脂
			粗蒜末	1.2		粗絞肉台優	15		蒜末	1		鮮筍片追溯	40	紅藜
			嫩薑絲	1.5		玉米粒富士	9		生香菇朵追	9		青蒜追溯	1	十穀米
			烤肉醬大萬	2桶		蔥	1.5					中排骨台優	21	
			紅甜椒切追	5		紅蔥末	3					蒜仁	1.5	
			黃甜椒切追	5										
			洋蔥切片追	30										人數:1,680
1月17日週五	十穀飯	冬瓜燜豆輪	特小麵輪	6	蘿蔔糕炒蛋	蘿蔔糕五十	1300pc	有機福山萵苣	福山萵苣有	110	綠豆地瓜湯	綠豆	15	牛奶球麵包
			鈕菇台灣	1		褐殼雞蛋追	28		粗蒜末	1		履歷地瓜中	26	
			薑片	1.2		蔥	2		鮑魚菇追溯	4		二砂包糖一	20包	5.6年級停
			冬瓜大丁追	65		蒜泥	1					地瓜圓	9	
			油豆腐丁傳	40		花生片燒仙草	3					芋圓	9	
			紅蘿蔔大丁	5										人數:1,680

臺中市烏日區九德國小午餐食譜數量設計表　　113學年度第一學期第 22 週

用餐人數：　1,680　　單位：公斤　　印表日期：　0113.12.24

日期	主食	菜名	主菜用量明細		菜名	副菜(一)用量明細		菜名	蔬菜用量明細		菜名	湯類用量明細		水果 飲料
			材　料	數量		材　料	數量		材　料	數量		材　料	數量	
1月20日週一	麥片飯	佛跳牆	大白菜切追	50	椒鹽毛豆莢	毛豆莢	140包	有機黑葉白菜	黑葉白菜有	136	石頭火鍋	洋蔥大丁追	20	麥片
			紅蘿蔔片追	5		粗蒜末	2		嫩薑絲	1		角螺非基改	5.4	水果
			鈕菇台灣斤	2台斤		椒鹽粉一斤	1盒		鮑魚菇追溯	6		玉米穗段	21	
			祥豬腳丁台	39		八角粒小磨	1包					乾魷魚絲	1.5	
			上肉丁台優	51								虱目珍珠丸	9	
			薑片	1								紅蘿蔔大丁	10	
			蒜仁	2								高麗菜切追	20	
			香菜	1										
			鶉蛋QR科盈	10										
			筍干	24										人數:1,680