臺中市九德國民小學111學年度第2學期　5 月　第　12　週營養午餐食譜表

供應人數：1572+40　　**（肉品及可食豬肉部位　　皆使用國產豬）**

日期	5月1日　星期一			5月2日　星期二			5月3日　星期三			5月4日　星期四				5月5日　星期五			
飯	**南瓜飯**			**燕麥飯**			**特餐**			**蕎麥飯**				**有機糙米飯**			
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	每人(g)	採購量(kg)	菜名	材料	每人(g)	採購量(kg)
主菜	**十三香滷雞腿**	薑片	1	**瓜仔蒸肉餅**	粗絞肉	120	**海鮮麵線糊**	紅麵線	60	**剁椒魚丁**	鱸魚丁		200	**冬瓜燒豆輪**	冬瓜大丁		50
		蒜仁	1		冷凍玉米粒	45		金針菇	8		洋蔥切大丁		10		小三角油豆腐		30
		雞腿	1650pc		筍丁	30		肉絲	15		蒜泥		1		迷你豆輪		18
		十三香	2盒		青蔥	2		乾香菇絲	1		泰式甜辣醬		6罐		乾香菇		1.5
		青蔥	2		紅蔥末	2		胡蘿蔔切	5		乾辣椒		1罐		薑片		1
					蒜泥	1		香菜	1.5		青蔥		2		蒜仁		1
					肉桂粉	1盒		蝦仁	5		百頁豆腐丁		25		青蔥		1.5
		先送燕麥	15					紅蔥頭	2		先送有機白米	54	85				
		南瓜切	30					魷魚切	10		先送有機糙米	17	27				
副菜	**砂鍋白菜滷**	大白菜切	140	**針菇冬瓜**	冬瓜大丁	110		柴魚片	2包	**螞蟻上樹**	寬冬粉	15	24	**椒鹽毛豆莢**	冷凍毛豆莢		140
		角螺	7.2		金針菇	18					高麗菜絲	28	45		粗蒜末		2
		梅花片	6		豬肉片	9	**柴犬包**	柴犬包	1612P		絞肉	6	9		八角粒		1包
		雪白菇	6		木耳	9					胡蘿蔔絲	6	10		小磨坊香辣粉		1盒
		蟳味絲	5		胡蘿蔔片	8					木耳絲	4	6				
		豬肉片	6		粗蒜末	1					芹菜去葉	1	2				
		青蔥	2		蝦皮	0.5		(紅豆牛奶口味)			香菇絲	0	0.8				
								(禎祥)									
								先送蕎麥	15								
時蔬青菜	**油菜**	油菜切	130	**青江菜**	青江菜切	130	**有機荷葉白菜**	有機荷葉白菜切	130	**空心菜**	空心菜切	81	130	**蒜香高麗菜**	高麗菜切		130
		蒜末	1		蒜末	1		薑絲	1		紅蔥末	1	2		胡蘿蔔片		5
		胡蘿蔔絲	5		生香菇	3		胡蘿蔔片	5		粗絞肉	4	6		蒜末		1
湯	**鮑菇凍豆腐湯**	凍豆腐小丁	30	**香菇雞湯**	骨腿丁	18	**沙茶滷豆干**	四方干	60	**肉羹湯**	鮮筍絲	31	50	**冬瓜山粉圓**	山粉圓	6	9
		胡蘿蔔片	6		蘿蔔切	50		新鮮青花菜	48		金針菇	4	6		冬瓜糖磚		30P
		鮑魚菇	15		特小鈕菇	1		玉米穗	30		木耳	4	6		新鮮檸檬汁		3罐
		包心白菜切	30		薑片	1		杏鮑菇	30		胡蘿蔔絲	4	6		台糖二砂		1袋
		洋蔥切	5		蔭瓜	3罐		鵪鶉蛋	25		肉絲	11	18		檸檬		2
		雞骨架Q	9					薑片	1		雞蛋	7	12		鮮鳳梨		20
		青蔥	1					蒜仁	1		九層塔	1	1				
											青蔥	1	1				
											柴魚片		1大包				
飲品				水果				養樂多優酪乳	1628P	水果							
備品					備品			備檢品	62P		備品						

臺中市九德國民小學111學年度第2學期　5 月　第　13　週營養午餐食譜表

供應人數：1572+40　　（肉品及可食豬肉部位　　皆使用國產豬）

日期	5月8日　星期一			5月9日　星期二			5月10日　星期三			5月11日　星期四			5月12日　星期五		
飯	小米飯			紫米飯			特餐			薏仁飯			胚芽飯(蔬)		
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	糖醋排骨	豬肉丁	60	柚香燒雞	骨腿丁	120	青醬培根義大利麵	九層塔	5	口水雞	冷藏含皮雞胸丁	129	烏龍豆干	大黑豆干	60
		排骨丁	50		洋蔥大丁	35		白油麵	252		小黃瓜絲	40		米血丁	25
		鳳梨去皮	20		胡蘿蔔片	10		洋蔥切	30		紅蘿蔔絲	8		豆包切4	40
		紅番茄	20		紅椒切	6		胡蘿蔔小丁	5		青蔥	1		紅蘿蔔大丁	8
		彩色甜椒	15		青椒切	6		三色豆	10		薑絲	1		百頁豆腐切丁	30
		粗蒜末	1		蒜片	1		玉米粒	15		蒜泥	1		九層塔	1
		青蔥	1		薑片	1		絞肉	24		乾辣椒	0.6		蒜泥	1
		番茄糊	2罐		青蔥	1		義大利香料粉	2包		碎花生	1.8		香菜	1.5
					韓式柚子醬2K	3大罐		白醬奶油	4大包		芝麻醬	1大桶			
								起司粉	3包						
副菜	蛋酥絲瓜	雞蛋	5	胡瓜鳥蛋	胡瓜切	125		蒜泥	3	雙色豆腐煲	盤裝豆腐切	21板	海味蒸蛋	雞蛋	93
		絲瓜	120		胡蘿蔔切	10		培根片	40		小三角油豆	42		素蟹肉絲550g	6包
		紅蘿蔔絲	10		黑蠔菇	15	黃金銀絲卷	銀絲卷小	3224P		金絲菇	20		生香菇	6
		金針菇	5		肉片	6		巧克力醬(擠)	2罐		鴻喜菇	9		乾海帶芽	0.6
		乾香菇絲	1		鳥蛋	25		煉乳軟管	4罐		酸菜絲	9		芹菜去葉	2
		香菜	2		蒜末	1					寬冬粉(3kg	3		冷凍玉米粒	15
		冬蝦	2		青蔥	1					青蔥	1.5			
		蟳味絲	5								乾辣椒	0.6			
		薑絲	1								寶川花椒粉	1包			
								先送小薏仁	15		先送胚芽米	15			
時蔬青菜	莧菜	莧菜切	130	地瓜葉	地瓜葉切	130	高麗菜	高麗菜切	130	油菜	油菜切	130	有機黑葉白菜	有機鵝白菜切	130
		蒜末	1		紅蔥末	2		胡蘿蔔片	5		薑絲	1		薑絲	1
		秀珍菇	3		絞肉	6		蒜末	1		杏鮑菇	3		胡蘿蔔絲	5
		小米	15												
		先送紫米	15												
湯	金針湯	乾金針	2	味噌豆腐湯	乾海芽	2	玉米濃湯	洗選蛋	25	蒲瓜龍骨湯	蒲瓜切	50	黑糖芋圓湯	芋圓600g	15
		殺菁筍片3K	39		豆腐	9板		洋蔥小丁	20		龍骨丁	12		地瓜圓600g	15
		大骨丁	12		薑絲	1		馬鈴薯小丁	20		小魚丸	12		地瓜大丁	40
		薑片	1		青蔥	1		玉米粒	20		香菜	1		二砂	1袋
		香菜	1		味噌	4盒		火腿丁	6					黑糖	15包
		肉片	9					奶粉	5						
飲品				水果				養樂多優酪乳	1628P	水果					
備品					備品			備檢品	62P		備品				

臺中市九德國民小學111學年度第2學期　5 月　第　14　週營養午餐食譜表

供應人數：1572+40　　（肉品及可食豬肉部位　　皆使用國產豬）

日期	5月15日　星期一			5月16日　星期二			5月17日　星期三			5月18日　星期四			5月19日　星期五		
飯	麥片飯			地瓜飯			特餐			薏仁飯			五穀飯(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	蒜泥白肉	火鍋肉片	109	梅汁翅小腿	翅小腿	3224P	紅燒豚骨拉麵	拉麵	209	泰式檸檬魚	水鴛魚丁	140	八寶肉醬	熟花生	20
		豆芽菜	40		紫蘇梅4.5	8罐		肉片	24		新鮮檸檬汁	3罐		碎干丁	60
		洋蔥絲	20		薑片	1.5		白蘿蔔大丁	33		洋蔥切	15		玉米粒	30
					蒜仁	1.5		紅蘿蔔大丁	9		新鮮檸檬	2		乾香菇絲	1
		熟白芝麻	1		冰糖	8包		生香菇片	6		香菜	2		毛豆仁	15
		蒜泥	2					玉米穗段	33		蒜泥	1		胡蘿蔔丁	10
		薑絲	1					酸菜絲	12		泰式甜辣醬	10罐		鮮筍小丁	20
								蔥	2					蒜末	11
								大白菜切追	30					青蔥	2
								八角粒	1包					甜麵醬	2罐
								辣豆瓣醬	1桶						
								萬用滷包	10pc						
								花椒粉	1包						
					地瓜切	30		小貢丸	15		先送五穀米	15			
副菜	絲瓜冬粉	絲瓜切片	120	鐵板油腐	嫩油腐丁	60	雙色燒賣	香菇燒賣	1612P	田園四色	小黃瓜小丁	35	麻藥蛋	水煮蛋	1615P
		冬粉	20		玉米粒	14		海鮮燒賣	1612P		絞肉	9		洋蔥小丁	20
		雞蛋	18		紅蘿蔔小丁	14		(桂冠CAS)			胡蘿蔔小丁	12		青蔥	3
		青蔥	2		百頁豆腐切	15					玉米粒	45		蒜泥	2
		薑絲	1		杏鮑菇切	19					馬鈴薯小丁	40			
					紅椒絲	14					蒜末	1			
					黃椒絲	14									
					絞肉	9									
		麥片	15		青蔥	2									
								先進小薏仁	15						
時蔬青菜	青江菜	青江菜切	130	小白菜	小白菜切	130	有機小松菜	有機小松菜切	130	空心菜	空心菜切	130	高麗菜	高麗菜切	130
		蒜末	1		薑絲	1		蒜末	1		紅蔥頭	2		胡蘿蔔片	5
		杏鮑菇	3		胡蘿蔔絲	5		金針菇	3					蒜末	1
湯	麻油雞湯	骨腿丁	21	酸白菜湯	酸白菜	16	甘梅薯條	地瓜薯條	100	酸辣湯	鮮筍絲	15	芋頭西米露	芋頭小丁	35
		玉米切段	30		肉片	15		乾梅粉600g	2包		榨菜絲	6		西谷米	11
		高麗菜切	30		凍豆腐切	20					肉絲	9		奶粉	5
		紅棗	2包		大白菜切	40					板豆腐切絲	6板		都梁椰漿粉	3
		薑片	2		秀珍菇	12					木耳絲	5		台糖貳砂	20包
		藥膳包	20小包		薑絲	1					胡蘿蔔絲	5			
		麻油	2大桶								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				

臺中市九德國民小學111學年度第2學期　5 月　第　15　週營養午餐食譜表

供應人數：1572+40　　（肉品及可食豬肉部位　　皆使用國產豬）

日期	5月22日　星期一			5月23日　星期二			5月24日　星期三				5月25日　星期四			5月26日　星期五		
飯	南瓜飯			蕎麥飯			特餐				五穀飯			黑米糙米飯		
項目	菜名	材料	採購量(kg)	菜名	材料	採購量(kg)	菜名	材料	每人(g)	採購量(kg)	菜名	材料	採購量(kg)	菜名	材料	採購量(kg)
主菜	洋芋燒肉	肉丁	111	辣炒春雞	骨腿丁	120	散壽司	壽司醋600ml		20罐	日式柴燒魚丁	沙魚丁	250	義式油腐	油腐丁	55
		馬鈴薯大丁	50		高麗菜切	20		牛頭牌玉米粒		15桶		柴魚絲	6包		如記小黑輪	33
		胡蘿蔔丁	15		胡蘿蔔片	9		蝦仁		18		白芝麻	1		馬鈴薯大丁	50
		乾紐菇	1		蒜泥	1		上肉片		55		蒜泥	1		紅番茄去蒂	30
		薑片	1		洋蔥丁	15		蟳味絲		7		青蔥	1.5		洋蔥大丁	15
		蒜仁	1		韓式年糕1K	20		梅花片		7					彩色甜椒片	10
					青蔥	1		海苔絲極細		6包					義大利香料粉	1包
					乳酪絲	7包		白芝麻		2					番茄糊4.5K	2罐
								柴魚片		2包						
					韓式辣椒醬500g	1盒		味酬大罐		2罐					青蔥	1
		南瓜大丁	30													
副菜	番茄蛋豆腐	盤裝豆腐切	90.3	麻油鮮菇	高麗菜切	70	玉米可樂餅	玉米可樂餅		3224P	蒲瓜鮮匯	蒲瓜切	115	佛跳牆	大白菜切	90
		洗選蛋	58		玉米段	45						肉片	15		胡蘿蔔片	10
		紅番茄去蒂	35		杏鮑菇切	30						玉米筍	2		鴿蛋	25
		粗蒜末	1		生香菇切	9						木耳	9		殺菁筍片	24
		青蔥	1		角螺	6						胡蘿蔔切	10		芋頭切丁	29
		番茄糊(4.5K	2罐		薑母鴨藥包	12包						蝦皮	1		素排骨酥	12
					薑片	2		五穀米	9	15		青蔥	2		油皮	5.4
															乾香菇	1.2
		先送喬麥	15									先送黑米	3		香菜	1
												先送糙米	12		蒜仁	2
時蔬青菜	油菜	油菜切	130	有機荷葉白菜	有機荷葉白菜	130	大陸妹	福山萵苣切	81	130	空心菜	空心菜切	130	青江菜	青江菜切	130
		蒜末	1		薑絲	1		蒜末	1	1		蒜末	1		蒜末	1
		金針菇	4.5		胡蘿蔔絲	5		粗絞肉	2	3		秀珍菇	3		白精靈菇	3
湯	蘿蔔玉米湯	蘿蔔大丁	30	冬瓜蛤蜊湯	冬瓜大丁	50	古早味豬血湯	筍干		3	鮮筍湯	鮮筍切	55	紅豆紫米湯	紫米黑糯米	20
		玉米切段	30		蛤蜊	12		豬血切		30		大骨丁	18		紅豆	25
		大骨丁	12		薑絲	1		板豆腐		12		香菜	1		西谷米	6
		芹菜去葉	2		芹菜去葉	2		肉片		6		虱目小魚丸	12		二砂包糖	20包
								薑絲		1						
								香菜		1						
								韭菜		1						
飲品				水果				履歷豆奶	200	1628P	水果					
備品					備品			備檢品		5P		備品				

臺中市九德國民小學111學年度第2學期　5 月　第　16　週營養午餐食譜表

供應人數：1572+40　　**（肉品及可食豬肉部位　　皆使用國產豬）**

日期	5月29日　星期一			5月30日　星期二			5月31日　星期三								
飯	**小米飯**			**紅米燕麥飯**			**特餐**								
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	**三杯雞**	骨腿丁	120	**紅麴豬腳**	肉丁	42	**香菇鮮筍粥**	肉絲	12						
		米血丁	30		豬腳丁Q	80		鮮筍切絲	40						
		玉米段	40		蘿蔔切	36		生香菇	9						
		九層塔	2		熟花生	15		胡蘿蔔絲	10						
		蒜片	1.5		蒜仁	2		芹菜去葉	2						
		薑片	2		薑片	1		紅蔥頭切片	2						
		麻油	2大桶		粗冰糖(3K)	1包		冬蝦	1						
		先送紅米	3		紅麴醬	3罐		乾香菇絲	1.5						
		先送燕麥	12		(豬腳45%)										
		小米	15		鳥蛋	25									
副菜	**金沙肉末豆腐**	板豆腐小丁	22板	**塔香海根**	海帶根	80	**義式肉片**	小肉片	96						
		粗絞肉	12		胡蘿蔔切	8		洋蔥大丁	40						
		鴨鹹蛋黃	3		豆干片	40		番茄	30						
		杏鮑菇切	18		九層塔	2		胡蘿蔔絲	8						
		胡蘿蔔泥	10		粗蒜末	1		義式香料	1大罐						
		青蔥	2		青蔥	2									
		蒜片	1												
時蔬青菜	**有機味美菜**	有機味美菜切	130	**莧菜**	莧菜切	130	**青江菜**	青江菜切	130						
		蒜末	1		蒜末	1		蒜末	1						
		黑蠔菇	5.4		胡蘿蔔絲	5		秀珍菇	3						
湯	**榨菜肉絲湯**	榨菜絲CAS	42	**雜菜湯**	馬鈴薯切	20	**五行刈包**	刈包	1612P						
		肉絲	15		肉片	6									
		冬粉(3K)	6		胡蘿蔔切	9		(七品蓮)							
		青蔥	1		番茄	20									
					洋蔥切	10									
					高麗菜切	20									
					大骨丁	6									
					月桂葉	1小包									
飲品				水果						水果					
備品					備品						備品				