臺中市烏日區九德國小午餐食譜數量設計表　　112學年度第一學期第 19 週

用餐人數：　1,600　　單位：公斤　　印表日期：　0112.12.19

日期	主食	菜名	主菜用量明細		菜名	副菜(一)用量明細		菜名	副菜(二)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日週二	芝麻飯	南洋咖哩豬	上肉丁台優	80	海帶三絲	海帶絲切段	60	有機蚵白菜	蚵白菜有機	130	結頭鮮菇湯	結頭菜中丁	48	黑芝麻熟0.6
			洋芋大丁追	30		粗黃豆干絲	48		粗蒜末	1		金針菇追溯	10	白芝麻熟0.6
			紅蘿蔔大丁	5		上肉絲台優	12		秀珍菇追溯	6		正大骨台優	9	綜合堅果隨
			黃金魚蛋(臺	21		白精靈QR	9					玉米穗段	15	
			洋蔥大丁追	20		紅蘿蔔絲追	9							
			綠咖哩塊	6盒		芹菜去葉追	4							
			椰漿粉	3		嫩薑絲	1.5							
			杏鮑菇支追	15										
1月3日週三		海鮮麵線羹	紅麵線	50	鄉野脆雞	雞翅七台優	1620pc	蒜香青江菜	履歷青江菜	130	黑糖銀絲捲	黑糖銀絲卷	1600pc	優酪乳養樂
			肉羹(台灣豬	25		蜂蜜柚子茶	2罐		粗蒜末	1		40克		鮮豆漿養樂
			魷魚圈台優	10包		柳橙汁	2罐		秀珍菇追溯	6				鮮奶全脂養
			紅蘿蔔絲追	5		蕃茄醬可果	2桶							蕎麥15
			木耳絲追溯	5		肉鬆(臺灣)	5							
			柴魚片一斤	2包		海苔絲	2包							
			蝦仁台灣	5包		白芝麻熟	0.3							
			大白菜切追	30		蔥	1.5							
			香菜	1		醃炸								
			蒜末	1		廚藝交流								人數:1,600
1月4日週四	蕎麥飯	香茅檸檬蒸魚	水鴦丁追溯	190	黃瓜鮮燴	大黃瓜切厚	99	蒜香菠菜	履歷菠菜截	136	羅宋湯	高麗菜切追	28	有機白米90
			檸檬汁鮮	3瓶		鶉蛋(台灣)	17		蒜末	1		蕃茄去蒂履	16	有機糙米30
			泰式甜辣醬	4瓶		紅蘿蔔片追	8		生香菇片追	6		油豆皮非基	1.8	保久乳全脂
			蒜泥	1		木耳絲追溯	6					凍豆腐非基	13	
			洋蔥大丁追	15		金針菇追溯	10					洋蔥中丁追	10	
			香茅粉檸檬	2包		粗蒜末	1.5					芹菜去葉追	1	
			香菜	1		上肉片台優	6							
			九層塔	1.5										人數:1,600
1月5日週五	有機飯	冬瓜燜豆輪	特小麵輪	6	蘿蔔糕炒蛋	蘿蔔糕五十	1650pc	蒜香高麗菜	履歷高麗菜	130	山粉圓湯	山粉圓	12	菠蘿奶酥麵
			鈕菇台灣	2		褐殼雞蛋追	32		培根小片津	6		二砂包糖一	20包	
			薑片	1		蔥	2		粗蒜末	1.5		鳳梨丁桶裝	6桶	
			冬瓜大丁追	77		蒜泥	1					冬瓜糖塊	30塊	
			油豆腐丁傳	40		花生片燒仙	3					檸檬汁鮮	3瓶	
			紅蘿蔔大丁	5										人數:1,600

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　　112學年度第一學期第 20 週

用餐人數：　1,600　　單位：公斤　　印表日期：　0112.12.19

日期	主食	菜名	主菜用量明細		菜名	副菜(一)用量明細		菜名	副菜(二)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8日週一	南瓜飯	韓式雞腿	雞腿六台優	1600pc	鮮蔬河粉	寬粉絲特級	12	蒜香菠菜	履歷菠菜截	136	玉米濃湯	玉米粒富士	30	南瓜去皮小丁30
			白芝麻熟	1		粗絞肉台優	6		蒜末	1		洋芋小丁追	16	小麥在地15
			韓式辣椒醬	1盒		高麗菜切追	60		生香菇片追	6		粗絞肉台優	9	水果
			韓式年糕	20包		紅蘿蔔絲追	5					奶油安佳	4磅	
			蒜泥	1		木耳絲追溯	5					奶粉公斤	5	
			低筋麵粉公	5		蒜末	1					洗選蛋追溯	8	
			洗選蛋追溯	30pc		無辣豆瓣醬	1桶					洋蔥切絲追	5	
			預醃炸									紅蘿蔔小丁	3	人數:1,600
1月9日週二	飯	佃煮秋刀魚	秋刀魚	3250pc	鐵板三菇	嫩油豆腐丁	25	有機高麗菜	高麗菜有機	130	芥菜雞湯	芥菜仁切追	36	綜合堅果隨
			薑片	2		杏鮑菇支在	24		紅蘿蔔絲追	5		骨腿丁台優	18	
			紫蘇梅大	2桶		綠花加工追	30		粗蒜末	1		薑片	1.5	
			蒜仁	2		雞清丁台優	12		木耳絲追溯	3		鮑魚菇追溯	3	
			白芝麻熟	0.3		洋蔥大丁追	10							
			萬用滷包布	15粒		白精靈QR	10							
			耐炸油美食	2桶		紅蘿蔔片追	5							
			蕃茄醬可果	2桶		奶油安佳	3磅							人數:1,600
1月10日週三	飯	三杯雞煲飯	雞清丁台優	81	醋溜鍋貼	鍋貼台優農	1700pc	蒜香福山萵苣	履歷福山萵	130	關東煮湯	金針菇追溯	10	燕麥粒
			杏鮑菇支追	24		粿仔條	30		紅蔥末	2		白蘿蔔大丁	40	優酪乳養樂
			薑片	2		綠豆芽追溯	50		粗絞肉台優	3		黑輪片如記	15	鮮豆漿養樂
			蒜仁	1		蒜泥	2					紅蘿蔔中丁	8	鮮奶全脂養
			九層塔作清	2		蔥	1.5					柴魚片一斤	2包	
			玉米粒富士	15								正大骨台優	9	人數:1,600
1月11日週四	燕麥飯	蒜香豬排	豬肉排十台	1620?	腰果四色	洋芋中丁追	55	翠綠油菜	履歷油菜截	128	日式味噌湯	薄板豆腐盤	12盤	蘋果汁養樂
			蒜頭切片	2		玉米粒富士	45		蒜末	1		味噌三公斤	3盒	
			蔥	2		腰果生	5		鮑魚菇追溯	6		蔥	1	
			椒鹽粉一斤	1盒		紅蘿蔔小丁	8					乾海帶芽	0.6	
						毛豆仁履歷	8					洋蔥小丁追	15	
			拍過			粗蒜末	1.5					嫩薑絲	1	
												正大骨台優	12	人數:1,600
1月12日週五	素鬆飯	沙嗲豆包	炸豆包非基	88	翡翠蒸蛋	洗選蛋追溯	88	蒜香蚵白菜	履歷蚵白菜	130	綠豆芋圓湯	綠豆	25	紅豆麵包
			花生醬大桶	1桶		翡翠	10盒		蒜末	1		芋圓	10	素肉鬆
			芝麻醬富味	1桶		生香菇片追	9		生香菇朵追	6		地瓜圓	10	
			小黃瓜絲追	24		蒜末	1.5					黃地瓜中丁	25	
			紅蘿蔔絲追	6		梅花片(臺灣	6					二砂包糖一	20包	
			花生片燒仙	6		玉米粒富士	6							
			蒜泥	2										
			香菜	1										人數:1,600

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　　112學年度第一學期第 21 週

用餐人數：　1,600　　單位：公斤　　印表日期：　0112.12.22

日期	主食	菜名	主菜用量明細		菜名	副菜(一)用量明細		菜名	副菜(二)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15日週一	麥片飯	虱目魚肉燥	虱目魚柳錦	60	花燴什錦	綠花加工追	60	有機銀芽	綠豆芽有機	120	紅燒肉片湯	大白菜切追	30	麥片15
			粗絞肉台優	39		鮑魚菇追溯	6		紅蔥末	2		上肉片台優	6	水果
			鈕菇台灣台	2台斤		紅蘿蔔片追	9		韭菜切段追	2		玉米穗段	21	
			豆干丁非基	50		蒜末	1		上肉絲台優	9		紅蘿蔔大丁	5	
			蒜末	1.5		木耳絲追溯	3					薑片	1	
			薑末	2		上肉片台優	15					小貢丸(使用	6	
			紅蔥末	1.5		白花加工追	50					蔥	1	
			蝦皮	2										人數:1,600
1月16日週二	地瓜飯	藥膳豬腳	祥豬腳丁台	60	海味南瓜	南瓜去皮中	115	蒜香蚵白菜	履歷蚵白菜	130	酸辣湯	薄板豆腐盤	6盤	黃地瓜大丁
			上肉丁台優	51		蟳味絲(臺灣	12		蒜末	1		鮮筍絲追溯	11	綜合堅果隨
			十全藥包	10包		洗選蛋追溯	5		生香菇朵追	8		木耳絲追溯	6	
			鵪蛋(台灣)	21		白精靈QR	6					紅蘿蔔絲追	6	
			薑片	1		鴻禧菇有機	6					上肉絲台優	9	
			蒜仁	1		芹菜去葉追	1					蔥	1	
			紅蘿蔔大丁	5								洗選蛋追溯	8	
			四方干公斤	20								豬血切(使用	15	人數:1,600
1月17日週三		青醬義大利麵	白油麵	190	香雞排	香雞排(台灣	1640?	蒜香菠菜	履歷菠菜截	136	黃瓜魚丸湯	大黃瓜去皮	30	鮮豆漿光泉
			玉米粒富士	24		十三香(素可	1盒		蒜末	1		虱目魚丸珍	6	紅豆履歷10
			粗絞肉台優	36		香菜	2		紅蘿蔔絲追	5		正大骨台優	9	大麥小薏仁5
			洋蔥中丁追	30		蒜泥	1					芹菜去葉追	1.5	花豆5
			紅蘿蔔小丁	5								油豆腐丁傳	10	
			蝦仁台灣	20包										
			乳酪粉包	4包										
			九層塔作清	6										
			培根小片津	9										
			奶粉公斤	3										人數:1,600
1月18日週四	薑黃飯	三杯滷味	杏鮑菇支在	24	蕃茄炒蛋	洗選蛋追溯	96	蒜香青江菜	履歷青江菜	130	臘八粥	桂圓	6盒	乳酪蒸果子
			大溪黑豆干	65		蕃茄去蒂履	45		粗蒜末	1		小米	3	奶油安佳4
			鵪蛋(台灣)	16		蔥	2.2		金針菇追溯	5		水煮花生片	3	薑黃粉300g
			水晶芋粿甜	20包		洋蔥小丁追	15					圓糯米	20	蒜末2
			紅蘿蔔中丁	10								紫米黑糯米	3	
			九層塔	2								二砂包糖一	20包	
			蒜末	2								紅豆		
			薑片	2								花豆		
			蔥	1.5								小薏仁		人數:1,600
1月19日週五	紅藜飯	冰糖醬鴨	櫻桃鴨肉丁	132	芥菜燴三鮮	芥菜仁切追	80	翠綠油菜	履歷油菜截	130	黑糖豆花	豆花二公斤	64盒	紅藜2斤
			米血丁台優	10包		生香菇片追	9		蒜末	1		黑糖四百五	10包	保久乳福樂
			甜麵醬十全	3盒		上肉片台優	12		鮑魚菇追溯	6		濕粉圓大珍	24	
			薑片	2		發泡魷魚	12					二砂包糖一	10包	
			蒜仁	1.5		紅蘿蔔絲追	8							
			冰糖一公斤	2		蒜末	1.5							
			洋蔥大丁追	5		蔥	2							人數:1,600

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