

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 1 週

用餐人數： 1,680

單位：公斤

印表日期： 0114.01.15

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	
2月11日週二	麥片飯	鐵板豬柳	粗肉絲台優	111	花燴什錦	綠花加工追	55	有機青松菜	青松菜有機	136	香菇雞湯	骨髓丁台優	21	麥片15 溪南綜合堅果 隨身包
			洋蔥切絲追	35		貢丸片楠台	18		蒜末	1		鈕菇台灣	1.2	
			高麗菜切追	20		紅蘿蔔片追	9		鮑魚菇追溯	6		薑片	1.2	
			蒜末	2		蒜末	1					桶蔭瓜	2桶	
			蔥	3		木耳絲追溯	3					冬瓜中丁追	52	
			黑胡椒醬	3桶		白花加工追	50							
			奶油	2磅										
		綠豆芽追溯	20										人數:1,680	
2月12日週三	飯	麵線糊	紅麵線	51	泰式椒麻雞	香雞排(臺灣75g)	1680?	蒜香菠菜	履歷菠菜截	143	叉燒包	叉燒包台優	1680pc	胚芽米15
			上肉絲台優	18		檸檬汁鮮	2瓶		蒜末	1				
			金針菇追溯	10		洋蔥小丁追	15		秀珍菇追溯	6				
			紅蘿蔔絲追	5		蒜泥	1							
			紅蔥末	2		花椒粉	1包							
			乾香菇片台	2台斤		泰式甜辣醬	4瓶							
			大白菜切追	50		魚露泰式	1罐							
			香菜	1		九層塔作清	1							
			鵝蛋QR福霖	15										
												人數:1,680		
2月13日週四	胚芽飯	鄉野脆雞	雞翅七台優	1700pc	麻婆豆腐	薄板豆腐盤	28盤	蒜香福山萵苣	履歷福山萵	136	黃瓜排骨湯	大黃瓜厚片	62	小米15 溪南保久乳全脂
			蜂蜜柚子茶	2罐		粗絞肉台優	12		粗蒜末	2		中排骨台優	18	
			柳橙汁	2罐		玉米粒富士	9		鮑魚菇在地	6		薑片	0.6	
			蕃茄醬可果	2桶		蔥	2					芹菜去葉追	1.2	
			肉鬆(臺灣)	5		紅蔥末	3					紅蘿蔔片追	2.5	
			海苔絲	2包										
			白芝麻熟	0.3										
												人數:1,680		
2月14日週五	小米飯	紅燒千層豆干	千層豆干非	50	茶葉蛋	水煮蛋CAS	1700pc	蒜香蚵白菜	履歷蚵白菜	136	芋香西米露	西谷米	15	溪南紅豆麵包
			白蘿蔔大丁	40		紅茶包小	10pc		蒜末	1		芋頭小丁追	23	
			米血丁CAS	7包		鈕菇台灣	1		生香菇朵追	6		椰漿	20罐	
			素水晶餃	910pc								二砂包糖一	20包	
			蒜仁	1								奶粉公斤	3	
			薑片	1								椰漿粉	5	
			蔥	1										
												人數:1,680		

廢棄率：雞腿、雞排、雞翅 20-25%；骨髓丁、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 2 週

用餐人數： 1,680

單位：公斤

印表日期： 0114.01.15

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	
2月17日週一	紅藜飯	蒜泥白肉	上肉片台優	111	炸醬年糕	豆干丁非基	40	有機皺葉白菜	皺葉小白菜	136	冬瓜鮮菇湯	冬瓜中丁追	50	紅藜2斤 溪南水果 五穀米15 人數:1,680
			綠豆芽追溯	24		洋蔥大丁追	8		粗蒜末	1		金針菇追溯	15	
			小黃瓜絲追	24		韓式年糕	50包		鮑魚菇追溯	6		嫩薑絲	1	
			蔥	2		大白菜切追	30					正大骨台優	9	
			蒜泥	2		蒸煮麵維力	30包							
			紅蔥末	1		粗蒜末	1							
						維力炸醬	6罐							
		薑片	1											
2月18日週二	五穀飯	金沙椰奶魚廚藝交流	鯰魚丁追溯	170	泰式河粉	寬粉絲特級	21	蒜香青江菜	履歷青江菜	136	酸辣湯	薄板豆腐盤	7盤	溪南綜合堅果隨身包 人數:1,680
			南瓜手工大	15		芹菜去葉	6		粗蒜末	1		鮮筍絲追溯	12	
			鹹蛋黃cas	160顆		高麗菜切追	60		鮑魚菇在地	6		木耳絲追溯	7	
			芋頭大丁追	8		紅蘿蔔絲追	5					紅蘿蔔絲追	7	
			葡萄乾公斤	0.8		木耳朵追溯	5					上肉絲台優	9	
			椰漿	15罐		蒜末	2					蔥	1.2	
			洋芋大丁追	33		泰式甜辣醬	2瓶					洗選蛋追溯	8	
		魚露泰式	4罐			豬血切(使用)	15							
		上肉絲台優	15			香菜	1							
2月19日週三	飯	海鮮粥	蝦仁QR3K包	2包	香酥蝦排	蝦排台優農	1680pc	翠綠油菜	履歷油菜截	136	蔥花捲	香蔥花捲七	1680pc	有機白米 有機糙米 人數:1,680
			叻仔魚熟	3		蝦餅	5包		蒜末	1				
			虱目魚柳嘉	12		蒜仁	1.5		秀珍菇追溯	6				
			高麗菜切追	30		蔥	1							
			芹菜去葉追	2										
			紅蘿蔔小丁	6										
			紅蔥末	2										
玉米粒富士	15													
2月20日週四	有機飯	荷葉蒸排骨	排骨丁台優	30	白菜滷	大白菜切追	112	蒜香菠菜	履歷菠菜截	143	南瓜雪片湯	南瓜去皮大	48	溪南蘋果汁養樂 燕麥粒15 人數:1,680
			上肉丁台優	84		紅蘿蔔片追	7		蒜末	1		洋芋大丁追	16	
			蒸肉粉真好	4包		木耳絲追溯	7		金針菇追溯	5		洗選蛋追溯	8	
			荷葉	80張		洗選蛋追溯	8					正大骨台優	9	
			蒜仁	2		粗蒜末	1					洋蔥中丁追	12	
			薑片	1		鈕菇台灣	1.2							
			履歷地瓜大	30		冬蝦	0.6							
		上肉片台優	21											
2月21日週五	燕麥飯	三杯嫩油腐丁	嫩油豆腐丁	108	義式焗蛋	洗選蛋追溯	105	蒜香福山萵	履歷福山萵	136	檸檬愛玉水果茶	愛玉凍五公	12袋	鮮奶新鮮屋 鮮豆漿光泉 溪南菠蘿奶酥麵 人數:1,680
			杏鮑菇支追	12		芹菜去葉追	1.5		粗蒜末	1		檸檬公斤	1	
			蔥	1		白精靈追溯	10		鮑魚菇在地	6		冬瓜糖塊	15塊	
			蒜末	2		紅甜椒切追	10					山粉圓	6	
			薑片	1		黃甜椒切追	10					黑糖四百五	15包	
			九層塔作清	2		乳酪粉包	2包					鳳梨丁桶裝	6桶	
			鈕菇台灣	1		乳酪絲	5					紅茶包小	20pc	
		蕃茄醬可果	2包											

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 3 週

用餐人數： 1,680

單位：公斤

印表日期： 0114.01.15

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	
2月24日週一	麥片飯	蒲燒鯛魚	蒲燒鯛魚腹	1680pc	塔香海根	海帶根	80	翠綠油菜	履歷油菜截	136	肉骨茶	肉骨茶包	20包	水果 麥片15 人數:1,680
			百頁豆腐切	25		九層塔作清	2		蒜末	1		青木瓜中丁	65	
			白芝麻熟	1		上肉絲台優	9		秀珍菇追溯	6		蒜仁	2	
			柴魚絲	6包		紅蘿蔔絲	6					角螺非基改	3.6	
			海苔絲極細	2包		嫩薑絲	1.5					骨腿丁台優	9	
						細白干絲非	25							
2月25日週二	香鬆飯	紅麴豬腳	祥豬腳丁台	72	冬瓜什錦	冬瓜大丁追	115	蒜香福山萵	履歷福山萵	136	玉米濃湯	玉米粒富士	30	溪南綜合堅果 隨身包 素肉鬆10斤 人數:1,680
			上肉丁台優	48		上肉片台優	12		粗蒜末	2		洋芋小丁追	16	
			白蘿蔔大丁	50		有機黑蠔菇	6		鮑魚菇在地	6		粗絞肉台優	9	
			水煮花生	9		紅蘿蔔片追	10					奶油安佳	4磅	
			薑片	2		嫩薑絲	2					奶粉公斤	6	
			紅麴醬一公	6桶		魷魚切QR嘉	11包					洗選蛋追溯	9	
												洋蔥切絲追	5	
												紅蘿蔔小丁	3	
2月26日週三	日式烏龍麵	烏龍麵小	烏龍麵小	210	蒜味雞腿	雞腿六台優	1700pc	薑汁蚵白菜	履歷蚵白菜	136	古早味紅豆餅	古早味紅豆	1680pc	鮮豆漿陽光 蕎麥15 人數:1,680
			梅花片切絲	6		蔥	1.5		嫩薑絲	1				
			生香菇朵追	9		蒜頭切片	1.5		鮑魚菇追溯	6				
			上肉片台優	12		蒜泥	1							
			高麗菜切絲	40										
			玉米粒富士	30										
			洋蔥切絲追	10										
			乾海帶芽	0.5										
			蔥	1										
			柴魚片半斤	2包										
			味噌三公斤	3盒										
2月27日週四	地瓜飯	三杯雞	骨腿丁台優	138	麻油蛋麵線	水煮蛋CAS	1700pc	有機高麗菜	高麗菜有機	136	燒仙草	仙草原汁三	14桶	履歷地瓜中 30k 保久乳全脂 人數:1,680 分75包
			九層塔作清	2		白麵線	2.4		紅蘿蔔絲追	6		芋圓	9	
			蒜仁	1		薑片	2		粗蒜末	1		地瓜圓	9	
			薑片	1		枸杞公斤	0.6		木耳絲追溯	3		脆圓長條型	15	
			杏鮑菇支追	27								二砂包糖一	20包	
												花生片燒仙	9	

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