臺中市烏日區九德國小午餐食譜數量設計表　　112學年度第二學期第 19 週

用餐人數：　1,620　　單位：公斤　　印表日期：　0111.12.22

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3日週二	麥片飯	古早味肉燥	粗絞肉台優	120	冬瓜鮮燴	冬瓜大丁追	111	蒜香蚵白菜	履歷蚵白切	131	金針肉絲湯	金針乾燥追溯	2	麥片20
			豆干丁非基	30		鮑魚菇追溯	6		嫩薑絲	1		上肉絲台優	12	溪南;牛奶球麵包
			花瓜華南	2桶		紅蘿蔔大丁	6		生香菇片追	6		正大骨苔優	9	沙拉油台糖
			紅蔥末	2		木耳絲追溯	9					冬粉	6	耐炸油美食
			乾香菇片台	1.5		魷耳條嘉義	20包					蔥	0.6	
			鶉蛋(台灣)	20		嫩薑絲	1.5							人數:1,620
1月4日週三		紅燒豚肉麵	拉麵	209	椒麻香雞排	香雞排(台灣	1650p	蒜香福山萵苣	履歷福山萵	130	雞蛋牛奶捲	雞蛋牛奶捲	1620pc	有機白米90
			上肉片台優	24		花椒粉	1包		紅蔥末	1.5				有機糙米30
			白蘿蔔大丁	33		香菜	1.5		粗絞肉台優	6				優酪乳養樂
			紅蘿蔔大丁	9		泰式甜辣醬	5瓶							鮮豆漿養樂
			生香菇片追	6		蒜泥	1							鮮奶全脂養
			玉米穗段台	33										
			酸菜絲	12										
			蔥	2										
			大白菜切追	30										
			八角粒小磨	1包										
			辣豆瓣醬	1桶										
			萬用滷包小	10pc										
			花椒粉	1包										
			小貢丸楠(使	15										人數:1,620
1月5日週四	有機飯	薑汁燒肉	上肉片台優	120	西芹什錦	西洋芹菜切	85	翠綠油菜	履歷油菜截	130	日式味噌湯	薄板豆腐盤	12盤	胚芽米20
			洋蔥大丁追	20		杏鮑菇切片	12		蒜末	1		味噌三公斤	3盒	溪南:克林姆麵包
			紅蘿蔔片追	10		黑輪片(台灣	15		鮑魚菇追溯	6		蔥	1	
			嫩薑絲	2		紅蘿蔔片追	5					乾海帶芽	0.6	
			薑汁	3罐		粗蒜末	1.5					洋蔥小丁追	15	
			蔥	1.5		木耳朵追溯	6					嫩薑絲	1	
			味醂大罐	2瓶								正大骨台優	12	
			豆干片非基	20								虱目魚柳錦	9	
			高麗菜切追	30										人數:1,620
1月6日週五	胚芽飯	沙嗲豆包	炸豆包非基切十字	90	洋蔥起司蛋	洗選蛋追溯	96	有機香高麗菜	有機高麗菜	130	紅豆地瓜湯	紅豆履歷提前	20	十穀米20
			花生醬大桶	1桶		洋蔥切絲追	37		紅蘿蔔絲追	6		黃地瓜中丁	33	溪南:蘋果汁養樂
			芝麻醬大	1桶		紅蘿蔔絲追	12		粗蒜末	1		二砂包糖一	40包	
			小黃瓜絲追	35		青豆仁冷凍	6		木耳絲追溯	5		地瓜圓	9	
			紅蘿蔔絲追	10		乳酪絲	8					芋圓	9	
			花生片燒仙	12		蒜末	1.5							
			蒜泥	2		蔥	1.5							人數:1,620
			香菜	2		乳酪粉包	3包							
1月7日週六	什穀飯	麻油燜鴨	櫻桃鴨肉丁	130	芋香白菜	大白菜切追	90	蒜香菠菜	履歷菠菜截	116	四神湯	中排骨台優	24	溪南:保久乳福樂
			米血丁台優	5包		芋頭中丁追	21		粗蒜末	1		大麥小薏仁	8	六年級停
			薑片	2		紅蘿蔔絲追	5		生香菇片追	6		蓮子台灣	3台斤	
			高麗菜切追	40		上肉絲台優	15					淮山又名山	1台斤	
			枸杞公斤	1.2		粗蒜末	1					芡實	1台斤	
			秀珍菇追溯	9		蔥	1					山藥中丁追	30	
			百頁豆腐切	10		冬蝦	1					薑片	1	
			麻油福壽	2桶		乾香菇片台	1台斤					當歸	1台斤	
						角螺非基改	3.6							人數:1,450

臺中市烏日區九德國小午餐食譜數量設計表　　111學年度第一學期第 20 週

用	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9日週一	南瓜飯	韓式拌拌雞	雞翅七台優	1650pc	鮮蔬河粉	寬粉絲特級	12	蒜香青江菜	履歷青江菜	130	紫菜蛋花湯	乾海帶芽	1.5	南瓜去皮切絲
			洋蔥大丁追	15		皮絲	6		粗蒜末	1		洗選蛋追溯	12	
			韓式年糕	25包		高麗菜切追	60		秀珍菇追溯	4		正大骨台優	12	小麥在地食
			洋芋大丁追	40		紅蘿蔔絲追	5					蔥	1	溪南:水果
			韓式辣椒醬	2盒		木耳絲追溯	5					嫩薑絲	1	
			白芝麻熟	0.6		蒜末	1					虱目珍珠丸	9	
						無辣豆瓣醬	1桶							人數:1,620
1月10日週二	小麥飯	佃煮秋刀魚	秋刀魚台優	1620pc	陽光溫沙拉	洋芋中丁追	25	蒜香蚵白菜	履歷蚵白菜	130	羅宋湯	高麗菜切追	30	溪南:保久乳全脂
			薑片	2		節瓜追溯	40		蒜末	1		蕃茄去蒂追	17	5-7停餐
			紫蘇梅大	2桶		紅甜椒切追	8		秀珍菇追溯	6		油豆皮非基	2	
			蒜仁	2		玉米粒台優	30					凍豆腐非基	13	
			白芝麻熟	0.5		葡萄乾公斤	3					洋蔥中丁追	10	
			萬用滷包布	15粒		腰果生	6					芹菜去葉追	1	
			耐炸油美食	2桶		雞清丁台優	18							
			蕃茄醬憶霖	2桶		義大利香料	1包							
			可果美缺貨			奶粉公斤	3							人數:1,620
1月11日週三	飯	三杯雞煲飯	雞清丁台優	81	日式章魚燒	花枝丸(魷魚	3360P	蒜香菠菜	履歷菠菜截	130	山藥排骨湯	山藥中丁追	40	小米
			杏鮑菇塊追	30		柴魚片半斤	3包		粗蒜末	1		中排骨台優	18	優酪乳養樂
			薑片	2		海苔粉	1包		鮑魚菇追溯	6		薑片	1.5	鮮豆漿養樂
			蒜仁	1								紅棗台灣追	1台斤	鮮奶全脂養
			九層塔作清	2								鈕菇在地食	1台斤	
			玉米粒台優	18										人數:1,620
1月12日週四	小米飯	東坡肉	上肉丁台優	66	花燴什錦	綠花加工追	60	有機高麗菜	高麗菜有機	130	酸菜白肉鍋	酸白菜	18	五穀米
			祥蹄膀肉角	39		鮑魚菇追溯	6		紅蘿蔔絲追	5		大白菜切追	34	溪南:牛角麵包大
			蒜仁	1.5		紅蘿蔔片追	8		粗蒜末	1.2		上肉片台優	12	
			薑片	2		蒜末	1.2		木耳絲追溯	3		嫩薑絲	2	
			白蘿蔔大丁	55		木耳絲追溯	3					紅蘿蔔片追	3	
			辣椒	1		鶉蛋(台灣)	16					蔥	1	
			特小麵輪	6		白花加工追	40							
			梅干菜朴菜	6										人數:1,620
1月13日週五	紅藜飯	蔥爆百頁	玉米穗段台	42	麻藥蛋	水煮蛋(台灣	1650pc	翠綠油菜	履歷油菜截	130	薑汁奶茶西米露	薑汁	5罐	紅藜
			素米血丁三	7包		蔥	2		蒜末	1		紅茶包小	30pc	溪南:柳橙綜合果汁
			百頁豆腐切	50		洋蔥小丁追	10		鮑魚菇追溯	6		奶粉公斤	6	
			素水晶餃	1200pc		蒜泥	1					西谷米	25	
			薑片	2		白芝麻熟	1.5							
			蔥	1										
			甜麵醬十全	2盒										人數:1,620

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　　111學年度第一學期第 21 週

用餐人數：　1,620　　單位：公斤

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16日週一	麥片飯	義式茄汁肉丸	洋蔥切絲追	20	咖哩洋芋	洋芋大丁追	75	蒜香菠菜	履歷菠菜截	130	結頭貢丸湯	結頭菜中丁	55	麥片20
			柴魚絲	2包		洋蔥大丁追	20		粗蒜末	1		小貢丸楠(使	18	小米20
			蕃茄糊可果	2桶		黃地瓜大丁	30		鮑魚菇追溯	6		正大骨台優	9	溪南:水果
			海苔絲極細	2包		上肉丁台優	18					香菜	1	躲避球減53人
			獅子頭四十	1590pc		紅蘿蔔中丁	10							足球-13
			香菜	2		印度咖哩紅	3罐							
1月17日週二	小米飯	鍋燒石斑魚	石斑魚丁QR	124	關東煮	玉米穗段台	30	有機銀芽	綠豆芽有機	108	青菜蛋花湯	履歷蚵白菜	33	溪南:泡芙
			洋蔥切絲追	15		上肉丁台優	18		紅蔥末	2		洗選蛋追溯	12	
			嫩薑絲	1.5		白蘿蔔大丁	56		韭菜切段追	2		正大骨台優	9	6年級停
			蒜末	1		黑輪條如記	24		培根小片津	6		嫩薑絲	1.5	202.208 停餐
			青蒜	5		蒜仁	1					紅蘿蔔絲追	7	53人.
			薄板豆腐盤	6盤		薑片	1							足球-13
			蟳味絲	6		柴魚片一斤	1包							
						鶉蛋(台灣)	9							
1月18日週三	飯	海鮮麵線羹	紅麵線	60	義式什錦	玉米粒台優	40	蒜香高麗菜	履歷高麗菜	130	口袋餅	口袋餅	1640?	十穀米
			上肉絲台優	12		洋蔥小丁追	25		紅蘿蔔絲追	6				足球-13
			大白菜切追	30		粗絞肉台優	60		粗蒜末	1				
			紅蘿蔔絲追	5		鴻禧菇追溯	12		木耳絲追溯	5				蘋果汁養樂多
			木耳絲追溯	5		紅甜椒切	6		芹菜去葉追	2				
			蝦仁台灣追	6包		黃甜椒切	6							
			魷魚切追溯	6包		青豆仁冷凍	6							
						薑黃粉	1							人數:1,620
						義大利香料	2包							
1月19日週四	十穀飯	佛跳牆	筍干	12	海帶三絲	海帶根	60	翠綠油菜	履歷油菜截	130	麻油雞湯	骨腿丁台優	36	奶酥麵包大
			大白菜切追	50		豆干片非基	48		蒜末	1		高麗菜切追	25	鮮豆漿陽光黑豆
			紅蘿蔔片追	5		上肉絲台優	12		鮑魚菇追溯	6		生香菇朵追	9	
			鈕菇台灣	2		白精靈QR	9					薑片	2	
			上肉丁台優	51		紅蘿蔔絲追	9					角螺非基改	3.6	
			祥豬腳丁台	39		芹菜去葉追	5							
			薑片	1										
			蒜仁	2										
			鶉蛋	10										人數:1,620
			香菜	1.5										