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 4 週

用餐人數：　1,600　　單位：公斤　　印表日期：　0113.02.20

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	
3月4日週一	麥片飯	三杯雞	骨腿丁台優	130	芋香白菜	大白菜切追	99	蒜香福山萵苣	履歷福山萵	140	結頭鮮菇湯	結頭菜中丁	48	水果
			九層塔作清	1.5		芋頭中丁追	20		紅蔥末	2		金針菇追溯	10	麥片15
			蒜仁	1.5		紅蘿蔔絲追	6		粗絞肉台優	6		排骨丁台優	12	小米
			薑片	1		上肉絲台優	15					香菜	1	
			玉米穗段	24		粗蒜末	1							
			栗子熟	8		蔥	1							
						冬蝦	1							
						乾香菇片台	1台斤							
						角螺非基改	3.6							人數:1,600
3月5日週二	小米飯	藥膳豬腳	祥豬腳丁台	60	雙花繽紛	木耳絲追溯	3	有機銀芽	綠豆芽有機	124	海芽蛋花湯	乾海帶芽	1.5	綜合堅果隨
			上肉丁台優	51		上肉片台優	15		紅蔥末	2		洗選蛋追溯	12	
			十全藥包	10包		紅蘿蔔片追	3		韭菜切段追	2		蔥	1	
			鵪蛋(台灣)	21		粗蒜末	1		上肉絲台優	6		嫩薑絲	1	
			薑片	1		綠花加工追	60					正大骨	9	
			蒜仁	1		白花加工追	50							
			紅蘿蔔大丁	5		杏鮑菇支在	6							
			四方干公斤	19										人數:1,600
3月6日週三		星州湯麵	白油麵	222	海南雞腿	雞腿六台優	1620pc	翠綠油菜	履歷油菜截	134	餡餅	餡餅欣冠	1620pc	優酪乳養樂
			上肉片台優	24		薑末	2		蒜末	1				鮮豆漿養樂
			高麗菜切追	60		蔥	2		鮑魚菇追溯	6				鮮奶全脂養
			紅蔥末	2		蒜泥	2							五穀米15
			洋蔥中丁追	15		月桂葉	1包							
			奶粉公斤	5										
			咖哩粉一斤	2盒										
			康寶巴黎風	1盒										
			康寶香茅青	3包										
			康寶海龍皇	2罐										
			香茅粉檸檬	1包										
			粗蒜末	2										
			魷耳條台優	10包										
			金針菇特追	10										
			木耳絲追溯	5										
			虱目珍珠丸	12										人數:1,600
3月7日週四	五穀飯	糖醋魚丁	水鯊丁追溯	195	和風關東煮	白蘿蔔大丁	60	蒜香菠菜	履歷菠菜截	140	香菇雞湯	骨腿丁台優	18	保久乳全脂
			洋蔥大丁追	36		油豆腐丁傳	24		蒜末	1		鈕菇台灣	1	小麥在地食
			鳳梨丁桶裝	7桶		紅蘿蔔中丁	8		紅蘿蔔絲追	6		薑片	1	
			蒜末	1.5		米血丁台優	9包					桶蔭瓜	2桶	
			蕃茄糊可果	3桶		芹菜去葉追	0.5					冬瓜中丁追	50	
			紅甜椒切追	3		小黑輪條如	15							
			黃甜椒切追	3		蒜末	1							
						柴魚片一斤	1包							人數:1,600
3月8日週五	小麥飯	素肉燥	素瓜子肉五	25台	歐姆炒蛋	洗選蛋追溯	84	蒜香蚵白菜	履歷蚵白菜	130	蓮子銀耳湯	白木耳	3	菠蘿可頌
			豆干丁非基	45		玉米粒富士	30		蒜末	1		蓮子台灣	7台斤	
			碎麵輪	12		杏鮑菇支追	15		生香菇朵追	6		桂圓	3盒	
			杏鮑菇支在	12		紅甜椒切追	5					紅棗台灣	2台斤	
			乾香菇片台	1		乳酪絲	5					二砂包糖一	20包	
			花瓜華南	6桶		乳酪粉包	2包							

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 4 週

用餐人數：　1,600　　單位：公斤　　印表日期：　0113.02.20

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	
			蒜末	1		蕃茄醬可果	2桶							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學年度第二學期第 5 週

用餐人數：　1,600　　單位：公斤　　印表日期：　0113.02.20

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	
3月11日週一	芝麻飯	鹽水雞	骨腿丁台優	126	滷四角油腐	嫩四角油豆	1640pc	蒜香青江菜	履歷青江菜	134	肉骨茶	肉骨茶包飛	18包	黑芝麻熟
			綠花加工追	18		水煮花生	6		粗蒜末	1		青木瓜中丁	60	白芝麻熟
			杏鮑菇支在	6		紅蘿蔔大丁	5		生香菇朵在	6		蒜仁	1.5	紅藜2斤
			木耳朵追溯	4		海帶結	30					角螺非基改	3.6	水果
			菜豆(敏豆	6		薑片	1					中排骨台優	9	
			蔥	2		蒜仁	1							
			花椒粒小磨	1包		蔥	1.5							
			椒鹽粉一斤	1盒										
			香油福壽	2桶										人數:1,600
3月12日週二	紅藜飯	虱目魚排	虱目魚排六	1640pc	麻油鮮菇	杏鮑菇支追	24	蒜香福山萵苣	履歷福山萵	134	酸辣湯	薄板豆腐盤	6盤	綜合堅果隨
			蒜末	2		高麗菜切追	56		紅蔥末	2		鮮筍絲追溯	12	皮蛋(180pc
			蝦餅	5包		凍豆腐非基	48		粗絞肉台優	3		木耳絲追溯	6	台灣)
			蔥	2		薑母鴨藥包	11包					紅蘿蔔絲追	6	
						角螺非基改	6					上肉絲台優	9	
						薑片	1.5					蔥	1	
												洗選蛋追溯	8	
												豬血切(使用	15	
												香菜	1	人數:1,600
3月13日週三	飯	皮蛋瘦肉粥	上肉絲台優	30	魚香鍋貼	鍋貼台優農	3200pc	蒜香菠菜	履歷菠菜截	136	水煮甜玉米	玉米穗半條	1620P	優酪乳養樂
			玉米粒富士	30		吻仔魚熟	2		蒜末	1		奶油	1磅	鮮豆漿養樂
			皮蛋提前											鮮奶全脂養
			高麗菜切追	56		蔥	2		粗絞肉台優	6				小米
			紅蘿蔔絲追	8		花生片燒仙	6							
			乾香菇片台	2台斤										
			洗選蛋追溯	12										人數:1,600
			紅蔥末	2										
3月14日週四	小米飯	筍干燒鴨	櫻桃鴨肉丁	120	麻婆豆腐	薄板豆腐盤	26盤	有機高麗菜	高麗菜有機	134	冬瓜排骨湯	冬瓜大丁追	60	燕麥粒15
			筍干	36		粗絞肉台優	18		紅蘿蔔絲追	5		中排骨台優	9	蘋果汁養樂
			蒜仁	1		玉米粒富士	8		粗蒜末	1		嫩薑絲	1	紅豆履歷20
			薑片	1		蔥	2		木耳絲追溯	3		秀珍菇追溯	6	
			油豆腐丁傳	28		紅蔥末	2							
														人數:1,600
3月15日週五	燕麥飯	滷蛋皮絲	水煮蛋(台灣	1620pc	焗汁洋芋	螺絲麵	25包	翠綠油菜	履歷油菜截	134	紫米紅豆湯	紫米黑糯米	20	乳酪蒸果子
			千層豆干非	40		洋芋大丁追	60		蒜末	1		桂圓	2盒	
			鈕菇台灣台	2台斤		紅蘿蔔小丁	8		鮑魚菇追溯	6		二砂包糖一	20包	
			蒜仁	2		綠花加工追	10					西谷米	5	
			薑片	1		康寶白汁粉	4包					紅豆提前		
			萬用滷包布	20粒		乳酪絲	3							
						玉米粒富士	30							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學年度第二學期第 6 週

用餐人數：　1,600　　單位：公斤　　印表日期：　0113.02.20

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	
3月18日週一	麥片飯	咕咾肉	上肉丁台優	104	筍茸炒肉	筍茸	156	有機菠菜	菠菜有機切	136	剝皮辣椒雞湯	冬瓜大丁追	50	水果
			鳳梨丁桶裝	5桶		上肉絲台優	18		粗蒜末	1		骨腿丁台優	18	麥片15
			洋蔥大丁追	15		紅蘿蔔絲追	8		秀珍菇追溯	6		薑片	1	胚芽米
			紅蘿蔔片追	8		蒜末	2					剝皮辣椒	10罐	
			青椒切追溯	4								乾香菇片台	1台斤	
			蒜末	1										
			豆薯大丁追	30										人數:1,600
3月19日週二	胚芽飯	親子丼	骨腿丁台優	141	黃瓜鶉蛋	大黃瓜厚片	90	蒜香青江菜	履歷青江菜	130	榨菜肉絲湯	榨菜絲特	24	綜合堅果隨
			洋蔥中丁追	18		鶉蛋(台灣)	20		粗蒜末	1		上肉絲台優	12	
			紅蘿蔔絲追	6		紅蘿蔔絲追	8		生香菇朵在	6		紅蔥末	1	
			洗選蛋追溯	9		木耳絲追溯	6					金針菇追溯	15	
			海苔絲	3包		蒜末	1.5					蔥	0.6	
			蔥	2										
			蒜末	2										人數:1,600
3月20日週三	飯	西班牙燉飯	蝦仁台灣	10包	義式茄汁肉丸	洋蔥切絲追	20	薑汁蚵白菜	履歷蚵白菜	135	南瓜濃湯	南瓜去皮小	20	優酪乳養樂
			綠花加工追	30		柴魚絲	2包		嫩薑絲	1		洋芋小丁追	13	鮮豆漿養樂
			洋蔥小丁追	15		蕃茄糊可果	2桶		鮑魚菇追溯	6		洋蔥中丁追	8	鮮奶全脂養
			三色豆	30		海苔絲極細	2包					洗選蛋追溯	15	小米15
			乳酪粉	3罐		獅子頭四十	1620pc					培根小片津	9	
			奶粉公斤	6		蕃茄醬可果	3桶					奶粉公斤	8	
			香芹粉	1罐										
			義大利香料	1罐										
			雞清丁台優	24										人數:1,600
3月21日週四	小米飯	泰式打拋肉	粗絞肉台優	111	西芹魷魚	西洋芹菜切	87	翠綠油菜	履歷油菜截	134	日式味噌湯	薄板豆腐盤	11盤	保久乳福樂
			豆干丁非基	35		蒜末	1		蒜末	1		味噌三公斤	3盒	蕎麥15
			洋蔥小丁追	25		紅蘿蔔片追	8		鮑魚菇追溯	6		蔥	1	
			蕃茄小丁履	25		生香菇朵追	9					乾海帶芽	0.6	
			九層塔作清	1.5		魷魚切QR嘉	16包					洋蔥小丁追	16	
			紅蔥末	3		蔥	1					正大骨台優	12	
			魚露泰式	2罐										
			檸檬汁鮮	3瓶										人數:1,600
3月22日週五	蕎麥飯	紅燒豆腸	豆腸炸過非	60	日式蒸蛋	洗選蛋追溯	88	蒜香福山萵苣	履歷福山萵	135	綠豆地瓜湯	綠豆	20	奶酥麵包
			酸菜絲	12		乾海帶芽	0.8		紅蔥末	2		黃地瓜中丁	30	
			木耳絲追溯	5		生香菇朵追	9		粗絞肉台優	3		二砂包糖一	20包	
			嫩薑絲	1.5		玉米粒山內	30					地瓜圓	9	
			紅蘿蔔片追	6		柴魚片半斤	2包					芋圓	9	
			九層塔作清	2										
			百頁豆腐切	39										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學年度第二學期第 7 週

用餐人數：　1,600　　單位：公斤　　印表日期：　0113.02.20

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	
3月25日週一	紅藜飯	椒鹽排骨丁	上肉丁台優	60	起司年糕	洋芋小丁追	70	蒜香青江菜	履歷青江菜	134	九尾雞湯	骨腿丁台優	24	水果
			排骨丁台優	51		紅蘿蔔小丁	10		粗蒜末	1		九尾苔草追	5	燕麥粒15
			洋蔥大丁追	15		韓式辣椒醬	2盒		鮑魚菇在地	6		嫩薑絲	1.5	
			紅甜椒切追	5		韓式年糕	48包					玉米穗段	42	
			黃甜椒切追	5		粗蒜末	1					薑片	1	
			螺旋麵三色	10包		洋蔥中丁追	20							
			蒜仁	2		生香菇朵在	6							
						乳酪絲	5							人數:1,600
3月26日週二	燕麥飯	南瓜椰漿燉雞	骨腿丁台優	120	螞蟻上樹	冬粉粒特級	21	蒜香福山萵苣	履歷福山萵	134	酸菜白肉鍋	酸白菜	18	綜合堅果隨
			南瓜去皮小	40		高麗菜切追	50		紅蔥末	2		大白菜切追	33	
			杏鮑菇支追	9		粗絞肉台優	12		粗絞肉台優	3		上肉片台優	12	
			綠花加工追	25		紅蘿蔔絲追	6					嫩薑絲	2	
			茄子追溯	8		木耳絲追溯	6					紅蘿蔔片追	3	
			椰漿粉	4		粗蒜末	1.5					蔥	1	
			香茅粉檸檬	1包										
			香菜	1										
			奶粉公斤	2										人數:1,600
3月27日週三		海陸麵線糊	紅麵線	48	十三香雞排	香雞排(台灣	1620?	蒜香菠菜	履歷菠菜截	140	刈包	刈包	1600pc	鮮豆漿光泉
			上肉絲台優	18		十三香(素可	1盒		蒜末	1				紫米黑糯米
			鮮筍絲追溯	16		蒜泥	1		金針菇追溯	5				
			紅蘿蔔絲追	5										
			木耳絲追溯	5										
			紅蔥末	2										
			鈕菇台灣	1										
			大白菜切追	50										
			香菜	1										
			蝦仁台灣	6包										
			魷魚切QR嘉	6包										人數:1,600
3月28日週四	紫米飯	日式柴燒魚丁	鯰魚丁QR沈	140	腰果四色	洋芋中丁追	50	有機味美菜	味美菜有機	130	青菜蛋花湯	蚵白菜切追	36	柳橙綜合果
			白芝麻熟	0.6		玉米粒富士	30		粗蒜末	1		洗選蛋追溯	24	
			海苔絲極細	2包		腰果生	5		生香菇朵追	6		正大骨台優	9	
			柴魚片半斤	2包		紅蘿蔔小丁	10					嫩薑絲	1	
			百頁豆腐切	28		毛豆仁履歷	20					紅蘿蔔絲追	8	
			蒜泥	1		粗蒜末	1.5							
			香菜	0.6		粗絞肉台優	12							
			照燒醬大	2桶										人數:1,600
3月29日週五	地瓜飯	三杯麵腸	麵腸片	90	蕃茄炒蛋	洗選蛋追溯	96	蒜香高麗菜	履歷高麗菜	130	珍珠鮮奶茶	濕粉圓大珍	33	黃地瓜中丁
			酸菜絲	15		蕃茄去蒂履	48		紅蘿蔔絲追	5		紅茶包卡薩	3袋	起司貝果
			粗蒜末	2		蔥	2		粗蒜末	1		奶粉公斤	5	
			薑片	2		洋蔥小丁追	15		白精靈追溯	4.8		二砂包糖一	20包	
			蔥	2										
			九層塔作清	2										
			杏鮑菇支追	24										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