

臺中市烏日區九德國小午餐食譜數量設計表 114學年度第二學期第 16 週

用餐人數： 1,680

單位：公斤

印表日期：0115.05.26

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		日期
			材 料	數量		材 料	數量		材 料	數量		材 料	材	
6月1日週一	麥片飯	梅干扣肉	祥蹄膀肉角	48	鮮蔬河粉	寬粉絲特級	12	有機空心菜	空心菜有機	110	玉米濃湯	玉米粒富士	30	麥片 15K 胚芽米 15K 水果(溪南) 人數:1,680
			上肉丁台優	60		粗絞肉台優	18		粗絞肉台優	6		洋芋小丁	16	
			蒜仁	1		高麗菜台優	40		紅蔥末	1.5		粗絞肉台優	9	
			薑片	2		履歷紅蘿蔔絲	6					奶油安佳	4磅	
			粗冰糖三公	2包		木耳絲追溯	6					奶粉公斤	5	
			梅干菜朴菜	12		蒜末	1.5					洗選蛋追溯	9	
			筍干	60		新竹炊粉細	6					洋蔥切絲	5	
			蔥	1.5		紅蔥末	1.5					履歷紅蘿蔔小丁	3	
				履歷芹菜去	1.5									
6月2日週二	胚芽飯	豆乳燒雞	骨腿丁台優	132	鳳梨炒木耳	鳳梨去皮	36	翠綠油菜	履歷油菜截	120	榨菜肉絲湯	榨菜絲特	42	綜合堅果隨(溪南) 人數:1,680
			高麗菜台優	30		木耳絲追溯	30		蒜末	1		上肉絲台優農	15	
			蔥	2		百頁豆腐切	25		秀珍菇追溯	6		冬粉粒狀特	6	
			豆腐乳素非	6罐		上肉絲台優	24					蔥	1	
			薑片	1		角螺非基改	5.4							
			千層豆干非	20		履歷紅蘿蔔	5							
			鈕菇台灣	1		蔥	1.5							
			蒜泥	1		蒜末	1.5							
6月3日週三	嘉義雞肉飯	嘉義雞	雞清丁台優	60	酥炸魷魚排	魷魚排CAS	1700pc	蒜香蚵白菜	履歷蚵白菜	136	古早味豬血湯	筍干	6	紫米黑糯米 15K 鮮奶新鮮屋 鮮豆漿光泉(溪南) 人數:1,680
			粗絞肉台優	24		蝦餅	5包		蒜末	1		豬血切(使用)	36	
			紅蔥末	4		蒜仁	2		生香菇朵追	6		薄板豆腐盤	6盤	
			蒜泥	1		蔥	1.5					上肉片台優	6	
			粗蒜末	1								嫩薑絲	1	
			履歷小黃瓜厚片	16								香菜	0.5	
												韭菜切段追	1	
6月4日週四	紫米飯	蒲燒鯛魚	蒲燒鯛魚腹	1620pc	嫩炒海帶根	海帶根	75	蒜香青江菜	履歷青江菜	114	酸白菜鍋	酸白菜	18	小米 15K 蘋果汁養樂(溪南) 人數:1,600 (403、405、501停餐)
			百頁豆腐切	25		上肉絲台優	12		粗蒜末	1		包心白菜切	30	
			白芝麻熟	0.5		履歷紅蘿蔔	10		鮑魚菇追溯	6		上肉片台優	12	
			柴魚絲110g	6包		金針菇有機	5					嫩薑絲	2	
			海苔絲極細	1包		嫩薑絲	1					履歷紅蘿蔔片	4	
			裸紙	100pc		粗黃豆干絲	20					蔥	1	
						蔥	2					油豆皮非基	3.6	
6月5日週五	小米飯	三杯滷味	杏鮑菇支有	24	烤玉米穗	玉米穗半條Q	1700pc	蒜香高麗菜	履歷高麗菜	136	珍珠鮮奶茶	濕粉圓小珍	24	蒸果子牛奶(溪南) 人數:1,680
			大溪黑豆干	50		烤肉醬5L	2桶		粗蒜末	2		紅茶包卡薩	3包	
			鵝蛋QR福霖	25		薑片	1		秀珍菇追溯	6		奶粉公斤	6	
			水晶芋粿甜	20包		蒜泥	1.5		履歷紅蘿蔔片	4		二砂包糖一	20包	
			履歷紅蘿蔔大丁	10		蒜粉1kg	1包					白粉圓	12	
			九層塔作清	1.2								麥茶(幼兒園)	3包	
			蒜末	2								濕粉圓小珍	1	
			薑片	2								白粉圓	1	

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%。小葉菜類3~6%；包葉菜類2~3%；瓜菜類2~3%。過敏原：本份菜單含有甲殼類、魚類、堅果類、芝麻、花生、奶類、蛋、含麩質之穀物、大豆、使用亞硫酸鹽類等及其製品，不適合對其過敏體質者食用。

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 114學年度第二學期第 17 週

用餐人數： 1,680

單位：公斤

印表日期：0115.05.26

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	
6月8日週一	紅藜飯	咖哩雞	骨腿丁台優	132	麻油蛋麵線	杏鮑菇支有	39	蒜香青江菜	履歷青江菜	120	竹筍高纖湯	鮮筍片追溯	50	紅藜 2臺斤 水果(溪南)
			洋芋大丁	30		高麗菜台優	25		粗蒜末	1		金針菇有機	15	
			洋蔥大丁	15		生香菇朵追	6		鮑魚菇追溯	6		履歷芹菜去	2	
			履歷紅蘿蔔大丁	10		上肉片台優	12					正大骨台優	12	
			綠咖哩塊	6盒		鶉蛋QR福霖	15					乾魷魚絲	1	
			甜咖哩塊一	3盒		玉米穗段CAS	15					蒜末	1	
						薑片	2					洋蔥大丁	6	
				白麵線	6								人數:1,680	
6月9日週二	芝麻飯	冰糖醬鴨	櫻桃鴨肉丁Q	135	港式雙喜	燒賣(使用台)	1620pc	蒜香花椰菜	薑末	1	青菜蛋花湯	履歷蚵白菜	38	黑芝麻熟 1K 綜合堅果隨(溪南)
			米血丁CAS	11包		珍珠丸(使用)	1620pc		履歷紅蘿蔔片	5		洗選蛋追溯	12	
			甜麵醬十全	4盒					綠花椰菜CAS	78		正大骨台優	9	
			薑片	2					白花冷凍台	48		嫩薑絲	2	
			蒜仁	1								履歷紅蘿蔔絲	8	
			冰糖一公斤	2										
			洋蔥大丁	5										
6月10日週三	塔香海鮮炒麵	白油麵	鮭魚圈CAS	29包	滷雞腿	雞腿六台優	1620pc	翠綠油菜	履歷油菜截	130	酸辣湯	薄板豆腐盤切小丁	6盤	有機白米90K 有機糙米30K 鮮奶新鮮屋 鮮豆漿光泉(溪南)
			蝦仁QR3K包	4包		薑片	2		蒜末	1		鮮筍絲追溯	12	
			乾香菇片台	2台斤		蒜仁	2		秀珍菇追溯	6		木耳絲追溯	7	
			高麗菜台優	35		十三香(素可)	1盒					履歷紅蘿蔔絲	7	
			上肉絲台優	12								上肉絲台優	9	
			蔥	1								洗選蛋追溯	8	
			履歷紅蘿蔔絲	5								豬血切(使用)	15	
			紅蔥末	2								蔥	1	
			冬蝦	2										
			九層塔作清	1.5										
6月11日週四	有機飯	鶉蛋肉燥	粗絞肉台優	87	絲瓜鮮燴	絲瓜切追溯	85	有機高麗菜	高麗菜有機	115	泡菜火鍋湯	泡菜	12	蘋果汁養樂(溪南)
			豆干丁非基	40		上肉片台優	21		履歷紅蘿蔔絲	5		包心白菜切	25	
			紅蔥末	2		履歷紅蘿蔔片	8		粗蒜末	1		正大骨台優	9	
			水煮花生	5		木耳絲追溯	5		木耳絲追溯	2.5		薄板豆腐盤切小丁	3盤	
			鶉蛋QR福霖	13		蒜末	0.8					金針菇有機	10	
		有機黑蠔菇	13									人數:1,415		
6月12日週五	香鬆飯	糖醋豆包	炸豆包非基	50	翡翠蒸蛋	洗選蛋追溯	76	蒜香蚵白菜	履歷蚵白菜	100	蓮子銀耳湯	白木耳(乾)	2	素肉鬆 8斤 牛奶球麵包(溪南)
			鳳梨丁(大)	3桶		翡翠	8盒		蒜末	1		蓮子台灣	5台斤	
			木耳絲追溯	12		生香菇片追	6		生香菇朵追	6		桂圓	3盒	
			杏鮑菇支有	18		梅花片(臺灣)	6					紅棗台灣	1台斤	
			青椒切追溯	4		玉米粒富士	8					二砂包糖一	16包	
			履歷紅甜椒	4										
			嫩薑絲	1.5										
			蕃茄糊可果	2桶										
			金針菇有機	10										

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%。小葉菜類3~6%；包葉菜類2~3%；瓜菜類2~3%。過敏原：本份菜單含有甲殼類、魚類、堅果類、芝麻、花生、奶類、蛋、含麩質之穀物、大豆、使用亞硫酸鹽類等及其製品，不適合對其過敏體質者食用。

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 114學年度第二學期第 18 週

用餐人數： 1,415

單位：公斤

印表日期：0115.05.26

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	
6月15日週一	麥片飯	佛跳牆	包心白菜切	34	美味蝦鬆	豆薯小丁追	43	翠綠油菜	履歷油菜截	101	白 卜 玉米湯	白蘿蔔大丁	42	麥片 15K 水果(溪南) 五穀米 15K 人數:1,415
			履歷紅蘿蔔片	4		蝦仁QR3K包	5包		蒜末	1		玉米穗段CAS	15	
			鈕菇台灣斤	2台斤		玉米粒富士	30		秀珍菇追溯	6		正大骨台優	9	
			祥豬腳丁台	33		素肉鬆	5台斤					芹菜去葉	1	
			上肉丁台優	42		履歷紅蘿蔔小丁	7							
			薑片	1		蒜末	1							
			蒜仁	1.5		蔥	2							
			香菜	0.5										
			鵝蛋QR福霖	9										
			筍干	20										
芋頭大丁追	21													
6月16日週二	五穀飯	泰式檸檬雞翅	雞翅七台優	1360pc	大阪燒高麗	高麗菜台優	88	蒜香蚵白菜	履歷蚵白菜	96	黃瓜排骨湯	大黃瓜薄片	48	綜合堅果隨(溪南) 人數:1,337 (301、501、504停餐)
			魚露	2罐		上肉片台優	15		蒜末	1		中排骨台優	15	
			蒜泥	1		履歷紅蘿蔔片	6		生香菇朵追	6		薑片	0.5	
			檸檬汁鮮200ml	2瓶		木耳絲追溯	6					履歷芹菜去	1	
			泰式甜辣醬	4瓶		粗蒜末	1					履歷紅蘿蔔片	2	
			香菜	0.4		柴魚片(控湯)	2包							
						蟬味絲(臺灣)	6							
						海苔絲極細	3包							
6月17日週三	什錦炒飯	什錦	上肉絲台優	30	蒜香豬排	豬大排八津	1435pc	蒜香青江菜	履歷青江菜	115	香菇雞湯	骨腿丁台優農	18	胚芽米 15K 鮮豆漿光泉 人數:1,415
			乾香菇片台	2台斤		蒜仁	1		粗蒜末	1		乾香菇片台	1台斤	
			火腿丁(台灣)	9		薑片	1		鮑魚菇追溯	5.4		薑片	1	
			玉米粒富士	21		蔥	2					桶蔭瓜	2桶	
			履歷紅蘿蔔絲	4								冬瓜中丁追溯	40	
			蝦仁QR3K包	2包										
			高麗菜台優	17										
			蔥	1.5										
6月18日週四	胚芽飯	酸菜魚	水滷片	1435pc	涼拌杏鮑菇	杏鮑菇支有	39	有機高麗菜	高麗菜有機	115	冬瓜仙草蜜	冬瓜糖塊	25塊	蘋果汁養樂(溪南) 人數:1,415
			蒜泥	1.5		玉米筍去皮	15		履歷紅蘿蔔絲	5		仙草凍五公	23包	
			檸檬汁鮮200ml	2瓶		上肉片台優	12		粗蒜末	1		二砂包糖	13包	
			角螺非基改	3.6		豆干片非基	30		木耳絲追溯	2.5				
			包心白菜切	20		花生片燒仙	2.5							
			乾辣椒	1包		蔥	2							
			酸菜絲	6		蒜泥	1.5							
			酸白菜	6		節瓜追溯	12							
			蔥	1.5										

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%。小葉菜類3~6%；包葉菜類2~3%；瓜菜類2~3%。過敏原：本份菜單含有甲殼類、魚類、堅果類、芝麻、花生、奶類、蛋、含麩質之穀物、大豆、使用亞硫酸鹽類等及其製品，不適合對其過敏體質者食用。

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 114學年度第二學期第 19 週

用餐人數： 1,415

單位：公斤

印表日期：0115.05.26

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	
6月22日週一	地瓜飯	秘製醬燒肉片	上肉片台優	93	花燴什錦	綠花椰菜	50	翠綠油菜	履歷油菜截	105	日式味噌湯	薄板豆腐盤	9盤	履歷地瓜大丁 34K 水果(溪南)
			高麗菜台優	50		培根小片津	9		蒜末	1		味噌三公斤	3盒	
			碎脯	12		履歷紅蘿蔔片	7		秀珍菇追溯	6		蔥	2	
			粗絞肉台優	6		蒜末	1.2					乾海帶芽	0.5	
			冬蝦	1		木耳絲追溯	2.5					洋蔥小丁	15	
			小魚干	1.5		白花冷凍台	48					正大骨台優	9	
			黃豆豉六百	2包		有機黑蠔菇	7							
			蒜末	1.5										
			辣椒	0.5										
			紅蔥末	1.5										
			沙茶醬牛頭	1桶										
			柴魚片(控湯)	1包										
			椒鹽粉一斤	1盒										
													人數:1,415	
6月23日週二	紅藜飯	蒜香奶油烤鱼	台灣鯛魚Q	142	韓式拌雜菜	菜豆(敏豆)	13	蒜香高麗菜	履歷高麗菜	105	剝皮辣椒雞湯	白蘿蔔大丁	45	綜合堅果隨(溪南) 紅藜 2臺斤
			節瓜追溯	9		履歷紅甜椒	7		粗蒜末	1.5		骨髓丁台優	18	
			檸檬汁鮮	2瓶		履歷黃甜椒	7		培根小片津	6		薑片	2	
			香菜	1		寬粉絲特級	9					剝皮辣椒	9罐	
			蒜泥	1		越南米線	10包					乾香菇片台	1台斤	
			奶油	3磅		白芝麻熟	0.5							
			白精靈追溯	5		粗白干絲非	13							
			洋芋大丁	20		韓式辣椒醬	2盒							
						蒜泥	1							
													人數:1,415	
6月24日週三	麵線糊	紅麵線	上肉絲台優	21	卡拉胸肉排	卡拉胸肉排	1435pc	蒜香青江菜	履歷青江菜	101	小紅豆包	小紅豆包桂	1435pc	黑米 15K
			鮮筍絲追溯	15					粗蒜末	1				
			木耳絲追溯	5					鮑魚菇追溯	5.4				
			紅蔥末	1										
			包心白菜切	40										
			乾香菇片台	2台斤										
			履歷紅蘿蔔絲	5										
													人數:1,415	
6月25日週四	黑米飯	荷葉蒸排骨	排骨丁台優	24	白菜滷	包心白菜切	95	蒜香蚵白菜	履歷蚵白菜	115	瓠瓜丸子湯	瓠瓜去皮追	45	十穀米 15K 蘋果汁養樂(溪南)
			上肉丁台優	72		履歷紅蘿蔔片	6		蒜末	1		虱目珍珠丸	12	
			蒸肉粉真好	3包		木耳絲追溯	6		生香菇朵追	6		排骨丁台優	9	
			荷葉	68張		洗選蛋追溯	7					香菜	0.4	
			蒜仁	2		粗蒜末	1							
			薑片	1		乾香菇片台	1台斤							
			履歷地瓜大	40		冬蝦	0.4							
		上肉片台優	18											
													人數:1,415	
6月26日週五	蒜香奶油薑黃飯	三杯嫩豆腐丁	嫩油豆腐丁	91	阿婆茶葉蛋	水煮蛋	1440pc	有機青油菜	青油菜有機	115	綠豆地瓜湯	綠豆	17	菠蘿奶酥麵(溪南) 蒜末 4K 奶油 6磅 薑黃粉 1K
			杏鮑菇支有	9		紅茶包小	10pc		粗蒜末	1		履歷地瓜中	25	
			蔥	1		水煮蛋(幼兒園)	160pc		鮑魚菇追溯	6		二砂包糖一	17包	
			蒜末	1		蒜仁(幼兒園)	1.5					地瓜圓	5	
			薑片	1		萬用滷包(幼)	2pc					芋圓	5	
			九層塔作清	2		枸杞(幼兒園)	2台斤							
			乾香菇片台	1台斤										

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%。小葉菜類3~6%；包葉菜類2~3%；瓜菜類2~3%。過敏原：本份菜單含有甲殼類、魚類、堅果類、芝麻、花生、奶類、蛋、含麩質之穀物、大豆、使用亞硫酸鹽類等及其製品，不適合對其過敏體質者食用。

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 114學年度第二學期第 20 週

用餐人數： 1,415

單位：公斤

印表日期：0115.05.26

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	
6月29日週一	麥片飯	唐揚炸雞	雞胸丁台優	81	韓式年糕	包心白菜切	43	蒜香青江菜	履歷青江菜	101	關東煮湯	白蘿蔔大丁	50	麥片 15K 水果(溪南)
			地瓜薯條	45		履歷紅蘿蔔小丁	10		粗蒜末	1		小黑輪條如	9	
			白芝麻熟	0.5		韓式年糕	42包		鮑魚菇追溯	6		杏鮑菇支有	9	
			味耐大罐	2瓶		粗蒜末	1					正大骨台優	9	
			海苔絲極細	6包		洋蔥中丁	13					履歷芹菜去	2	
			低筋麵粉公	3		生香菇朵追	6					柴魚片(控湯)	2包	
			沙拉醬大	5包		乳酪絲	4							
			洗選蛋追溯	5		上肉片台優	9							
		蒸煮麵維力	34包											人數:1,415
6月30日週二	地瓜飯	親子丼	骨腿丁台優	126	香菜米血糕	米血丁CAS	23包	有機銀芽	綠豆芽有機	101	石頭火鍋	洋蔥大丁	10	履歷地瓜大丁 34K 綜合堅果隨(溪南)
			洋蔥中丁	17		四方干公斤	26		紅蔥末	2		角螺非基改	3.6	
			履歷紅蘿蔔絲	6		花生粉	2.5		韭菜切段追	2		玉米穗段CAS	18	
			洗選蛋追溯	8		香菜	0.6		上肉絲台優	9		乾魷魚絲	1	
			海苔絲	3包		蒜泥	1.5					虱目珍珠丸	9	
			蔥	2								履歷紅蘿蔔大丁	9	
			蒜末	2								包心白菜切	18	

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%。小葉菜類3~6%；包葉菜類2~3%；瓜菜類2~3%。過敏原：本份菜單含有甲殼類、魚類、堅果類、芝麻、花生、奶類、蛋、含麩質之穀物、大豆、使用亞硫酸鹽類等及其製品，不適合對其過敏體質者食用。

全面使用臺灣豬肉