

供應人數：1625+40

(肉品及可食豬肉部位 皆使用國產豬)

日期	9月1日 星期一			9月2日 星期二			9月3日 星期三			9月4日 星期四			9月5日 星期五		
飯	麥片飯			紅米糙米飯			特餐			燕麥飯			素香鬆飯(蔬食日)		
項目	菜名	材料	採購量(kg)	菜名	材料	採購量(kg)	菜名	材料	採購量(kg)	菜名	材料	採購量(kg)	菜名	材料	採購量(kg)
主菜	古早味肉燥	粗絞肉	110	三杯魚丁	鬼頭刀魚丁15%	155	魷魚肉羹麵	黃油麵	196	梅汁翅小腿	翅小腿	3300pc	蜜汁干丁	四方干	52
		乾香菇絲	1.5		杏鮑菇	10		魷魚條	32		梅汁醬	3罐		素米血丁3K	21
		豆干小丁	40		櫛瓜去頭	9		肉羹CAS	30		香菜	1		素水晶餃	6
		鵪鶉蛋	15		薑片	1.5		九層塔	2		白芝麻	1		冷凍青花菜切	10
		紅蔥末	2		蒜泥	1		紅蘿蔔絲	5		薑片	1.5		紅蘿蔔大丁	5
					九層塔	2		筍絲	5		蒜仁	1.5		三角油腐	15
		先送紅米	2					紅蔥末	2		冰糖	8包		蒜泥	1
		先送糙米	13					豆芽菜	22						
		麥片	15					雞蛋	10		先送五穀米	15		富貴香鬆	6包
								柴魚片	3包						
副菜	海鮮蒸蛋	蝦仁	5	五更什錦	板豆腐4.5切	15板	章魚燒	花枝丸	3300pc	黑珍珠炒瓠瓜	瓠瓜粗絲	123	歐姆炒蛋	洗選蛋	94
		蛤蜊	15		豬血丁	52		柴魚絲	3包		胡蘿蔔絲	10		玉米粒	13
		生香菇	5		豬肉絲	12		海苔絲	2包		肉絲	9		杏鮑菇	9
		雞蛋	110		酸菜絲	6		蒜泥	1		黑珍珠菇	10		紅黃椒	5
		珠貝	1		角螺	5.4					冬蝦	1		乳酪絲	5
		青蔥	2		乾辣椒	1包					青蔥	1		乳酪粉	2包
					薑絲	1		先送燕麥	15		蒜末	1		奶粉	2
					香菜	1									
		時蔬青菜	空心菜		空心菜切	120		高麗菜	高麗菜切		125	青江菜		青江菜切	130
蒜末	1			胡蘿蔔片	5	蒜末	1		薑絲	1	蒜末		1		
蝦醬	6罐			蒜末	1	杏鮑菇	3		胡蘿蔔絲	3	秀珍菇		5.5		
冬蝦	1			培根	5										
				木耳絲	3										
湯	關東煮湯	白蘿蔔大丁	36	香菇雞湯	骨腿丁	18	叉燒包	大家叉燒包	1670P	石頭火鍋湯	洋蔥大丁	10	紅豆紫米湯	紅豆	26
		金針菇	5		蘿蔔切	50		經典傳家系列			蒜末	2		紫米	15
		黑輪切	15		特小鈕菇	1					乾魷魚絲	2		西谷米	5
		紅蘿蔔大丁	5		薑片	1					鮮筍片	40		二砂	20包
		肉片	12		蔭瓜	3桶					肉片	9			
		柴魚片	2包								小貢丸	6			
		芹菜去葉	1								香菜	1			
		玉米穗段	15												
飲品/水果				水果			乳品			水果					
備品				備品						備品					

供應人數：1625+40

(肉品及可食豬肉部位 皆使用國產豬)

日期	9月8日 星期一			9月9日 星期二			9月10日 星期三			9月11日 星期四			9月12日 星期五			
飯	小米飯			紫米飯			特餐			糙米飯			蒜香奶油薑黃飯(蔬食)			
項目	菜名	材料	採購量(kg)	菜名	材料	採購量(kg)	菜名	材料	採購量(kg)	菜名	材料	採購量(kg)	菜名	材料	每人(g)	採購量(kg)
主菜	蒙古烤肉	火鍋肉片	114	蒜香雞菲力	雞柳條	150	吻魚海鮮粥	肉絲	27	紅麴豬腳麵線	豬腳丁Q	50	泡菜油腐	油豆腐	26	42
		洋蔥絲	30		蒜片	1.5		生香菇	6		肉丁CAS	60		角螺1.8	3	5.4
		紅蘿蔔片	4		蒜泥	1		魷仔魚	6		鵪鶉蛋	15		杏鮑菇	9	15
		高麗菜切	42		十三香	2盒		蝦仁	8		紅蘿蔔大丁	5		大白菜切	26	42
		豆干片	23		雞蛋	40pc		高麗菜切	51		白麵線切6	6		不辣韓式泡菜	11	18
		九層塔	2		櫛瓜	6		胡蘿蔔小丁	6		紅蔥末	1.5		韓式年糕	7	27包
		蒜末	1		彩色通心粉	10包		奶粉	6		薑片	1		乳酪絲	3	5包
		柴魚片	2大包			紅蔥末		2	(不要豬蹄)			青蔥		1	1	
		味咻	2大罐			芹菜去葉		1.5	紅麴醬		4罐	蒜末			4	
		照燒醬	3大桶						先送蕎麥		15	安佳奶油454g			6大條	
		小米	15									鬱金香粉			1大罐	
		先送紫米	15													
副菜	鴛鴦粉絲	冬粉	13	蛋酥絲瓜	雞蛋	5	虱目魚塊	調理虱目魚塊	3300P	客家小炒	豆干片	62	十三香滷蛋	水煮蛋	55	1670P
		埔里米粉	10		絲瓜切	122		(桂冠每人2塊)			乾魷魚絲	2		乾鈕菇	1	1
		高麗菜切	50		紅蘿蔔絲	10		洋芋薯條	26		芹菜去葉	32		蒜粒		1
		肉絲	18		金針菇	5		胡椒鹽	2盒		肉絲	15		青蔥		1.5
		紅蘿蔔絲	6		乾香菇絲	1		蒜片	1.5		胡蘿蔔絲	10		五香粉		1盒
		木耳絲	6		素蟬味絲	6		青蔥	1		青蔥	2				
		芹菜去葉	1.5		冬蝦	2		先送糙米	15		蒜末	1				
		蒜末	1.5		薑絲	1										
		紅蔥末	1.5		香菜	1.5										
時蔬青菜	高麗菜	高麗菜切	128	小白菜	小白菜切	130	有機莧菜	有機莧菜切	130	地瓜葉	地瓜葉切	130	青江菜	青江菜切	80	130
		胡蘿蔔絲	3		蒜末	1		小魚乾	3		粗絞肉	6		蒜末	1	1
		生香菇	3		胡蘿蔔切	5.5		蒜末	1		紅蔥末	3		胡蘿蔔粗絲	3	5
		蒜末	1													
湯	酸辣湯	鮮筍絲	15	山藥玉米湯	紅棗	4包	黑糖金絲捲	黑糖金絲捲	1670pc	番茄黃芽湯	番茄	40	珍珠鮮奶茶	白粉圓	9	15
		榨菜絲	6		玉米段	42		(七品蓮)			黃豆芽	42		粉圓	7	12
		肉絲	9		芹菜去葉	2		(40g/顆)			龍骨丁	12		紅茶包		3大包
		板豆腐切絲	7板		紅蘿蔔大丁	5					肉片	12		奶粉	4	7
		木耳絲	5		排骨丁	12					青蔥	1		二砂		20包
		胡蘿蔔絲	5		山藥大丁	22					薑片	1				
		豬血絲	6											麥茶籽		0.3
		青蔥	2											(幼兒園不用紅茶包)		
飲品/水果			水果				鮮乳	1670P	水果							
備品				備品			備檢品	62P		備品						

供應人數：1625+40

(肉品及可食豬肉部位 皆使用國產豬)

日期	9月15日 星期一			9月16日 星期二			9月17日 星期三			9月18日 星期四			9月19日 星期五		
飯	麥片飯			南瓜飯			特餐			蕎麥飯			有機糙米飯-蔬食日		
項目	菜名	材料	採購量(kg)	菜名	材料	採購量(kg)	菜名	材料	採購量(kg)	菜名	材料	採購量(kg)	菜名	材料	採購量(kg)
主菜	鹽水雞	骨腿丁	132	筍丁蒸肉餅	粗絞肉	120	散壽司	壽司醋600ml	20罐	剝椒魚丁	水鯊魚丁	160	柚香素雞丁	素雞丁	54
		冷凍青花菜切	36		冷凍玉米粒	42		(牛)玉米粒	15桶		洋蔥切大丁	10		洋蔥大丁	25
		筍片	24		鮮筍丁	30		蝦仁	18		百頁豆腐丁	40		杏鮑菇	21
		玉米筍	8		青蔥	2		上肉片	51		蒜泥	1		胡蘿蔔片	5
		薑片	1.5		紅蔥末	2		梅花片	6		泰式甜辣醬	6罐		紅椒切	9
		青蔥	2		蒜泥	1		素蟬味絲	6		乾辣椒	1包		青椒切	9
		蒜泥	2		肉桂粉	1盒		海苔絲極細	6包		青蔥	2		油豆腐丁	40
								熟白芝麻	2					青蔥	2
								白柴魚片300g細	4包					蒜泥	1.5
								味醂大罐	1罐					光泉柳橙汁1.4L	3罐
		麥片	15		南瓜切	40		富貴牌素香鬆	6包		先送有機糙米	30		韓式柚子醬2K	3罐
副菜	柴香大根	白蘿蔔大丁	90	醬燒桂竹筍	殺菁桂筍切	99	沙茶滷雞腿	雞腿D6	1670P	醋溜木耳	木耳	55	蒜香黑豆干	大黑干切丁	80
		豬肉丁	9		木耳	9		熟白芝麻	1		小黃瓜絲	30		甜不辣條	40
		海帶結	10		紅蘿蔔片	6		柴魚細絲	2包		鳳梨去皮	35		青蔥	1
		如記小黑輪	9		肉絲	15		烤肉醬	2大罐		金針菇	6		香菜	1
		胡蘿蔔大丁	6		角螺1.8	4包					蒜末	1.5		蒜泥	1
		粗蒜末	1		蒜末	1					香菜	1			
		芹菜去葉	1		青蔥	1		先送蕎麥	15		熟白芝麻	0.6			
		雙魚柴魚片	2包								花生粒	1包			
											肉絲	12			
時蔬青菜	空心菜	空心菜切	120	青江菜	青江菜切	130	高麗菜	高麗菜切	125	有機小松菜	有機小松菜切	130	小白菜	小白菜	130
		蝦米	1		蒜末	1		蒜末	1		蒜末	1		胡蘿蔔絲	3
		紅蔥末	1.5		胡蘿蔔絲	3		胡蘿蔔絲	3		白精靈菇	3		薑絲	1
		粗絞肉	3					木耳絲	3						
湯	四神湯	龍骨丁	24	榨菜肉絲湯	榨菜絲	42	鮮魚味噌湯	鴻喜菇	15	冬瓜蛤蜊湯	冬瓜大丁	63	綠豆地瓜湯	綠豆	16
		洋蔥仁	8		肉絲	15		水鯊魚丁	20		蛤蜊	15		地瓜大丁	40
		蓮子	1.8		冬粉(3K)	6		板豆腐切	11板		薑絲	1		台糖二砂	1袋
		淮山	0.6		青蔥	1		乾海芽	1		芹菜去葉	2		芋圓	9
		芡實	0.6					青蔥	1		大骨	9		地瓜圓	6
		山藥去皮	30					味噌	4箱						
		薑片	1					柴魚片	2包						
		當歸	1盒											有機白米	90
飲品/水果				水果				鮮乳	1670P	水果					
備品								備檢品	62P		備品				

供應人數：1625+40

(肉品及可食豬肉部位 皆使用國產豬)

日期	9月22日 星期一			9月23日 星期二			9月24日 星期三			9月25日 星期四			9月26日 星期五		
飯	小米飯			薏仁飯			特餐			五穀飯			素香鬆飯(蔬食)		
項目	菜名	材料	採購量(kg)	菜名	材料	採購量(kg)	菜名	材料	採購量(kg)	菜名	材料	採購量(kg)	菜名	材料	採購量(kg)
主菜	匈牙利燉肉	豬肉丁	111	芋香燒鴨	生鴨丁Q	132	青醬義大利麵	白油麵	200	蒜香奶油烤魚	水鯊魚丁	200	紅燒豆輪	小豆輪	6包
		馬鈴薯大丁	40		芋頭切大丁	55		玉米粒	30		櫛瓜	10		白蘿蔔大丁	50
		洋蔥大丁	25		胡蘿蔔切	10		粗絞肉	24		新鮮檸檬汁	2罐		熟花生	15
		紅番茄去蒂	16		乾香菇	1.2		洋蔥中丁	30		香菜	1		乾鈕菇小	1.2
		番茄糊	2罐		薑片	1		紅蘿蔔小丁	5		蒜泥	1		胡蘿蔔大丁	5
		月桂葉	1包		蒜仁	1		蝦仁3kg	21		奶油	3大塊		油腐丁	25
		義大利香料粉	1罐		青蔥	2		乳酪粉1K	4包					薑片	1
		檸檬香茅粉	1包					九層塔作清	5					蒜仁	1
		先送小薏仁	15					培根小片	12					青蔥	1
		小米	15					奶粉	3					富貴香鬆	6包
副菜	鮪魚玉米	玉米粒	60	椒麻雙色豆腐	板豆腐切	90	馬來炸雞翅	雞翅W6	1670pc	雙菇煨胡瓜	胡瓜切	120	蔥花菜脯蛋	雞蛋	110
		鮪魚罐頭	12桶		三角油腐	30		八角粉	1盒		鴻喜菇	9		菜脯	9
		洋蔥中丁	16		肉絲	9		義大利香料粉	1包		杏鮑菇	9		胡蘿蔔絲	15
		小黃瓜中丁	29		酸菜絲	9		薑黃粉	1		胡蘿蔔切	10		青蔥	6
		紅蘿蔔小丁	10		青蔥	1		孜然粉	1罐		肉片	6			
		蝦仁	5		寬冬粉	3		洗選蛋	1.2		蒜末	1			
		青蔥	1					低筋麵粉	5		蝦皮	0.6			
		安佳奶油	3塊												
時蔬青菜	地瓜葉	地瓜葉切	130	有機高麗菜	有機高麗菜切	125	小白菜	小白菜切	130	油菜	油菜切	130	空心菜	空心菜切	120
		紅蔥末	1.5		胡蘿蔔絲	3		胡蘿蔔絲	3		蒜末	1		蒜末	1
		絞肉	6		木耳	3		薑絲	1		雪白菇	3		秀珍菇	3
					蒜末	1									
湯	香茅雞湯	玉米穗段	45	肉骨茶湯	白蘿蔔大丁	50	玉米濃湯	雞蛋	25	古早味豬血湯	筍干	3	銀耳蓮子湯	白木耳	2.2
		紅蘿蔔大丁	8		排骨丁	12		洋蔥小丁	20		豬血切	40		蓮子(去心)	3.6
		骨腿丁	21		生香菇	6		馬鈴薯小丁	20		板豆腐切	3板		桂圓	1.8
		鮮香菇	9		蒜仁	1		玉米粒	20		肉片	9		紅棗	1包
		香茅葉	0.5		薑片	1		粗絞肉	6		薑絲	1		二砂	20包
		蛤蜊	12		肉骨茶包	15小包		奶粉	5		香菜	1			
		檸檬香茅粉250g	2罐		角螺	6					韭菜	1			
								先送五穀米	15						
飲品/水果			水果			飲品	履歷豆奶	1670P	水果						
備品				備品				62P		備品					

臺中市九德國民小學114學年度第1學期 9 月 第 5 週營養午餐食譜表

供應人數：1625+40

(肉品及可食豬肉部位 皆使用國產豬)

[illegible]