

臺南市山上國中廚房午餐食譜設計表 (107下第11週)

4月22日 (一)					4月23日 (二)					4月24日 (三)					4月25日 (四)					4月26日 (五)										
菜名	材料	數量	單位	金額	菜名	材料	kg	單位	金額	菜名	材料	數量	單位	金額	菜名	材料	數量	單位	金額	菜名	材料	數量	單位	金額						
白米飯	白米	7	公斤		白米飯	白米	7	公斤		白米飯	白米	7	公斤		白米飯	白米	7	公斤		白米飯	白米	7	公斤							
黑胡椒豬柳	里肌豬柳	6	公斤		大阪豬排	豬排	102	塊		三杯雞	光雞肉丁	6	公斤		炒飯	高麗菜	2.5	公斤		薑汁燒肉	火鍋肉片	6	公斤							
	洋蔥絲	4	公斤																											
	黑胡椒醬																													
螞蟻上樹	瘦絞肉	1	公斤		咖哩蔬菜丁	馬鈴薯丁	3.5	公斤		紅蘿蔔炒蛋	紅蘿蔔絲	4	公斤		韓式芽菜	冬粉	1	公斤		韭菜炒豬血	豬血丁	6.5	公斤							
	木耳絲																													
	大白菜	4	公斤																											
	紅蘿蔔絲	0.5	公斤																											
	蒜仁	0.1	公斤																											
	冬粉	1	公斤																											
炒青花椰菜	青花椰菜	5.5	公斤		炒地瓜葉	地瓜葉	5	公斤		炒油菜	油菜	6	公斤							炒花椰菜	花椰菜	5.5	公斤							
	薑絲	0.1	公斤																											
豆薯蛋花湯	豆薯絲	2	公斤		大黃瓜魚丸湯	大黃瓜	2	公斤		榨菜三絲湯	榨菜絲	1.5	公斤		冬瓜山粉圓	冬瓜露	3	公斤		酸菜鴨肉湯	鴨肉丁	2	公斤							
	雞蛋	1	公斤																											
	青蔥	0.1	公斤																											
	龍骨	1	公斤																											
水果		100	份		鮮奶	100	瓶							水果		100	份													

午餐執秘

主任

校長

臺南市山上區山上國中廚房午餐食譜設計表 (107下第12週)

4月29日 (一)					4月30日 (二)					5月1日 (三)					5月2日 (四)					5月3日 (五)							
菜名	材料	數量	單位	金額	菜名	材料	數量	單位	金額	菜名	材料	數量	單位	金額	菜名	材料	數量	單位	金額	菜名	材料	數量	單位	金額			
白米飯	白米	7	公斤		米粉	乾米粉	3	公斤		白米飯	白米	7	公斤		白米飯	白米	7	公斤		白米飯	白米	7	公斤				
咖哩雞丁	光雞肉丁	9	公斤		米粉湯	高麗菜	3.5	公斤		酥炸旗魚丁	旗魚丁	12	公斤		糖醋黑輪	小黑輪	2	公斤		南瓜滷肉	南瓜丁	4	公斤				
	馬鈴薯丁	1.5	公斤			紅蘿蔔絲	0.5	公斤			地瓜粉					洋蔥絲	3	公斤			腱肉丁	6	公斤				
	紅蘿蔔丁	1	公斤			芹菜	0.3	公斤			麵粉					黃甜椒	1.5	公斤			蒜仁	0.1	公斤				
	洋蔥丁	0.5	公斤			瘦肉絲	3	公斤			胡椒粉					番茄醬	適量				青蔥	0.2	公斤				
	咖哩粉					珍珠魚丸	1	公斤													醬油						
						香菇																					
						蝦米	0.1	公斤																			
塔香海茸	海茸	5	公斤		滷雞腿	蒜頭酥				麻婆豆腐	板豆腐	6	公斤		蒸蛋	雞蛋	5	公斤		鐵板豆芽	豆芽菜	5	公斤				
	蒜仁	0.1	公斤				瘦絞肉	2	公斤			青蔥	1	公斤			韭菜	0.5	公斤								
	九層塔	0.3	公斤			雞腿	102	支			蒜仁	0.1	公斤								黑胡椒粒						
											青蔥	0.3	公斤														
											豆瓣醬	適量															
豆菊大白菜	包心菜		公斤		藍莓麵包	藍莓麵包	102	顆		炒小白菜	小白菜	6	公斤		炒大陸妹	大陸妹	6	公斤		炒高麗菜	高麗菜	5	公斤				
	紅蘿蔔丁		公斤						薑絲		0.1	公斤		蒜仁		0.1	公斤		紅蘿蔔絲		0.5	公斤					
	豆菊		公斤																		木耳絲	0.5	公斤				
	蒜仁		公斤																								
冬瓜排骨湯	冬瓜	2	公斤							餛飩湯	里港餛飩	1.8	公斤		紫菜蛋花湯	紫菜				蘿蔔味噌湯	白蘿蔔丁	2	公斤				
	排骨	1	公斤						小白菜		1	公斤		雞蛋		1	公斤		小魚乾								
	薑片	0.1	公斤						芹菜		0.3	公斤		青蔥		0.1	公斤		雞蛋		1	公斤					
	薏仁	0.2	公斤															中華豆腐	3		盒						
																		青蔥	0.1		公斤						
														味噌													
水果		100	份		奶酪	100	瓶							水果		100	份										

午餐執秘

主任

校長

