

臺南市山上國中廚房午餐食譜設計表 (108上第16週)

12月9日 (一)					12月10日 (二)					12月11日 (三)					12月12日 (四)					12月13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	6	公斤		雞絲麵	雞絲麵	2	箱		白米飯	白米	6	公斤		白米飯	白米	6	公斤								
蒜泥白肉	火鍋肉片	6	公斤		當歸雞麵線	光雞肉丁	6	公斤		梅干扣肉	腱肉丁	6	公斤		薯餅	薯餅	85	塊								
	蒜仁	0.2	公斤			高麗菜	3	公斤			梅干菜	1.5	公斤													
	青蔥	0.2	公斤			薑絲	0.2	公斤			醬油															
						當歸藥包	0.3	公斤			糖															
						米酒																				
毛豆仁炒蛋	毛豆仁	3	公斤		蜜汁豆干	豆干大丁	5	公斤		鐵板豆芽	豆芽菜	4.5	公斤		炒海帶根	海帶根	2.5	公斤								
	紅蘿蔔丁	0.5	公斤			薑片	0.1	公斤			韭菜	0.3	公斤													
	雞蛋	2	公斤			滷味包																				
	黑胡椒粒					醬油																				
						砂糖																				
						八角																				
炒花椰菜	花椰菜	5	公斤		杯子蛋糕	杯子蛋糕	85	粒		炒青江菜	青江菜	4	公斤		炒菠菜	菠菜	5	公斤								
	紅蘿蔔	0.5	公斤						薑絲		0.1	公斤														
	蒜仁	0.1	公斤						秀珍菇		1	公斤														
餛飩湯	里港餛飩	1.8	公斤						大黃瓜魚丸湯	大黃瓜	1.5	公斤		翡翠豆腐蛋花湯	翡翠	2	盒									
	小白菜	1	公斤					魚丸		0.8	公斤															
	芹菜	0.2	公斤					龍骨		0.8	公斤															
水果		100	份		鮮奶	81	份							水果		100	份									

午餐執秘

主任

校長

臺南市山上國中廚房午餐食譜設計表 (108上第17週)

12月16日 (一)					12月17日 (二)					12月18日 (三)					12月19日 (四)					12月20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	6	公斤		意麵	意麵	2	箱		白米飯	白米	6	公斤		白米飯	白米	6	公斤		白米飯	白米	6	公斤					
蔥油雞	光雞肉丁	7.5	公斤		炒意麵	高麗菜	3.5	公斤		炸柳葉魚	柳葉魚	170	條		三杯杏鮑菇	杏鮑菇	4	公斤		黑胡椒豬柳	里肌豬柳	4.5	公斤					
	青蔥	0.2	公斤			紅蘿蔔絲	0.5	公斤				油豆腐	2	公斤				洋蔥絲	3		公斤							
	薑絲	0.2	公斤			瘦肉絲	2.5	公斤				九層塔	0.1	公斤				黑胡椒醬										
	香油					洋蔥絲	0.5	公斤				薑片		公斤														
						青蔥	0.1	公斤				將由																
菜脯炒蛋	菜脯	1.5	公斤		茶葉蛋	茶葉蛋	85	粒		咖哩蔬菜丁	馬鈴薯丁	2.5	公斤		鐵板豆芽	豆芽菜	5	公斤		三色豆炒豆乾	玉米粒	2	公斤					
	雞蛋	3	公斤				紅蘿蔔丁	0.5	公斤			韭菜	0.3	公斤				紅蘿蔔	0.5		公斤							
	青蔥	0.2	公斤				毛豆仁	0.5	公斤			黑胡椒粒						毛豆仁	0.5		公斤							
							咖哩粉											滷香豆乾丁	1		公斤							
炒小黃瓜	小黃瓜	4	公斤		炒青花椰菜	青花椰菜	4.5	公斤		炒四季豆	四季豆	4	公斤		炒小白菜	小白菜	5	公斤		枸杞萵菜	萵菜	5	公斤					
	紅蘿蔔絲	0.5	公斤			薑絲					鹹蛋	15	顆				薑絲	0.1	公斤				蒜仁	0.1	公斤			
	大黑輪	0.5	公斤								蒜仁	0.1	公斤															
	蒜仁	0.1	公斤																									
蘿蔔味噌湯	白蘿蔔丁	1.5	公斤		味噌湯	中華豆腐	5	盒		土瓶蒸湯	白蘿蔔丁	1.5	公斤		紅豆甜湯	紅豆	1.5	公斤		冬瓜排骨湯	冬瓜	2	公斤					
	小魚乾					青蔥	0.1	公斤			火鍋肉片	1	公斤				小湯圓	1.2	公斤				排骨	0.8	公斤			
	雞蛋	0.8	公斤			紫菜		公斤			蛤蜊	0.5	公斤										薑片	0.1	公斤			
	中華豆腐	2	盒			味噌					香菇												薏仁	0.1	公斤			
	青蔥	0.1	公斤								柴魚片																	
	味噌																											
水果		80	份		優酪乳	81	份							水果		80	份											

午餐執秘

主任

校長

