

臺南市山上國中廚房午餐食譜設計表 (108上第18週)

12月23日 (一)					12月24日 (二)					12月25日 (三)					12月26日 (四)					12月27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						
泰式打拋豬肉	瘦絞肉	5	公斤		鍋燒意麵	小白菜	3	公斤	咖哩雞丁	光雞肉丁	7	公斤	梅乾筍絲	梅干菜	2	公斤	豆酥蒸魚	水晶魚丁	8	公斤									
	九層塔	0.2	公斤			紅蘿蔔絲	0.8	公斤			馬鈴薯丁	1.5		公斤		筍干		3	公斤		嫩豆腐	6	盒						
	辣椒	0.1	公斤			珍珠魚丸	0.8	公斤			紅蘿蔔丁	0.5		公斤		蒜仁		0.1	公斤		青蔥	0.1	公斤						
	蒜仁	0.1	公斤			蛤蜊	0.8	公斤			洋蔥丁	1		公斤		糖					蒜仁	0.1	公斤						
	紅蕃茄	1.2	公斤			魚餃	1	公斤			咖哩粉					醬油					薑絲	0.1	公斤						
	醬油					火鍋肉片	2.5	公斤													豆酥	1	包						
						沙茶醬																							
毛豆仁炒蛋	毛豆仁	3	公斤		水煮蛋	雞蛋	85	顆		榨菜炒豆干	榨菜絲	2.5	公斤	四色洋芋	馬鈴薯丁	1.5	公斤	大黃瓜燴肉粳	大黃瓜	3	公斤								
	紅蘿蔔丁	0.5	公斤						豆干片		1	公斤			紅蘿蔔丁	0.5	公斤			肉粳	1	公斤							
	雞蛋	2	公斤						肉絲		1	公斤			毛豆仁	0.5	公斤			紅蘿蔔	0.5	公斤							
	黑胡椒								黑木耳						玉米粒	1.5	公斤			蒜仁	0.1	公斤							
									紅蘿蔔絲		0.5	公斤			黑胡椒粒														
									蒜仁		0.1	公斤																	
炒青花椰菜	青花椰菜	4.5	公斤		肉鬆麵包	肉鬆麵包	82	粒		炒小白菜	小白菜	5	公斤	開陽白菜	大白菜	5	公斤	炒油菜	油菜	5	公斤								
	薑絲	0.1	公斤						薑絲		0.1	公斤			紅蘿蔔片	0.5	公斤			蒜仁	0.1	公斤							
															木耳絲														
															蒜末	0.1	公斤												
															蝦米	0.1	公斤												
虱目魚柳湯	虱目魚柳	1.8	公斤						冬瓜排骨湯	冬瓜	2	公斤	紫菜蛋花湯	紫菜			高麗菜魚餃湯	高麗菜	1.5	公斤									
	小白菜	1	公斤							排骨	0.8	公斤			雞蛋	0.8		公斤		龍骨	0.8	公斤							
	薑絲	0.1	公斤							薑片	0.1	公斤			青蔥	0.1		公斤		魚餃	1	公斤							
										薏仁	0.1	公斤																	
水果		80	份		鮮奶		81	份					水果		80	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19週)

12月30日 (一)					12月31日 (二)					1月1日 (三)					1月2日 (四)					1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	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						
梅子雞	光雞肉丁	7	公斤		當歸雞麵線	光雞肉丁	6	公斤		炒飯	高麗菜	2	公斤		酥炸虱目魚柳	虱目魚柳	6.6	公斤		麵粉									
	高麗菜	2.5	公斤			高麗菜	3	公斤				雞蛋	1.5	公斤			麵粉												
	薑片	0.2	公斤			薑絲	0.2	公斤				毛豆仁	0.5	公斤			地瓜粉												
	紫蘇梅	2	瓶			當歸藥包	0.3	公斤				玉米粒	2	公斤			胡椒粉												
	麻油					米酒						紅蘿蔔丁	1.5	公斤															
	醬油											青蔥	0.3																
	米酒											香菇																	
紅蘿蔔炒蛋	紅蘿蔔絲	3	公斤		滷雞腿	棒腿	85	支		韓式芽菜	冬粉	0.8	公斤		麻婆豆腐	板豆腐	5	公斤		豆瓣醬									
	雞蛋	2	公斤								紅蘿蔔絲	0.8	公斤			瘦絞肉	1	公斤			蒜仁	0.1	公斤		青蔥	0.2	公斤		
	青蔥	0.1	公斤								黃豆芽	2.5	公斤			蒜仁	0.1	公斤			醬油								
											韓式泡菜	2	公斤																
炒菠菜	菠菜	5	公斤		毛豆莢	毛豆莢	3	公斤						炒空心菜	空心菜	5	公斤												
	蒜仁	0.1	公斤													蒜仁	0.1	公斤											
榨菜肉絲湯	榨菜絲	2	公斤							冬瓜山粉圓	冬瓜露	1.5	公斤		豆薯蛋花湯	豆薯	2	公斤		雞蛋									
	金針菇	1	公斤						山粉圓		0.4	公斤		青蔥		0.1	公斤												
	薑絲	0.1	公斤																										
	瘦肉絲	0.8	公斤																										
	胡椒粉																												
水果		80	份		奶酪		81	份		水果		80	份																

午餐執秘

主任

校長



