臺 南 市 山上國中 廚 房 午 餐 食 譜 設 計 表 (108上 第22週)

1月20日 (一)					月 日 (二)					月 日 (三)					月 日 (四)					月 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
雞絲麵	雞絲麵	2	箱																					
當歸雞絲麵	光雞肉丁	6	公斤																					
	高麗菜	3	公斤																					
	薑絲	0.2	公斤																					
	當歸藥包	0.3	公斤																					
	米酒																							
肉包	肉包	80	顆																					

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　(108上第20週)

1月6日	(一)			
菜名	材料	數量	單位	金額
白米飯	白米	6	公斤	
三杯雞	光雞肉丁	6	公斤	
	米血丁	2	公斤	
	薑片	0.1	公斤	
	蒜仁	0.1	公斤	
	九層塔	0.4	公斤	
	麻油			
	醬油			
玉米炒肉末	玉米粒	3	公斤	
	紅蘿蔔丁	0.5	公斤	
	毛豆仁	0.5	公斤	
	蒜仁	0.1	公斤	
	瘦絞肉	1	公斤	
炒青江菜	青江菜	4.5	公斤	
	秀珍菇	1	公斤	
	薑絲	0.1	公斤	
金針筍片湯	脆筍片	2	公斤	
	金針花		公斤	
	青蔥	0.1	公斤	
	瘦肉絲	0.8	公斤	
水果		80	份	

1月7日	(二)			
菜名	材料	數量	單位	金額
白米飯	白米	6	公斤	
大阪豬排	大阪豬排	85	塊	
咖哩蔬菜丁	馬鈴薯丁	2.5	公斤	
	紅蘿蔔丁	0.5	公斤	
	洋蔥丁	1.5	公斤	
	毛豆仁	0.5	公斤	
	咖哩粉			
炒花椰菜	花椰菜	5	公斤	
	紅蘿蔔	0.5	公斤	
	蒜仁	0.1	公斤	
紫菜蛋花湯	紫菜			
	雞蛋	0.8	公斤	
	青蔥	0.1	公斤	
	豆漿	81	份	

1月8日	(三)			
菜名	材料	數量	單位	金額
白米飯	白米	6	公斤	
芥藍炒肉	芥藍菜	3	公斤	
	火鍋肉片	3	公斤	
	蒜仁	0.1	公斤	
	豆瓣醬			
	沙茶粉			
洋蔥炒蛋	洋蔥絲	3	公斤	
	雞蛋	2.5	公斤	
	培根	1	公斤	
枸杞莧菜	莧菜	5	公斤	
	蒜仁	0.1	公斤	
	枸杞			
冬瓜蛤蜊湯	冬瓜	2	公斤	
	蛤蜊	0.6	公斤	
	薑絲	0.1	公斤	

1月9日	(四)			
菜名	材料	數量	單位	金額
白米飯	白米	6	公斤	
豆鼓滷冬瓜	冬瓜	5.5	公斤	
	薑絲	0.2	公斤	
	黃豆醬			
	蔭瓜			
韭菜炒甜不辣	韭菜	1	公斤	
	甜不辣	2.5	公斤	
	醬油			
炒高麗菜	高麗菜	4	公斤	
	紅蕃茄	1	公斤	
	蒜仁	0.1	公斤	
金針紫菜湯	金針菇	1	公斤	
	紫菜			
	芹菜	0.2	公斤	
	冬菜			
水果		80	份	

1月10日	(五)			
菜名	材料	數量	單位	金額
白米飯	白米	6	公斤	
蒲燒魚腹肉	蒲燒魚腹肉	85	塊	
丁香炒花生	小魚乾	0.8	公斤	
	油花生	0.8	公斤	
	豆干小丁	2.5	公斤	
	蒜仁	0.1	公斤	
	乾辣椒	0.1	公斤	
	青蔥	0.1	公斤	
炒地瓜葉	地瓜葉	4.5	公斤	
	蒜仁	0.1	公斤	
餛飩湯	里港餛飩	1.8	公斤	
	小白菜	1	公斤	
	芹菜	0.2	公斤	

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　(108上第21週)

1月13日	(一)				1月14日	(二)				1月15日	(三)				1月16日	(四)				1月17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		白米飯	白米	5	公斤		白米飯	白米	6	公斤		白米飯	白米	6	公斤		白米飯	白米	6	公斤	
韓式泡菜豬肉	火鍋肉片	5	公斤		酥炸旗魚丁	旗魚丁	10	公斤		梅干扣肉	腱肉丁	6	公斤		香菇麵筋	熟花生	0.5	公斤		滷雞腿	棒腿	85	支	
	韓式泡菜	2	公斤								梅干菜	1.5	公斤			麵筋	0.8	公斤						
	洋蔥絲	0.5	公斤								醬油					白蘿蔔丁	2	公斤						
	高麗菜	1	公斤								糖					紅蘿蔔丁	0.5	公斤						
	蒜仁	0.1	公斤													鮮香菇	0.5	公斤						
	青蔥	0.1	公斤													醬油								
鐵板豆芽	豆芽菜	4.5	公斤		豆鼓豆腐	板豆腐	4.5	公斤		塔香海茸	海茸	3.5	公斤		海帶絲炒豆干絲	海帶絲	2	公斤		筍絲炒蛋	桶筍絲	3	公斤	
	韭菜	0.3	公斤			蒜末	0.1	公斤			蒜仁	0.1	公斤			豆干絲	1	公斤			雞蛋	2	公斤	
	黑胡椒粒					青蔥	0.2	公斤			九層塔	0.3	公斤			芹菜	0.5	公斤			蒜仁	0.1	公斤	
						紅辣椒	0.1	公斤																
						薑末	0.1	公斤																
						三色豆	1	公斤																
						黑豆鼓																		
炒菠菜	菠菜	5	公斤		炒青花椰菜	青花椰菜	4.5	公斤		炒高麗菜	高麗菜	4.5	公斤		炒小白菜	小白菜	5	公斤		炒油菜	油菜	5	公斤	
	蒜仁	0.1	公斤			薑絲	0.1	公斤			紅蘿蔔絲	0.5	公斤			薑絲	0.1	公斤			蒜仁	0.1	公斤	
											黑木耳絲													
											蒜仁	0.1	公斤											
豆薯蛋花湯	豆薯	2	公斤		土瓶蒸湯	白蘿蔔丁	1.5	公斤		大黃瓜魚丸湯	大黃瓜	1.5	公斤		綠豆甜湯	綠豆	1.5	公斤		味噌湯	紫菜			
	雞蛋	0.8	公斤			火鍋肉片	1	公斤			魚丸	0.8	公斤			小湯圓	1.2	公斤			豆腐	4	盒	
	青蔥	0.1	公斤			蛤蜊	0.5	公斤			龍骨	0.8	公斤								青蔥	0.1	公斤	
						香菇															味噌			
						柴魚片																		
水果		80	份			鮮奶	80	份							水果		80	份			#REF!	###	##	

午餐執秘　　主任　　校長