

臺中市龍井區龍泉國小午餐食譜數量設計表 114學年度第一學期第 5 週

用餐人數： 970

單位：公斤

印表日期：0114.09.08

日期	主食	菜名	主菜用量明細		菜名	副菜(一)用量明細		菜名	蔬菜用量明細		菜名	湯類用量明細		水 果 飲 料
			材料	數量		材料	數量		材料	數量		材料	數量	
9 月 30 日 週 二	紫 米 飯	紅 燒 豬 腳	祥豬腳丁台	24	鳳 梨 三 色	鳳梨丁桶裝	6桶	翠 綠 青 江 菜	履歷青江菜	80	海 帶 芽 蛋 花 湯	乾海帶芽	1.5	糙米 水果 人數:970
			上肉丁台優	42		麵腸片	25		蒜末	0.6		洗選蛋追溯	10	
			乾筍干	15		木耳朵追溯	10					正大骨台優	6	
			梅干菜粒Kg	3		上肉絲台優	6					嫩薑絲	0.6	
			薑片	0.6		履歷紅蘿蔔	6							
			萬用滷包布	6粒		履歷小黃瓜	15							
			蒜仁	0.6		蒜末	0.6							
						南瓜子	1							
10 月 1 日 週 三	麵 食	客 家 板 條 (乾)	板條	117	蠣 油 雞 排	雞排五台優	970pc	有 機 黑 葉 白 菜	黑葉白菜有	80	竹 筍 高 鐵 湯	鮮筍片追溯	24	人數:970
			粗絞肉台優	18		蒜仁	0.6		嫩薑絲	0.6		有機黑蠣菇	5	
			高麗菜台優	32		薑片	0.6		履歷紅蘿蔔	3		正大骨台優	6	
			履歷紅蘿蔔	5		萬用滷包布	5粒							
			木耳朵追溯	5		120g/p								
			乾香菇片台	1台斤										
			紅蔥末	2										
			冬蝦	0.6										
			韭菜追溯	4										
10 月 2 日 週 四	五 穀 飯	佃 煮 秋 刀 魚	秋刀魚75g/p	1020pc	黃 瓜 鮮 燴	大黃瓜去皮	58	蒜 香 空 心 菜	履歷空心菜	75	日 式 年 糕 湯	履歷蚵白菜	15	水果 五穀米 人數:970
			薑片	棄率10%		履歷紅蘿蔔	5		蒜末	0.6		韓式年糕	18包	
			紫蘇梅大	1桶		金針菇有機	5		紅蔥末	0.6		薄板豆腐盤4.2 K	3盤	
			蒜仁	1		木耳朵追溯	5					正大骨台優	6	
			辣椒	0.3		上肉片台優	3							
			白芝麻熟	0.3		蒜末	0.6							
			萬用滷包布	5粒		鵪鶉QR福霖	11							
			蕃茄醬可果	1桶										
			耐炸油十八	2桶										
10 月 3 日 週 五	小 麥 飯	蘑菇 雞 丁	骨腿丁台優	78	海 帶 三 絲	海帶絲	38	翠 綠 油 菜	履歷油菜截	80	瓠 瓜 丸 子 湯	瓠瓜去皮追	30	小麥在地 食 人數:970
			蘑菇醬(使用)	2桶		粗黃豆干絲	15		蒜末	0.6		虱目珍珠丸CAS	9	
			杏鮑菇有機	6		履歷紅蘿蔔	7					正大骨台優	6	
			洋蔥去皮	10		上肉絲台優	6					嫩薑絲	0.6	
			履歷紅蘿蔔	4.9		嫩薑絲	0.6							
			蒜末	1		白芝麻熟	0.3							

廢棄率：雞腿、雞排、雞翅20~25%；骨腿丁、雞丁、鴨丁30~35%；排骨丁、豬腳丁45~50%。魚丁包冰率30~50%。小葉菜類3~6%；包葉菜類2~3%；瓜菜類2~3%。過敏原：本份菜單含有甲殼類、魚類、堅果類、芝麻、花生、奶類、蛋、含麩質之穀物、大豆、使用亞硫酸鹽類等及其製品，不適合對其過敏體質者食用。

全面使用臺灣豬肉

臺中市龍井區龍泉國小午餐食譜數量設計表 114學年度第一學期第 6 週

用餐人數： 970

單位：公斤

印表日期： 0114.09.08

日期	主食	菜名	主菜用量明細		菜名	副菜(一)用量明細		菜名	蔬菜用量明細		菜名	湯類用量明細		水 果 飲 料
			材料	數量		材料	數量		材料	數量		材料	數量	
10 月 7 日 週 二	糙 米 飯	甘 藷	粗肉絲台優	60	奶 焗 花 椰	綠花椰菜CAS	36	有 機 銀 芽	綠豆芽有機	72	日 式 味 噌 湯	薄板豆腐盤4.2k	6盤	水果 糙米 人數:970
		履歷地瓜切	15	白花冷凍台	24	韭菜有機	3	味噌三公斤	3盒					
		甜 燒	杏鮑菇有機	3	木耳朵追溯	4	履歷紅蘿蔔	3	洋蔥去皮	6				
		豬 柳	洋蔥去皮	18	履歷紅蘿蔔	4	蒜末	0.6	柴魚片一斤	1包				
		五香粉	1盒	螺旋麵三色	10包			正大骨台優	6					
		蒜末	0.6	康寶白汁粉	2包			乾海帶芽	0.2					
		醬油萬家香	1桶	乳酪絲	4									
		二砂包糖一	1包	蒜末	0.6									
				粗絞肉台優	9									
				洋香菜葉	1罐									
10 月 8 日 週 三	飯 汁 蛋 炒 飯	茄 汁	上肉絲台優	18	蜜 雞 翅	雞翅六台優	翠 綠 青 江 菜	履歷青江菜	80	昆 布 養 生 湯	昆布乾	1台斤	鮮豆漿光泉 人數:970	
		洗選蛋追溯	12	白芝麻熟	0.3	蒜末	0.6	杏鮑菇有機	6					
		玉米粒CAS	10	薑片	1			白蘿蔔去皮	28					
		三色豆CAS	15	麥芽糖	1桶			薑片	0.6					
		高麗菜台優	25	100g/p				皮絲	2					
		蕃茄醬可果	3桶											
		洋蔥去皮	6											
		履歷蕃茄	6											
		蒜末	1											
		海苔香鬆	3包											
10 月 9 日 週 四	胚 芽 飯	香 酥 魚 片	水鯊片台優	1020pc	南 洋 咖 哩	履歷洋芋去	45	薑 汁 白 菜	履歷蚵白菜	80	蕃 茄 蛋 花 湯	履歷蕃茄去	20	水果 胚芽米 人數:970
		耐炸油十八	2桶	履歷紅蘿蔔	10	嫩薑絲	1	洗選蛋追溯	10					
		樹薯粉公斤	10kg	洋蔥去皮	6			正大骨台優	6					
		椒鹽粉一斤	1盒	上肉丁台優	12			黃豆芽追溯	6					
		100g/p		南瓜去皮去	10									
		冰率35%		咖哩粉一斤	1盒									
				綠花椰菜CAS	12									

廢棄率：雞腿、雞排、雞翅20~25%；骨腿丁、雞丁、鴨丁30~35%；排骨丁、豬腳丁45~50%。魚丁包冰率30~50%。小葉菜類3~6%；包葉菜類2~3%；瓜菜類2~3%。過敏原：本份菜單含有甲殼類、魚類、堅果類、芝麻、花生、奶類、蛋、含麩質之穀物、大豆、使用亞硫酸鹽類等及其製品，不適合對其過敏體質者食用。

全面使用臺灣豬肉