

臺南市空頭港國民小學114學年度第2學期第7週食譜設計及數量表(中央廚房:鹽水國小)

日期	星期	菜名	材料1	材料2	材料3	材料4	材料5	材料6	材料7	材料8
3/23	一	主食	紅藜飯	白米65kg	紅藜麥1kg					
		主菜	粉蒸肉	梅花肉丁36kg	豬肉角42kg	南瓜20kg	蒸肉粉4kg			
		副菜	沙茶金針菇	金針菇50kg	洋蔥20kg	紅蘿蔔6kg	肉絲12kg	沙茶醬1		
		青菜	炒雙花	白花椰菜27kg(包)	綠花椰菜27kg	紅蘿蔔6kg	蒜仁0.6kg			
		湯	黃瓜排骨湯	大黃瓜30kg(去皮)	排骨12kg					
		附餐	時令水果							
3/24	二	主食	米飯	白米65kg						
		主菜	洋蔥雞柳	雞里肌切丁78kg	洋蔥35kg	甜椒6kg	蒜仁0.6kg	青蔥0.6kg		
		副菜	海帶根拌豆干	海帶根50kg	豆干片12kg	蒜仁0.6kg	辣椒0.6kg	香油/糖/醋		
		青菜	炒大陸A菜	大陸A菜72kg	蒜仁0.6kg					
		湯	山藥排骨湯	山藥30kg(去皮)	排骨12kg	蒜仁0.6kg				
		附餐	乳飲品							
3/25	三	主食	刈包	刈包1150個(60g/20粒/8包)						
		主菜	滷肉	豬肉角48kg	五花肉丁30kg	青蔥0.6kg	薑0.6kg	蒜仁0.6kg		
		副菜	花生糖粉	花生糖粉48包(30g)	提早2週叫貨					
		青菜	炒酸菜	酸菜42kg	蒜仁0.6kg	辣椒0.6kg				
		湯	香菇肉羹湯	乾香菇1.2kg	肉絲24kg	脆筍絲12kg	大白菜30kg	蛋10kg	蔘油1罐/白胡椒/黑醋	
		附餐	乳飲品							
3/26	四	主食	小米飯	白米60kg	小米5kg					
		主菜	酥炸魚丁	旗魚丁82kg	胡椒鹽					
		副菜	鮪魚玉米粒	鮪魚罐頭6大罐	玉米粒48kg	蒜仁0.6kg	青蔥0.6kg	紅蘿蔔5kg	米酒/黑胡椒	
		青菜	有機蔬菜	葉菜類65kg	蒜仁0.6kg					
		湯	玉米湯	玉米段30kg	柴魚片0.6kg					
		附餐	時令水果							
3/27	五	主食	五穀飯	白米60kg	五穀米5kg(前一天泡送)					
		主菜	味噌肉片	梅花肉片72kg	青蔥0.6kg	紅蘿蔔6kg	高麗菜20kg	味噌2箱	柴魚片	停餐65人
		副菜	四季豆炒豆干	豆干片30kg	四季豆30kg(包)	肉絲12kg	蒜仁0.6kg			
		青菜	有機蔬菜	葉菜類62kg	蒜仁0.6kg					
		湯	燒仙草	仙草汁20包(5kg)	九份番薯圓18	八寶豆5罐(3kg)	冰塊140包(600g/包)			
		附餐	麵包							

備註

1.本校午餐有供應甲殼類、芒果、花生、牛奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質穀物、大豆、魚類等及其製品。2.使用國產豬肉。

午餐秘書：

午餐秘書 林淑惠

總務主任：

教師兼總務主任 梁淑惠

校長：

空頭港國小 楊世安 校長

臺南市鹽水國民小學114學年度第2學期第8週食譜設計及數量表(中央廚房:鹽水國小)

日期	星期	菜名	材料1	材料2	材料3	材料4	材料5	材料6	材料7	
3/30	一	主食	紫米飯	白米60kg	紫米5kg					
		主菜	泰式打拋豬	絞肉72kg	番茄10kg	九層塔3kg	洋蔥10kg	蒜仁0.6kg	檸檬汁1瓶(1L) 魚露2瓶(500cc)	
		副菜	家常寬粉	絞肉12kg	高麗菜30kg	紅蘿蔔6kg	乾香菇0.6kg	蝦米0.6kg	寬粉3包(3KG/包) 白胡椒油蔥酥	
		青菜	蒜炒油菜	油菜65kg	紅蘿蔔6kg	蒜仁0.6kg				
		湯	紫菜蛋花湯	蛋10kg	青蔥0.6kg	紫菜1.2kg(乾燥)				
		附餐	時令水果							
3/31	二	主食	糙米飯	白米55kg	糙米10kg					
		主菜	三杯雞	骨腿丁78kg	杏胞菇15kg	九層塔3kg	蒜仁0.6kg	薑0.6kg	酒/麻油	
		副菜	玉米炒蛋	蛋35kg	玉米粒40kg	青蔥0.6kg	紅蘿蔔6kg			
		青菜	枸杞高麗菜	高麗菜70kg	枸杞0.6kg					
		湯	魚丸湯	小魚丸12kgCAS	大頭菜20kg					
		附餐	乳飲品							
4/1	三	主食	麵食	白油麵50包(150kg)						
		主菜	炸雞米花	CAS勁爆香脆雞78kg						
		副菜								
		青菜	有機蔬菜	葉菜類68kg	蒜仁0.6kg		江記甜酒豆腐乳4瓶(900g/瓶)	咖啡師燕麥奶14瓶(1L)		
		湯	日式味噌拉麵	肉片27kg	玉米粒6kg	洋蔥6kg	筍乾9kg	青蔥0.6kg	海帶芽2kg	味噌3箱/鰻魚片1包/白芝麻0.6kg
		附餐	海苔							
4/2	四	主食	小米飯	白米60kg	小米5kg					
		主菜	花生小魚干	油花生18kg	小魚乾9kg	蒜仁0.6kg	青蔥0.6kg	小豆干丁36kg		
		副菜	雙鮮炒蛋	蛋35kg	蝦仁20kg	魷魚圈20kg	小黃瓜12kg	青蔥0.6kg		
		青菜	有機蔬菜	葉菜類62kg	蒜仁0.6kg					
		湯	薑絲虱目魚湯	虱目魚柳20kg	虱目魚皮10kg	蛤蜊10kg	薑絲1.2kg	青蔥0.6kg		
		附餐	時令水果							
4/3	五	主食								
		主菜								
		副菜	兒童節彈性放假							
		青菜								
		湯								
		附餐								
備註		1.本校午餐有供應甲殼類、芒果、花生、牛奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質穀物、大豆、魚類等及其製品。2.使用國產豬肉。								

午餐秘書：

午餐秘書：林淑惠

總務主任：

教師兼總務主任 梁淑惠

校長：

鹽水港國小 楊世安 校長