

臺南市空頭港國民小學114學年度第2學期第1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	
2/23	一	主食	紫米飯	白米60kg	紫米5kg					
		主菜	蒜泥白肉	(冷凍)肉片72kg	蒜仁0.6kg	薑0.6kg	米酒/醬油/二砂糖			
		副菜	培根炒豆薯	培根12kgCAS	豆薯58kg	紅蘿蔔6kg	青蔥0.6kg			
		青菜	胡麻花椰菜	花椰菜60kg(已處理)	玉米筍6kg(去)	紅蘿蔔3kg	胡麻醬5瓶(1L)	胡麻醬10班1瓶		
		湯	番茄豆腐湯	番茄15kg	豆腐3板	青蔥0.6kg				
		附餐	時令水果 <b>附幼菓</b>							
2/24	二	主食	糙米飯	白米55kg	糙米10kg					
		主菜	咖哩雞	雞里肌切丁72kg	咖哩粉1.2kg	洋蔥15kg	馬鈴薯18kg	紅蘿蔔12kg	蕃茄醬1罐	
		副菜	金黃玉米	玉米粒48kg	絞肉18kg	三色蔬菜6kg	蒜仁0.6kg			
		青菜	香菇芥藍	芥藍菜60kg	乾香菇0.6kg	蒜仁0.6kg				
		湯	紫菜蛋花湯	蛋10kg	青蔥0.6kg	紫菜1.2kg(乾燥)				
		附餐	乳飲品 <b>(魚肝油)</b>							
2/25	三	主食	麵食	寬麵54包(162kg)						
		主菜	茄汁義大利麵	絞肉30kg	番茄12kg	洋蔥20kg	三色蔬菜16kg	蕃茄醬2罐		
		副菜	檸檬烤雞翅	CAS檸檬烤雞翅1150支(W6/100g/支)						
		青菜	紅絲高麗菜	高麗菜65kg	紅蘿蔔6kg	蒜仁0.6kg				
		湯	玉米排骨湯	玉米段30kg	排骨12kg					
		附餐	乳飲品 <b>附幼菓</b>							
2/26	四	主食	小米飯	白米60kg	小米5kg					
		主菜	薑絲蒸魚	鱸魚丁80kg	嫩薑絲3kg	白豆蔭醬1罐				
		副菜	紅蘿蔔炒蛋	蛋35kg	紅蘿蔔42kg	青蔥0.6kg				
		青菜	有機蔬菜	葉菜類65kg	蒜仁0.6kg					
		湯	味噌蔬菜湯	高麗菜15kg	味噌4箱	青蔥0.6kg	豆腐2板	豆皮1.8kg/包	金針菇3kg	鴻喜菇3kg
		附餐	時令水果 <b>(香蕉)</b>							
2/27	五	主食								
		主菜								
		副菜	228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

**林淑惠**  
執行秘書

總務主任：

**梁淑惠**  
總務主任

校長：

**楊世安**  
空頭港國小校長

臺南市空頭港國民小學114學年度第2學期第2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	
3/2	一	主食	紫米飯	白米60kg	紫米5kg					
		主菜	鼓汁排骨	排骨36kg	腱肉丁36kg	冬瓜40kg	薑0.6kg	蒜仁0.6kg	豆豉2包	
		副菜	螞蟻上樹	絞肉12kg	高麗菜30kg	紅蘿蔔6kg	香菇0.6kg	蝦米0.6kg	冬菇(3KG/包)	
		青菜	炒菠菜	菠菜65kg	紅蘿蔔3kg	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(什錦)							
3/3	二	主食	糙米飯	白米55kg	糙米10kg					
		主菜	茄汁雞肉	雞胸丁78kg	蕃茄20kg	洋蔥12kg	黃甜椒10kg	蕃茄醬1罐		
		副菜	竹筍炒肉片	肉片18kg	脆筍片48kg	紅蘿蔔6kg	蒜仁0.6kg			
		青菜	培根花椰菜	綠花菜65kg(已處理)	培根6kg	玉米粒6kg				
		湯	南瓜排骨湯	排骨12kg	南瓜30kg	青蔥0.6kg				
		附餐	乳飲品(優酪乳)							
3/4	三	主食	油麵	白油麵50包(150kg)						
		主菜	炒麵	洋蔥25kg	肉絲30kg	紅蘿蔔6kg	高麗菜30kg	青蔥2kg		
		副菜	黑胡椒毛豆	毛豆莢48kg	辣椒0.6kg	蒜仁0.6kg	黑胡椒粒/八角			
		青菜	有機蔬菜(黑菜白菜)	葉菜類65kg						
		湯	關東煮湯	玉米段30kg	米血18kg	黑輪18kgCAS				
		附餐	麵包(什錦)							
3/5	四	主食	小米飯	白米60kg	小米5kg					
		主菜	酥炸魚丁	旗魚丁85kg	胡椒鹽					
		副菜	海結蘿蔔麵輪	海帶結21kg	麵輪9kg(提前)	白蘿蔔25kg	紅蘿蔔10kg	青蔥0.6kg	蒜仁0.6kg	辣椒0.6kg
		青菜	有機蔬菜(大白菜)	葉菜類65kg						
		湯	小白菜蛋花湯	小白菜10kg	蛋10kg	豆腐2板	青蔥0.6kg			
		附餐	時令水果(茂谷柑)							
3/6	五	主食	地瓜飯	白米60kg	地瓜10kg					
		主菜	梅干豬肉	腱肉丁78kg	濕梅干菜10kg	青蔥0.6kg	蒜仁0.6kg			
		副菜	洋蔥炒蛋	蛋30kg	洋蔥50kg	青蔥0.6kg	紅蘿蔔6kg			
		青菜	有機蔬菜(黑菜白菜)	葉菜類65kg						
		湯	紅豆紫米湯	紅豆10kg前一天送	紫米10kg前一天送					
		附餐	麵包(什錦)							

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