

臺南市安南區土城國小暨安佃國小113學年度第一學期1001-1031學生午餐供餐週記

校長：
 食譜設計：
 總人數： 人

日期	星期	主食	土城 (kg)	安佃 (kg)	數量	單位	副食一	土城 (kg)	安佃 (kg)	數量	單位	副食二	土城 (kg)	安佃 (kg)	數量	單位	副食三	土城 (kg)	安佃 (kg)	數量	單位	湯	土城 (kg)	安佃 (kg)	數量	單位					
10月1日	二	燕麥飯						蜂蜜檸檬醬燒豬						番茄炒蛋						黃金高麗菜						綠豆牛奶西米露					
		白米	22	11	33	kg	腱肉丁	24	28	52	kg	雞蛋	22	25	47	kg	高麗菜	28	35	63	kg	綠豆	3	3	20	kg					
		燕麥粒	6	12	4	kg	軟骨丁	15	15	30	kg	番茄(切大丁)	13	15	28	kg	黃金泡菜	6	6	12	kg	西谷米	2	5	16	kg					
							黃甜椒	3	3	6	kg	蔥段	0.6	0.6	1.2	kg	肉絲	3	3	6	kg	奶粉	1	1	16	袋					
							紅甜椒	3	3	6	kg						蒜末	0.3	0.3	0.6	kg	二砂									
							蒜末	0.3	0.3	1	kg																				
							檸檬汁	1	1	2	罐																				
					蜂蜜	1	1	2	罐																						
10月2日	三	咖哩炒麵麵包						美式烤雞翅						咖哩炒麵麵包料						磨菇炒甜豆						高麗菜蛋花湯					
		大亨堡麵包	600	635	1235	個	美式烤雞翅	600	625	1225	隻	白油麵	30	33	63	kg	磨菇(對半切)	15	16	31	kg	高麗菜	15	18	33	kg					
												肉絲	12	15	27	kg	甜豆	15	17	32	kg	雞蛋	10	12	22	kg					
												洋蔥絲	6	6	12	kg	蒜末	0.3	0.3	0.6	kg	蔥花	0.3	0.3	0.6	kg					
												紅蘿蔔絲	3	3	6	kg															
												咖哩粉																			
										甜味咖哩塊																					
10月3日	四	五穀飯						紅燒豬腳						香鬆花椰菜						有機蔬菜						青菜餛飩湯					
		白米	22	11	33	kg	豬腳丁(CAS)	15	15	30	kg	白花椰菜	22	26	48	kg	有機蔬菜	28	30	58	kg	餛飩	12	12	24	kg					
		五穀米	6	12	18	kg	腱肉丁	27	27	27	kg	絞肉	6	6	12	kg	薑絲	0	0.3	0.3	kg	小白菜	8	10	18	kg					
							筍乾	10	12	22	kg	海苔香鬆	2	2	4	包	蒜碎	0.3	0	0.3	kg	冬菜	1	1	2	罐					
							蒜仁	1	1	2	kg																				
							蔥段	1	1	2	kg																				
							薑片	1	1	2	kg																				
10月4日	五	胚芽飯						黃金海鮮豆腐煲						炸醬豆干丁						腐乳空心菜						羅宋湯					
		白米	22	11	33	kg	鯛魚丁	18	20	38	kg	豆干小丁	15	16	31	kg	空心菜	28	30	58	kg	番茄	6	8	14	kg					
		胚芽米	6	12	18	kg	大蝦仁	8	8	16	kg	小黃瓜小丁(手切, 1*1*1公分)	10	12	22	kg	蒜末	0.3	0.3	0.6	kg	西洋芹	2	2	4	kg					
							小卷	8	10	18	kg	玉米粒(CAS)	6	6	12	kg	豆腐乳	2	2	4	公斤	紅蘿蔔中丁(1.5*1.5*1)	2	2	4	kg					
							嫩豆腐	10	10	20	kg	炸醬	3	3	6	kg					馬鈴薯中丁(1.5*1.5*1)	5	5	10	kg						
							南瓜去皮切小丁	20	15	35	kg	蒜末	0.3	0.3	1	kg					高麗菜	6	8	14	kg						
							薑絲	0.3	0.3	0.6	kg											月桂葉	0.2	0.2	0.4	kg					
																				番茄糊	1	1	2	罐							

臺南市安南區土城國小暨安佃國小113學年度第一學期1001-1031學生午餐供餐週記

校長：
 食譜設計：
 總人數： 人

日期	星期	主食	土城 (kg)	安佃 (kg)	數量	單位	副食一	土城 (kg)	安佃 (kg)	數量	單位	副食二	土城 (kg)	安佃 (kg)	數量	單位	副食三	土城 (kg)	安佃 (kg)	數量	單位	湯	土城 (kg)	安佃 (kg)	數量	單位	
10月7日	一	麥片飯					椒鹽排骨酥					鴿蛋燴黃瓜					有機蔬菜					蘿蔔燉雞湯					
		白米	22	11	33	kg	排骨丁	18	18	36	kg	大黃瓜切片	18	20	38	kg	有機蔬菜	28	30	58	kg	白蘿蔔中丁 (1.5*1.5*1.5cm)	10	12	22	kg	
		麥片	6	12	18	kg	腱肉丁	24	27	51	kg	烏蛋	12	15	27	kg	薑絲	0	0.3	0.3	kg	紅蘿蔔中丁 (1.5*1.5*1.5cm)	3	3	6	kg	
							蒜末	0.6	0.6	1.2	kg	紅蘿蔔切片	2	2	4	kg	蒜碎	0.3	0	0.3	kg	骨腿丁	12	12	24	kg	
												蒜末	0.3	0.3	0.6	kg											
								醃料																			
								醬油、五香粉、白胡椒粉、米酒																			
10月8日	二	糙米飯					滑蛋雞丁					豆豉鮮蚶					芝麻海芽拌豆芽					竹筍排骨湯					
		白米	22	11	33	kg	去骨雞腿丁	33	36	69	kg	蚶仔	12	12	24	kg	黃豆芽	18	22	40	kg	鮮竹筍切片	15	18	33	kg	
		糙米	6	12	18	kg	雞蛋	12	12	24	kg	嫩豆腐	20	20	40	kg	海帶芽	1	1	2	kg	中排丁	12	12	24	kg	
							四季豆去絲(切小丁)	12	12	24	kg	蒜苗	0.6	0.6	1.2	kg	白芝麻	0.3	0.3	0.6	kg						
							蒜末	0.3	0.3	1	kg	辣椒	0.1	0.3	0.4	kg											
												豆豉	2	2	4	kg											
												蒜泥	0.6	0.6	1.2	kg											
										醬油、米酒、素蠔油、糖、白胡椒																	
10月9日	三	茄汁蛋炒飯					茄汁蛋炒飯料					可愛造型包					奶香燉菜					花瓜雞湯					
		白米	20	28	48	kg	肉絲	18	21	39	kg	可愛造型包	600	635	1235	個	大白菜	28	30	58	kg	骨腿丁	15	18	33	kg	
							雞蛋	12	12	24	kg						紅蘿蔔切片	2	2	4	kg	花瓜罐頭	3	3	6	罐	
							高麗菜	15	15	30	kg						洋蔥絲	3	5	8	kg	蒜仁	0.6	0.6	1.2	kg	
							玉米粒	8	8	16	kg						絞肉	3	3	6	kg						
							毛豆仁	3	3	6	kg						蒜末	0.3	0.3	0.6	kg						
							蒜末	0.3	0.3	1	kg						奶粉	1	1	2	包						
							青蔥	0.3	0.3	1	kg																
							番茄醬																				
10月11日	五	小米飯					泰式檸檬魚					豆皮燴絲瓜					蒜香高麗菜					泰式酸辣海鮮湯					
		白米	22	11	33	kg	鱸魚丁	30	33	63	kg	絲瓜去皮去頭尾(切片)	38	38	76	kg	高麗菜	32	35	67	kg	蝦仁	6	8	14	kg	
		小米	6	12	18	kg	板豆腐	15	15	30	kg	豆包切絲	5	5	10	kg	蒜末	0.3	0.3	0.6	kg	小卷	6	8	14	kg	

單位主管

校長

午餐執事

臺南市安南區土城國小暨安佃國小113學年度第一學期1001-1031學生午餐供餐週記

校長：
 食譜設計：
 總人數： 人

日期	星期	主食	土城 (kg)	安佃 (kg)	數量	單位	副食一	土城 (kg)	安佃 (kg)	數量	單位	副食二	土城 (kg)	安佃 (kg)	數量	單位	副食三	土城 (kg)	安佃 (kg)	數量	單位	湯	土城 (kg)	安佃 (kg)	數量	單位	
							薑絲	0.6	0.6	1.2	kg											番茄(大丁)	5	5	10	kg	
							蒜末	0.6	0.6	1.2	kg												小三角油豆腐	6	8	14	kg
							辣椒	0.1	0.3	0.4	kg												檸檬汁	1	1	2	罐
							香菜	0.1	0.3	0.4	kg												魚露	2	2	4	罐
							魚露	2	2	4	罐												檸檬葉(50g)	1	1	2	包
							檸檬汁	1	1	2	罐												南薑(100g)	1	1	2	包
																							香茅(100g)	1	1	2	包
																							泰式酸辣醬	2	2	4	kg

臺南市安南區土城國小暨安佃國小113學年度第一學期1001-1031學生午餐供餐週記

校長：
 食譜設計：
 總人數： 人

日期	星期	主食	土城 (kg)	安佃 (kg)	數量	單位	副食一	土城 (kg)	安佃 (kg)	數量	單位	副食二	土城 (kg)	安佃 (kg)	數量	單位	副食三	土城 (kg)	安佃 (kg)	數量	單位	湯	土城 (kg)	安佃 (kg)	數量	單位	
10月14日	一	玉米飯					沙嗲雞					豆薯肉末					有機蔬菜					冬菜鴨肉湯					
		白米	30	24	54	kg	骨腿丁	42	42	84	kg	絞肉	9	9	18	kg	有機蔬菜	28	28	56	kg	鴨肉丁	12	15	27	kg	
		玉米粒	8	12	20	kg	洋蔥丁	12	15	27	kg	豆薯切小丁	12	15	27	kg	薑絲	0	0.3	0.3	kg	冬菜	2	2	4	罐	
							花生粉	1	1	2	kg	玉米粒(CAS)	8	10	18	kg	蒜碎	0.3	0	0.3	kg	冬粉	3	3	6	kg	
							咖哩粉					蒜末	0.3	0.3	0.6	kg						薑片	0.3	0.3	0.6	kg	
10月15日	二	紫米飯					冰糖滷肉					鮪魚聰明蛋					珍菇燴黃瓜					冬瓜仙草蜜					
		白米	22	11	33	kg	腩肉丁	36	36	72	kg	雞蛋	20	22	42	kg	小黃瓜切圓片	22	23	45	kg	冬瓜磚	1	1	2	袋	
		紫米	6	12	18	kg	白蘿蔔中丁 (1.5*1.5*1.5cm)	10	12	22	kg	洋蔥丁	8	9	17	kg	袖珍菇	9	9	18	kg	仙草凍	30	30	60	kg	
							紅蘿蔔中丁 (1.5*1.5*1.5cm)	3	3	6	kg	玉米粒	3	3	6	kg	蒜末	0.3	0.3	0.6	kg	二砂					
							薑片	0.6	0.6	1.2	kg	鮪魚罐頭	9	9	18	kg											
							蔥段	0.6	0.6	1.2	kg	蒜末	0.3	0.3	0.6	kg											
							蒜仁	0.6	0.6	1.2	kg																
					冰糖																						
10月16日	三	紅燒豬肉麵					紅燒豬肉麵料					黑胡椒毛豆莢					宮保高麗菜					紅燒豬肉湯					
		鐵板麵	78	78	156	kg	腩肉丁	24	27	51	kg	毛豆莢	28	32	60	kg	高麗菜	32	35	67	kg	洋蔥丁	8	8	16	kg	
							白蘿蔔(不切)	10	10	20	kg	蒜末	0.3	0.3	1	kg	花生	2	2	4	kg	蔥段	0.6	0.6	1.2	kg	
							紅蘿蔔(不切)	3	3	6	kg	黑胡椒粒					蒜末	0.3	0.3	0.6	kg						
							番茄(大丁)	6	6	12	kg						乾辣椒										
					小白菜	5	5	10	kg																		
10月17日	四	小薏仁飯					蒜頭雞					日式和風蒸蛋					有機蔬菜					貢丸排骨湯					
		白米	22	11	33	kg	骨腿丁	39	42	81	kg	雞蛋	25	25	50	kg	有機蔬菜	28	28	56	kg	貢丸(對半切)	9	12	21	kg	
		洋蔥仁	6	12	18	kg	杏鮑菇	12	12	24	kg	紅蘿蔔切小片	單位主管	1	2	kg	薑絲	0	0.3	0.3	kg	排骨丁	6	6	12	kg	

午餐執事

校長

臺南市安南區土城國小暨安佃國小113學年度第一學期1001-1031學生午餐供餐週記

校長：
 食譜設計：
 總人數： 人

日期	星期	主食	土城 (kg)	安佃 (kg)	數量	單位	副食一	土城 (kg)	安佃 (kg)	數量	單位	副食二	土城 (kg)	安佃 (kg)	數量	單位	副食三	土城 (kg)	安佃 (kg)	數量	單位	湯	土城 (kg)	安佃 (kg)	數量	單位	
10月21日	一	海苔香鬆飯					白醬鮮蔬燉雞					三杯豆腸					有機蔬菜					冬瓜排骨湯					
		白米	30	26	56	kg	骨腿丁	36	39	75	kg	豆腸(非基改)	18	20	38	kg	有機蔬菜	28	30	58	kg	中排丁	12	12	24	kg	
		海苔香鬆	2	2	4	包	綠花椰菜	6	6	12	kg	杏鮑菇(切滾刀)	12	15	27	kg	薑絲	0	0.3	0.3	kg	冬瓜大丁(2*2*2cm)	15	15	30	kg	
							高麗菜	10	10	20	kg	九層塔	0.6	0.6	1.2	kg	蒜碎	0.3	0	0.3	kg	薑片	0.6	0.6	1.2	kg	
							洋蔥絲	3	5	8	kg	薑片	0.6	0.6	1.2	kg											
							蒜末	0.3	0.3	0.6	kg	蒜仁	0.6	0.6	1.2	kg											
							奶油	1	1	2	塊	麻油															
							奶粉	1	1	2	袋																
10月22日	二	紅藜麥飯					京都醬香肉					鴛鴦粉絲					椒鹽時蔬					剝皮辣椒雞湯					
		白米	22	10	32	kg	腓肉丁	36	36	72	kg	冬粉(兩枝可拆一包裝)	4.5	4.5	9	kg	玉米筍(切斜刀)	8	10	18	kg	剝皮辣椒罐頭(去籽)	2	2	4	kg	
		紅藜麥	6	12	18	kg	洋蔥絲	10	12	22	kg	米粉	3	3	6	kg	小黃瓜(切滾刀)	8	10	18	kg	花瓜罐頭	2	2	4	罐	
							紅甜椒切片(2*1cm)	3	3	6	kg	紅蘿蔔絲	2	2	4	kg	四季豆(去絲切頭尾)	12	12.0	24.0	kg	骨腿丁	12	12	24	kg	
							蔥段	1	1	2	kg	絞肉	6	6	12	kg	椒鹽粉										
							梅林辣醬油(296ml)	5	5	10	罐	高麗菜	12	15	27	kg											
							番茄糊					蒜末	0.3	0.3	0.6	kg											
							醬油					辣豆瓣															
10月23日	三	玉米雞茸粥					滷雞腿					鍋貼*2					黑胡椒蒜香炒菇					玉米雞茸粥料					
		白米	16	20	36	kg	雞腿	565	625	1190	隻	鍋貼	1135	1250	2385	個	香菇	17	18	35	kg	雞絞肉	18	18	36	kg	
							蒜仁	1	1	2	kg						杏鮑菇	12	15	27	kg	玉米粒(CAS)	10	12	22	kg	
							蔥段	1	1	2	kg						蒜末	0.3	0.3	0.6	kg	高麗菜	15	18	33	kg	
							薑片	1	1	2	kg						黑胡椒粒					青蔥	0.6	0.6	1.2	kg	
							辣椒	0.3	0.3	0.6	kg																
10月24日	四	蕎麥飯					磨菇醬豬柳					關東煮					有機蔬菜					絲瓜蛋花湯					
		白米	22	11	33	kg	豬柳	36	39	75	kg	白蘿蔔大丁(2*2*2cm)	10	12	22	kg	有機蔬菜	28	30	58	kg	絲瓜去皮切頭尾(切片)	15	18	33	kg	
		蕎麥粒	6	12	18	kg	磨菇	5	5	10	kg	紅蘿蔔中丁(1.5*1.5*1.5cm)	5	6	11	kg	薑絲	0	0.3	0.3	kg	雞蛋	10	10	20	kg	
							洋蔥絲	6	6	12	kg	玉米塊	8	8	16	kg	蒜碎	0.3	0	0.3	kg	香油					

臺南市安南區土城國小暨安佃國小113學年度第一學期1001-1031學生午餐供餐週記

校長：
 食譜設計：
 總人數： 人

日期	星期	主食	土城 (kg)	安佃 (kg)	數量	單位	副食一	土城 (kg)	安佃 (kg)	數量	單位	副食二	土城 (kg)	安佃 (kg)	數量	單位	副食三	土城 (kg)	安佃 (kg)	數量	單位	湯	土城 (kg)	安佃 (kg)	數量	單位				
10月28日	一	雙色芝麻飯					kg	鐵路豬排					塊	醬炒筍絲				kg	有機蔬菜				kg	海陸雙鮮羹				kg		
		白米	30	24	54	鐵路大排		600	625	1225	鮮筍絲	22		25	47	有機蔬菜	28		30	58	肉羹	6		6	12					
		白芝麻	0.2	0.2	0.4	木耳絲		3	3	6	薑絲	0		0.3	0.3	蝦仁	5		6	11										
		黑芝麻	0.2	0.2	0.4	肉絲		6.0	6.0	12.0	蒜碎	0.3		0	0.3	魷魚圈	5		6	11										
						辣椒		0.1	0.3	0.4						紅蘿蔔絲	2		2	4										
						醬油										金針菇	3		3	6										
																雞蛋	8		10	18										
10月29日	二	小米飯					kg	麻油雞					kg	水煮蛋				顆	堅果鮮蔬				kg	港式芋香黑糯米				kg		
		白米	22	13	35	骨腿丁		39	42	81	雞蛋	600		635	1235	綠花椰菜	15		18	33	黑糯米	3		5	8					
		小米	6	12	18	高麗菜		15	15	30						玉米筍	8		10	18	芋頭小丁	10		12	22					
						杏鮑菇		9	9	18						櫛瓜(切圓片)	6		6	12	椰奶	10		10	20					
						薑片		0.6	0.6	1.2						綜合堅果	2		3	5	奶粉	1		1	2					
						枸杞		0.3	0.3	0.6											二砂									
						麻油																								
10月30日	三	茄汁肉醬義大利麵					kg	義式焗烤/起司雞丁					kg	茄汁肉醬義大利麵料				kg	奶油炒高麗菜				kg	玉米濃湯				kg		
		白油麵	75	75	150	去骨雞腿丁		30	33	63	絞肉	15		18	33	高麗菜	32		35	67	玉米粒	8		8	16					
						綠花椰菜		6	6	12	洋蔥丁	8		8	16	蒜末	0.3		0.3	0.6	火腿丁(CAS)	3		3	6					
						紅甜椒		3	2	5	番茄(切小丁)	8		8	16	奶油	1		1	2	紅蘿蔔小丁	2		2	4					
						黃甜椒		3	2	5	蘑菇	5		5	10					雞蛋	10	12		22						
						奶粉		1	1	2	蒜末	0.3		0.3	1					馬鈴薯小丁	6	6		12						
						雙色乳酪絲		7	7	14	起司粉	1		1	2					玉米濃湯粉	2	2		4						
10月31日	四	五穀飯					kg	日式馬鈴薯燉肉					kg	奶皇包				個	有機蔬菜				kg	酸菜白肉鍋				kg		
		白米	22	11	33	腩肉丁		24	27	51	奶皇包	600		635	1235	有機蔬菜	28		30	58	五花肉片	3		3	6					
		五穀米	6	12	18	軟骨丁		15	15	30						薑絲	0		0.3	0.3	火鍋肉片	6		6	12					
						馬鈴薯大丁 (2*2*2cm)		10	10	20						蒜碎	0.3		0	0.3	酸白菜	6		6	12					
						紅蘿蔔中丁 (1.5*1.5*1.5cm)		3	3	6											高麗菜	12		15	27					
						茼蒿小卷		6	6	12																				
						醬油																								
				味霖																										
午餐執事																							單位主管				校長			