

文山高中114年05月 午餐食材全校總量表 (葷食共計1600人)

日期	主食	副食一	副食二	副食三	湯	其他
01（四）	【白飯】	【薑汁燒雞】 光雞切丁：216公斤 洋蔥絲：70公斤 薑泥：5公斤	【花椰佐豚片】 豬肉片2*2：27公斤 冷凍青花菜：110公斤 濕木耳：7公斤 胡蘿蔔片：6公斤	【蒜香番薯葉】 地瓜葉：95公斤 蒜末：2公斤	【海芽蛋花湯】 洗選蛋：30公斤 海帶芽：6公斤 青蔥：1公斤	
02（五）	【白飯】	【法式起司肉片燉飯燴汁】 火鍋肉片：99公斤 貢丸切片：3公斤 冷凍青花菜：80公斤 新鮮香菇：30公斤 胡蘿蔔小丁：20公斤	冷凍玉米粒：30公斤 洋蔥丁：30公斤 華冠液態起司紅醬：45公斤 義式急食鮮白醬：50公斤	【熟烤翅小腿 2支/人】 熟烤翅小腿(50g)：3210支	【鳳梨芋圓冰茶】 彩色小芋圓：20公斤 鳳梨丁：70公斤	【小蕃茄】

日期	主食	副食一	副食二	副食三	湯	其他
05（一）	【糙米飯】	【滑嫩蒸蛋】 冷藏蛋液：115公斤 胡蘿蔔絲：6公斤	【椒麻豆包甘藍】 油豆包絲：25公斤 乾豆皮：6公斤 高麗菜：150公斤 金針菇：20公斤 中港興濃縮麻辣醬(330g)：12包	【壕油油菜】 油菜：120公斤 蒜末：1.5公斤	【大寮紅豆湯】	【國產鮮奶】
06（二）	【小米飯】	【三杯雞丁】 光雞切丁：189公斤 高麗菜：110公斤 老薑片：6公斤	【黃瓜油腐】 油腐切片：21公斤 大黃瓜：165公斤 胡蘿蔔片：6公斤 紅辣椒：0.8公斤 蒜末：0.8公斤	【薑絲尼龍菜】 尼龍白菜：120公斤 嫩薑絲：1.5公斤	【酸菜豚絲湯】 腿肉絲：24公斤 酸菜粒：23公斤 嫩薑絲：1.5公斤	

日期	主食	副食一	副食二	副食三	湯	其他
----	----	-----	-----	-----	---	----

07 (三)	【芝香米飯】	【椒鹽魚丁】	【長豆肉絲】 腿肉絲：18公斤 菜豆：90公斤 蒜末：1公斤	【蒜香莧菜】 莧菜：120公斤 蒜末：1.5公斤	【紫菜蛋花湯】 洗選蛋：25公斤	【西瓜】
08 (四)	【五穀飯】	【醬爆肉片豆芽】 火鍋肉片：132公斤 綠豆芽：52公斤 洋蔥丁：20公斤 蒜末：2公斤 青蔥：1.5公斤	【玉米雞丁】 原胸雞丁1.5*1.5：24公斤 新鮮玉米粒：70公斤 胡蘿蔔小丁：26公斤 蒜末：1.2公斤	【香菇青江菜】 青江菜：120公斤 新鮮香菇：10公斤 蒜末：1.5公斤	【冬瓜龍骨湯】 龍骨：21公斤 冬瓜中丁：60公斤 嫩薑絲：2公斤	
09 (五)	【皮蛋玉米肉末粥】	低脂粗絞肉：51公斤 洗選蛋：55公斤 皮蛋：35公斤 高麗菜：100公斤	青江菜：10公斤 冷凍玉米粒：40公斤 台灣芹菜：2.5公斤	【三星蔥拉餅】 仁德三星蔥餅(80g)：1605片		【蘋果汁】

日期	主食	副食一	副食二	副食三	湯	其他
----	----	-----	-----	-----	---	----

12 (一)	【白飯】	【竹筍飯湯頭】 洗選蛋：45公斤 油豆包絲：22公斤 肉羹條：18公斤 蝦米：1公斤 新鮮竹筍絲：116公斤 油菜：10公斤	胡蘿蔔絲：7公斤 台灣芹菜：10公斤	【鮮奶芋香捲】 鮮奶芋香捲(60g)：1645片		【履歷豆漿】
--------	------	--	-----------------------	-----------------------------	--	--------

日期	主食	副食一	副食二	副食三	湯	其他
13（二）	【五穀飯】	【香滷豬里肌】 帶骨里肌(100g)：1605片 蒜仁：2公斤 老薑片：1.5公斤 紅辣椒：1.5公斤 青蔥：2公斤	【花椰燴鵪蛋】 豬肉片2*2：3公斤 鵪蛋：20公斤 冷凍青花菜：100公斤 胡蘿蔔片：6公斤	【枸杞絲瓜】 絲瓜：170公斤 嫩薑絲：2公斤	【傳統綠豆湯】	
14（三）	【小米飯】	【花瓜雞丁】 光雞切丁：219公斤	【蒲瓜燴肉片】 豬肉片2*2：24公斤 扁蒲：165公斤 紅辣椒：0.8公斤 嫩薑絲：1.8公斤	【蒜香尼龍菜】 尼龍白菜：120公斤 蒜末：1.5公斤	【玉米蛋花湯】 洗選蛋：25公斤 新鮮玉米粒：20公斤	【葡萄】
15（四）	【糙米飯】	【泰式打拋豬】 低脂粗絞肉：148公斤 洋蔥丁：60公斤 紅蔥頭末：4公斤 紅辣椒：1公斤 九層塔：10公斤 蒜末：2公斤 青蔥：4公斤	【冬瓜黑輪】 黑輪條切段：24公斤 冬瓜丁：180公斤 胡蘿蔔片：6公斤 蒜末：1公斤	【薑絲油菜】 油菜：120公斤 嫩薑絲：1.5公斤	【鮮筍豚絲湯】 腿肉絲：12公斤 新鮮竹筍絲：30公斤	
16（五）	【烏龍麵】 烏龍麵：275公斤	【味噌虱目魚海帶芽湯汁】 嫩豆腐：24公斤 珍珠虱目魚丸：18公斤 黑輪條切段：18公斤 小白菜：10公斤	大白菜：120公斤 海帶芽：7公斤 青蔥：2公斤	【起司包】 起司包(60g)：1645片		【小蕃茄】

日期	主食	副食一	副食二	副食三	湯	其他
19（一）	【芝香米飯】	【三杯干丁鮑菇】 多層干丁：90公斤 杏鮑菇：66公斤 九層塔：10公斤 老薑片：6公斤	【玉米炒蛋】 洗選蛋：90公斤 新鮮玉米粒：100公斤	【蠔味地瓜葉】 地瓜葉：95公斤 蒜末：2公斤	【仙草蜜湯】 仙草預切丁：180公斤	【國產鮮奶】
20（二）	【五穀飯】	【鹽酥雞腿】 棒棒腿(劃刀150g)：1605片	【粉絲肉末】 低脂絞肉：21公斤 高麗菜：50公斤 濕木耳：8公斤	【麻香萵苣】 大陸妹：120公斤 蒜末：1.5公斤	【刺瓜龍骨湯】 龍骨：21公斤 大黃瓜丁：45公斤 台灣芹菜：2公斤	
21（三）	【糙米飯】	【港式京醬肉絲】 低脂粗腿肉絲：150公斤 豆干白片：35公斤 洋蔥絲：70公斤 青蔥：2公斤	【紅蘿蔔炒蛋】 洗選蛋：75公斤 胡蘿蔔絲：83公斤	【薑絲鵝白菜】 鵝白菜：120公斤 嫩薑絲：1.5公斤	【筍片雞骨湯】 雞骨架：15公斤 新鮮竹筍片：30公斤	【蘋果】
22（四）	【小米飯】	【薑滷胡蘿蔔雞丁】 雞排切丁：217公斤 胡蘿蔔大丁：30公斤 老薑片：3公斤 紅辣椒：1公斤	【奶香花椰肉片】 豬肉片2*2：27公斤 義式急食鮮白醬：15公斤 冷凍青花菜：120公斤 蒜末：1公斤	【蒜香高麗菜】 高麗菜：135公斤 胡蘿蔔片：6公斤 蒜末：1.5公斤	【扁蒲豚絲湯】 腿肉絲：12公斤 扁蒲絲：30公斤 青蔥：2公斤	
23（五）	【白飯】	【沙茶油菜豬肉燴汁】 火鍋肉片：135公斤 油菜：90公斤 洋蔥絲：66公斤	胡蘿蔔絲：7.5公斤 蒜末：3.8公斤	【蛋黃香菇肉粽】 蛋黃香菇肉粽(150g)：1520粒	【芹香餛飩湯】 里港小餛飩：48公斤 小白菜：33公斤 台灣芹菜：1.8公斤	【香蕉】
鳥松校外教學 剩1517人 0.948						

日期	主食	副食一	副食二	副食三	湯	其他
26（一）	【蒔蔬蛋炒麵】 鐵板麵：205公斤	【蒔蔬蛋炒麵-配料】 洗選蛋：80公斤 香菇素肉燥：8公斤 青江菜：60公斤 高麗菜：80公斤 胡蘿蔔絲：27公斤	濕木耳：10公斤	【餐包】	【香檸山粉圓】 鮮榨檸檬汁：5罐 鮮榨百香果汁：5罐	【優酪乳】
27（二）	【糙米飯】	【韓式泡菜肉片】 火鍋肉片：130公斤 洋蔥片：30公斤 韓式泡菜：53公斤 大白菜：50公斤	【銀芽雞絲】 手撕雞肉絲：30公斤 雞皮(炸油)：1公斤 綠豆芽：90公斤 胡蘿蔔絲：10公斤	【塔香海絨】 海茸：105公斤 九層塔：6公斤 蒜末：1公斤 紅辣椒：1公斤	【蘿蔔貢丸湯】 龍骨：3公斤 貢丸切片：21公斤 蘿蔔中丁：40公斤	
28（三）	【芝香米飯】	【胡麻洋蔥燒雞】 光雞切丁：219公斤 洋蔥片：80公斤	【鮮筍炒肉絲】 腿肉絲：30公斤 新鮮竹筍絲：125公斤 紅辣椒：0.6公斤 蒜末：0.8公斤	【胡蘿蔔青江菜】 青江菜：120公斤 胡蘿蔔片：6公斤 蒜末：1公斤	【金針花雞骨湯】 雞骨架：15公斤 青蔥：2公斤	【小蕃茄】
29（四）	【小米飯】	【梅干扣肉】 德國豬腳丁：90公斤 腿肉丁：105公斤 中港興梅干菜(加工)：30公斤 蒜仁：1公斤 老薑片：1.5公斤 紅辣椒：0.8公斤 青蔥：1公斤	【豆薯炒蛋】 洗選蛋：80公斤 豆薯絲：70公斤 胡蘿蔔絲：15公斤	【菇絲小白菜】 小白菜：120公斤 嫩薑絲：1.5公斤	【海芽嫩腐味噌湯】 嫩豆腐：44公斤 海帶芽：6公斤 青蔥：2公斤	