



醫院管理局

HOSPITAL
AUTHORITY

食譜

No. 1

編號:227051 名稱:清真杏片魚柳

制作方法 煮/急凍

盛盆數量	0	盛盆名稱	FULL SIZE 2 .5 INCHES	每盆份數	20.0	總生產份數	1
每份量	0.16KG			每份重量(g)	160.0	總生產量(kg)	0.16
				生產倍數量	20.0	每盆重量(kg)	3.2
						原料淨重(kg)	0.161

備註 Rule: 3d

步驟	編號	原料	數量	單位		
1	201824	PYN020182404F 魚柳 (龍利)	0.150	KG		
2	200096	PYN020009604F 雞蛋	0.300	EACH		
	201821	PYN020182102F 水	0.008	L		
	206630	PYN020663004F 全脂奶(1L)	0.008	L		
	217832	PYN021783202F 白麵粉	0.008	KG		
	218359	PYN021835901F 杏仁片	0.005	KG		
	219089	PYN021908902F 粗鹽	0.002	KG		
	201188	PYN020118807F 古月粉	0.001	KG		
	219509	CPH021950901F 白胡椒粒	0.001	KG		
3	217802	PYN021780208F 檸檬	0.023	KG		
	219547	PYN021954701F 芥花籽油	0.012	KG		
	218114	PYN021811401F 蕃茜	0	KG		

步驟	步驟描述	儀器	儀器數目	時間(Hr)/儀器
1	準備： 1. 先將魚柳24小時前置於4°C雪櫃解凍			
2	烹調： 1. 魚柳用鹽和胡椒粉調味，與全脂奶及水、雞蛋等混和醃約2小時 2. 杏仁片用刀略為切細，和麵粉撈勻			
3	烹調： 3. 掃油於盆上（讓魚柳變成輕煎之效果） 4. 魚柳沾上2(2)之杏片混合粉上盆焗至其中心溫度高達75°C或以上 5. 灑上蕃茜和檸檬汁即可			
4	速涼方法： 按份量分成二十份，將食品冷藏至-18°C。 儲存方法： 將已凝固的食品從模中取出，放入食物袋中並儲放於-18°C冷藏庫中。			
5	翻熱程序： 應用翻熱車： 1. 把食物從-18°C冷藏庫中取出； 2. 把每份食物放在器皿上； 3. 把每碟食物放在翻熱車中於70分鐘內加熱至其中心溫度達75°C或以上即可。			
6	應用微波爐： 1. 把食物從-18°C冷藏庫中取出； 2. 原盒放入微波爐中加熱至其中心溫度達75°C或以上即可。			



醫院管理局

HOSPITAL
AUTHORITY

食譜

No. 2

編號:227052 名稱:清真咖喱魚柳

制作方法 煮/急凍

盛盆數量	0	盛盆名稱	FULL SIZE 2 .5 INCHES	每盆份數	21.0	總生產份數	1
每份量	0.2KG			每份重量(g)	200.0	總生產量(kg)	0.2
				生產倍數量	21.0	每盆重量(kg)	4.2
						原料淨重(kg)	0.205

備註 Rule: 3h

步驟	編號	原料	數量	單位		
1	201824	PYN020182404F 魚柳 (龍利)	0.143	KG		
2	217802	PYN021780208F 檸檬	0.005	KG		
	217832	PYN021783202F 白麵粉	0.004	KG		
	219547	PYN021954701F 芥花籽油	0.004	KG		
	218716	PYN021871606F 蘋果(去皮去心)	0.003	KG		
	227540	HO022754001F 清真咖哩粉	0.002	KG		
	218074	PYN021807405F 洋蔥(切角)	0.002	KG		
	218800	PYN021880003F 蒜肉	0.001	KG		
	201196	PYN020119601F 黃薑粉	0.001	KG		
	206669	PYN020666902F 肉桂粉	0.001	KG		
	219544	PYN021954401F 老薑肉	0.001	KG		
	218114	PYN021811401F 蕃茜	0	KG		
	200809	PYN020080901F 月桂葉 (香葉)	0	KG		
3	201821	PYN020182102F 水	0.083	L		
	200822	PYN020082206F 鹽	0.001	KG		
	227032	HO022703202F 清真雞粉	0.001	KG		
4	219547	PYN021954701F 芥花籽油	0.004	KG		
	201106	PYN020110607F 乾蔥肉	0.001	KG		
	200822	PYN020082206F 鹽	0	KG		
	227032	HO022703202F 清真雞粉	0	KG		
	201188	PYN020118807F 古月粉	0	KG		



醫院管理局

HOSPITAL
AUTHORITY

食譜

步驟	步驟描述	儀器	儀器數目	時間(Hr)/儀器
1	預備： 1. 先將魚柳在24小時前從雪房取出解凍，再修改切好，洗淨及隔乾水份。			
2	咖喱汁： 1. 燒熱油鑊，落油炒香洋蔥及蒜茸，落麵粉炒至熟，加入其他材料(檸檬預先榨汁)，細火煮十分鐘			
3	咖喱汁： 2. 加入清真雞粉及水，煮滾 3. 落鹽調味			
4	魚柳： 1. 先將魚切件上盆 2. 把乾蔥和(3)的材料 攪勻混合 3. 把鹽、古月粉、雞粉灑在魚上 4. 放入蒸焗爐焗10分鐘 5. 將咖喱汁加入魚柳即可。			
5	速涼方法： 按份子每盆分成21份，將食品冷凍至-18C。 儲存方法： 將已凝固的食品從模中取出，放入食物袋中並儲放於-18C冷藏庫中。			
6	翻熱程序： 應用翻熱車： 1. 把食物從-18冷藏庫中取出， 2. 把每份食物放在器皿上， 3. 把每碟食物放進翻熱車中於70分鐘內加熱至其中心溫度達75C或以上即可。 應用微波爐： 1. 把食物從-18冷藏庫中取出， 2. 原盒放入微波爐中加熱至其中心溫度達75C或以上即可。			



No. 3

編號:227049 名稱:清真白汁蘑菇雞粒

制作方法 煮/急凍

盛盆數量 0 盛盆名稱 Box (盒)

每盆份數 6.0 總生產份數 1

每份量 0.17KG

每份重量(g) 170.0 總生產量(kg) 0.17

生產倍數量 每盆重量(kg) 1.02

原料淨重(kg) 0.038

備註 Rule: 3h

步驟	編號	原料	數量	單位		
1	227035	HO022703502F 清真去皮去骨雞脾扒	0.017	KG		
	201821	PYN020182102F 水	0.011	L		
2	205781	PYN020578105F 磨菇片	0.009	KG		
	218075	PYN021807503F 洋蔥(切碎)	0.007	KG		
3	201821	PYN020182102F 水	0.007	L		
	206630	PYN020663004F 全脂奶(1L)	0.004	L		
	227033	HO022703302F 清真植物牛油	0.002	KG		
	202280	PYN020228002F 特制生粉	0.001	KG		
	217872	PYN021787205F 高級白汁粉	0.001	KG		
	227032	HO022703202F 清真雞粉	0	KG		
	200822	PYN020082206F 鹽	0	KG		
	201188	PYN020118807F 古月粉	0	KG		

步驟	步驟描述	儀器	儀器數目	時間(Hr)/儀器
1	準備: 1. 先把生雞脾扒在24小時前置於雪房內解凍，再修改切好、洗淨 2. 把雞脾肉粒飛水，隔水備用			
2	準備: 1. 洋蔥碎(0.2x0.2cm)取出備用 2. 罐頭磨菇片開罐隔水備用。			
3	烹調: 1. 開煲，用溫水，奶，白汁粉，調味加熱煮成汁 2. 加入碎洋蔥及磨菇片炒勻 3. 加入生粉水成芡 4. 最後拌入雞肉粒，煮至其中心溫度高達75C或以上			
4	速涼方法：按份量分成所需分數，將食品冷凍至-18C。 儲存方法：將已凝固的食品從模中取出，放入食物袋中並存放於-18C冷藏庫中。			
5	翻熱程序： 翻熱車應用： 1. 把食物從-18C冷藏庫中取出， 2. 將每份食物放在器皿上， 3. 把每碟食物放進翻熱車中於70分鐘內加熱至其中心溫度達75C或以上即可。 微波爐應該： 1. 把食物從-18C冷藏庫中取出， 2. 原盒放入微波爐加熱至其中心溫度達75C或以上即可。			



醫院管理局

HOSPITAL
AUTHORITY

食譜

No. 4

編號:227057 名稱:清真白汁蘑菇雞粒(碎)

制作方法 煮/急凍

盛盆數量	0	盛盆名稱	FULL SIZE 2 .5 INCHES	每盆份數	20.0	總生產份數	1
每份量	0.17KG			每份重量(g)	170.0	總生產量(kg)	0.17
				生產倍數量	20.0	每盆重量(kg)	3.4
						原料淨重(kg)	0.172

備註 Rule: 3h

步驟	編號	原料	數量	單位		
1	227035	HO022703502F 清真去皮去骨雞脾扒	0.075	KG		
	201821	PYN020182102F 水	0.050	L		
2	205781	PYN020578105F 磨菇片	0.040	KG		
	218075	PYN021807503F 洋蔥(切碎)	0.030	KG		
3	201821	PYN020182102F 水	0.030	L		
	219016	PYN021901601F 鮮牛奶	0.020	KG		
	227033	HO022703302F 清真植物牛油	0.009	KG		
	217832	PYN021783202F 白麵粉	0.003	KG		
	217872	PYN021787205F 高級白汁粉	0.003	KG		
	227032	HO022703202F 清真雞粉	0.001	KG		
	219089	PYN021908902F 粗鹽	0.001	KG		
	201188	PYN020118807F 古月粉	0	KG		

步驟	步驟描述	儀器	儀器數目	時間(Hr)/儀器
1	準備: 1. 先把生雞脾肉在24小時前置於雪房內解凍， 再修改切好成(0.4x0.4x0.4)cm、洗淨及隔乾水份烹調。 2. 把雞脾肉粒飛水			
2	準備: 1. 洋蔥切成(0.2x0.2x0.2)cm，磨菇切成(0.4x0.4x0.4)cm。			
3	烹調: 1. 洋蔥用人造牛油略炒，加入麵粉，慢慢加入水及白汁粉。 2. 加入雞肉粒，慢火煮至熟，加入磨菇和鮮奶，調味煮至 其中心溫度高達75C或以上。			
4	速涼方法：按份量分成所需分數，將食品冷凍至-18C。 儲存方法：將已凝固的食品從模中取出，放入食物袋中 並存放於-18C冷藏庫中。			
5	翻熱程序： 翻熱車應用： 1. 把食物從-18C冷藏庫中取出， 2. 將每份食物放在器皿上， 3. 把每碟食物放進翻熱車中於70分鐘內加熱至 其中心溫度達75C或以上即可。 微波爐應該： 1. 把食物從-18C冷藏庫中取出， 2. 原盒放入微波爐加熱至其中心溫度達75C或以上即可。			



No. 5

編號:227047 名稱:清真全雞肉糊

制作方法 煮/急凍

盛盆數量 0 盛盆名稱 BAG

每份量 0.08KG

每盆份數 25.0

總生產份數 1

每份重量(g) 80.0

總生產量(kg) 0.08

生產倍數量 25.0

每盆重量(kg) 2

原料淨重(kg) 0.082

備註

步驟	編號	原料	數量	單位		
1	227035	H0022703502F 清真去皮去骨雞髀扒	0.096	KG		
2	200822	PYN020082206F 鹽	0	KG		

步驟	步驟描述	儀器	儀器數目	時間(Hr)/儀器
1	解凍: 1. 將冰凍清真無皮無骨雞髀扒從雪房取出解凍			
2	烹調: 2. 放入蒸盆裡: 每盆 盛 6公斤凍無皮雞髀扒 灑上20克鹽 3. 把萬用烤箱預熱5分鐘 4. 按120 C蒸制,蒸35分鐘至其中心溫度達75 C或以上出爐 5. 將無皮雞髀扒分批用打糊機打成糊(刀速:4, 轉2分鐘後再用轉盤刀速:6, 轉4分鐘)			
3	速涼方法: 按份量分成二十五份, 將食品冷凍至-18 C			
4	儲存方法: 將已凝固的食品從模中取出, 放入食物袋中並儲放於-18 C冷藏庫中。			
5	翻熱程序: 應用翻熱車: 1. 把食物從冷藏庫中取出, 2. 將每份食物放在器皿上, 3. 將每碟食物放進翻熱車中於70分鐘內加熱至其中心溫度達 75C或以上即可。 應用微波爐: 1. 把食物從冷藏庫中取出, 2. 原盒放入微波爐中加熱至其中心溫度達 75C或以上即可。			



醫院管理局

HOSPITAL
AUTHORITY

食譜

No. 6

編號: 227050 名稱: 清真葡汁雜菜齋

制作方法 煮/急凍

盛盆數量	0	盛盆名稱	FULL SIZE 2 .5 INCHES	每盆份數	20.0	總生產份數	1
每份量	0.2KG			每份重量(g)	200.0	總生產量(kg)	0.2
				生產倍數量	20.0	每盆重量(kg)	4
						原料淨重(kg)	0.236

備註 Rule: 3d

步驟	編號	原料	數量	單位		
1	217597	PYN021759707F 麵筋	0.080	KG		
	208448	PYN020844802F 青椒	0.020	KG		
	217786	PYN021778607F 青豆 (急凍)	0.020	KG		
	217798	PYN021779802F 豆腐乾	0.020	KG		
	217793	PYN021779307F 炸麵筋	0.015	KG		
	205781	PYN020578105F 磨菇片	0.010	KG		
	217818	PYN021781808F 甘筍 (去皮)	0.005	KG		
2	201821	PYN020182102F 水	0.050	L		
	206224	PYN020622405F 椰奶	0.010	L		
	219547	PYN021954701F 芥花籽油	0.003	KG		
	200822	PYN020082206F 鹽	0.002	KG		
	200561	PYN020056103F 糖	0.002	KG		
	201196	PYN020119601F 黃薑粉	0.001	KG		
3	201821	PYN020182102F 水	0.008	L		
	202280	PYN020228002F 特制生粉	0.001	KG		

步驟	步驟描述	儀器	儀器數目	時間(Hr)/儀器
1	預備: 1. 白豆干、麵筋切粒飛水備用 2. 甘筍青椒切片飛水備用 3. 青豆飛水 4. 磨菇片隔水備用			
2	烹調: 1. 用油起鑊, 爆香黃薑粉, 加入水和椰奶及其他調味料			
3	烹調: 2. 打芡後加入所有材料煮熟			
4	速涼方法: 按份量分成二十份, 將食品冷凍至-18C。 儲存方法: 將已凝固的食品從模中取出, 放入食物袋中並儲放於-18C。冷藏庫中。			
5	翻熱程序: 應用翻熱車: 1. 把食物從-18C。冷藏庫中取出, 2. 把每份食物放在器皿上, 3. 把每碟食物放進翻熱車中於70分鐘內加熱至其中心溫度達75C或以上即可。 應用微波爐: 1. 把食物從-18C。冷藏庫中取出, 2. 原盒放入微波爐中加熱至中心溫度達75C或以上即可。			



醫院管理局

HOSPITAL
AUTHORITY

食譜

No. 7

編號:227059 名稱:清真葡汁雜菜齋(碎)

制作方法 煮/急凍

盛盆數量	0	盛盆名稱	FULL SIZE 2 .5 INCHES	每盆份數	20.0	總生產份數	1
每份量	0.2KG			每份重量(g)	200.0	總生產量(kg)	0.2
				生產倍數量	20.0	每盆重量(kg)	4
						原料淨重(kg)	0.236

備註 Update cooking steps

步驟	編號	原料	數量	單位		
1	217597	PYN021759707F 麵筋	0.080	KG		
	208448	PYN020844802F 青椒	0.020	KG		
	217786	PYN021778607F 青豆 (急凍)	0.020	KG		
	217798	PYN021779802F 豆腐乾	0.020	KG		
	217793	PYN021779307F 炸麵筋	0.015	KG		
	205781	PYN020578105F 磨菇片	0.010	KG		
	217818	PYN021781808F 甘筍 (去皮)	0.005	KG		
2	201821	PYN020182102F 水	0.050	L		
	206224	PYN020622405F 椰奶	0.010	L		
	219547	PYN021954701F 芥花籽油	0.003	KG		
	200822	PYN020082206F 鹽	0.002	KG		
	200561	PYN020056103F 糖	0.002	KG		
	201196	PYN020119601F 黃薑粉	0.001	KG		
3	201821	PYN020182102F 水	0.008	L		
	202280	PYN020228002F 特制生粉	0.001	KG		

步驟	步驟描述	儀器	儀器數目	時間(Hr)/儀器
1	預備: 1. 白豆干、麵筋切粒飛水備用 2. 甘筍青椒切片飛水備用 3. 青豆飛水備用 4. 磨菇片隔水備 5. 將齋切至4mmx4mmx4mm 以下			
2	烹調: 1. 用油起鑊, 爆香黃薑粉, 加入水和椰奶及其他調味料			
3	烹調: 2. 打芡後加入所有材料煮熟			
4	速涼方法: 按份量分成二十份, 將食品冷凍至-18C。 儲存方法: 將已凝固的食品從模中取出, 放入食物袋中並儲放於-18C。冷藏庫中。			
5	翻熱程序: 應用翻熱車: 1. 把食物從-18C。冷藏庫中取出, 2. 把每份食物放在器皿上, 3. 把每碟食物放進翻熱車中於70分鐘內加熱至其中心溫度達75C或以上即可。 應用微波爐: 1. 把食物從-18C。冷藏庫中取出, 2. 原盒放入微波爐中加熱至中心溫度達75C或以上即可。			



醫院管理局

HOSPITAL
AUTHORITY

食譜

No. 8

編號:227060 名稱:清真葡汁雜菜齋糊

制作方法 煮/急凍

盛盆數量	0	盛盆名稱	FULL SIZE 2 .5 INCHES	每盆份數	20.0	總生產份數	1
每份量	0.2KG			每份重量(g)	200.0	總生產量(kg)	0.2
				生產倍數量	20.0	每盆重量(kg)	4
						原料淨重(kg)	0.236

備註 Update cooking step

步驟	編號	原料	數量	單位		
1	217597	PYN021759707F 麵筋	0.080	KG		
	208448	PYN020844802F 青椒	0.020	KG		
	217786	PYN021778607F 青豆 (急凍)	0.020	KG		
	217798	PYN021779802F 豆腐乾	0.020	KG		
	217793	PYN021779307F 炸麵筋	0.015	KG		
	205781	PYN020578105F 磨菇片	0.010	KG		
	217818	PYN021781808F 甘筍 (去皮)	0.005	KG		
2	201821	PYN020182102F 水	0.050	L		
	206224	PYN020622405F 椰奶	0.010	L		
	219547	PYN021954701F 芥花籽油	0.003	KG		
	200822	PYN020082206F 鹽	0.002	KG		
	200561	PYN020056103F 糖	0.002	KG		
	201196	PYN020119601F 黃薑粉	0.001	KG		
3	201821	PYN020182102F 水	0.008	L		
	202280	PYN020228002F 特制生粉	0.001	KG		

步驟	步驟描述	儀器	儀器數目	時間(Hr)/儀器
1	預備: 1. 白豆干、麵筋切粒飛水備用 2. 甘筍青椒切片飛水備用 3. 青豆飛水備用 4. 磨菇片隔水備用 5. 用攪拌機將食物打成糊狀並隔渣			
2	烹調: 1. 用油起鑊, 爆香黃薑粉, 加入水和椰奶及其他調味料			
3	烹調: 2. 打芡後加入所有材料煮熟			
4	速涼方法: 按份量分成二十份, 將食品冷凍至-18C。 儲存方法: 將已凝固的食品從模中取出, 放入食物袋中並儲放於-18C。冷藏庫中。			
5	翻熱程序: 應用翻熱車: 1. 把食物從-18C。冷藏庫中取出, 2. 把每份食物放在器皿上, 3. 把每碟食物放進翻熱車中於70分鐘內加熱至其中心溫度達75C或以上即可。 應用微波爐: 1. 把食物從-18C。冷藏庫中取出, 2. 原盒放入微波爐中加熱至中心溫度達75C或以上即可。			



No. 9

編號:227048 名稱:清真雜菜通粉

制作方法 煮/急凍

盛盆數量 0 盛盆名稱 Pack (包)

每份量 0.37KG

每盆份數 20.0

總生產份數 1

每份重量(g) 370.0

總生產量(kg) 0.37

生產倍數量 20.0

每盆重量(kg) 7.4

原料淨重(kg) 0.385

備註 Use 219197 通粉 replace 202872; delete 薑片

步驟	編號	原料	數量	單位		
1	202199	PYN020219905F 急凍雜菜	0.013	KG		
2	219197	PYN021919703F 通粉	0.053	KG		
3	201821	PYN020182102F 水	0.225	L		
	200822	PYN020082206F 鹽	0.001	KG		
	227130	HO022713001F 清真蔬菜精粉	0.001	KG		
	219547	PYN021954701F 芥花籽油	0	KG		
	201188	PYN020118807F 古月粉	0	KG		

步驟	步驟描述	儀器	儀器數目	時間(Hr)/儀器
1	準備: 1. 雜菜解凍, 洗淨備用			
2	通粉製法: 1. 煲滾水, 放入通粉焗至八成熟, 取出 2. 雜菜解凍後, 飛水。 (通粉發脹約3倍)			
3	製法: 1. 先量好水煲湯, 把水煲滾, 放入湯料(薑, 古月粉和清真蔬菜粉) 2. 於起湯前放入調味(鹽、油) 3. 把湯煲滾至75C或以上, 隔去湯料。			
4	速涼方法: (通粉~158克+雜菜~12克), 另外湯~200克按份量各自分成二十份, 將食品各自冷凍至-18C。 儲存方法: 將已凝固的食品從模中取出, 放入食物袋中並儲放於-18C冷藏庫中。			
5	翻熱程序: 應用翻熱車: 1. 把食物從-18C冷藏庫中取出, 2. 把每份食物放在器皿上, 3. 把每碟食物放進翻熱車中於70分鐘內加熱至 其中心溫度達75C或以上即可。 應用微波爐: 1. 把食物從-18C冷藏庫中取出, 2. 原盒放入微波爐加熱至其中心溫度達75C或以上即可。			



No. 10

編號:227036 名稱:清真正飯

制作方法 煮/急凍

盛盆數量	0	盛盆名稱	FULL SIZE 2 .5 INCHES	每盆份數	20.0	總生產份數	1
每份量	0.17KG			每份重量(g)	170.0	總生產量(kg)	0.17
				生產倍數量	20.0	每盆重量(kg)	3.4
						原料淨重(kg)	0.181

備註

步驟	編號	原料	數量	單位		
1	211310	PYN021131008F 米	0.076	KG		
2	201821	PYN020182102F 水	0.105	L		

步驟	步驟描述	儀器	儀器數目	時間(Hr)/儀器
1	準備: 1. 把米洗淨, 隔水備用(存於冷藏庫內)。			
2	煮飯程序: 1. 每盆"2.5"吋深不銹鋼分數盆按水及米量度好。 2. 把不銹鋼分數盆內之米推進萬用烤箱, 選擇"自動烹調掣"及鈕時間掣為60分鐘, 再按"開始"掣。 3. 每盆飯蒸至75C或以上即可。			
3	速涼方法: 按份量分成十八份, 將食品各自冷凍至-18C。 儲存方法: 將已凝固的食品從模中取出, 放入食物袋中並儲放於-18C冷藏庫中。			
4	翻熱程序: 應用翻熱車: 1. 把食物從-18C冷藏庫中取出, 2. 把每份食物放在器皿上, 3. 把每碟食物放進翻熱車中於70分鐘內加熱至其中心溫度達75C或以上即可。 應用微波爐: 1. 把食物從-18C冷藏庫中取出, 2. 原盒放入微波爐加熱至其中心溫度達75C或以上即可。			



No. 11

編號:227037 名稱:清真軟飯

制作方法 煮/急凍

盛盆數量	0	盛盆名稱	FULL SIZE 4 INCHES GN	每盆份數	25.0	總生產份數	1
每份量	0.28KG			每份重量(g)	280.0	總生產量(kg)	0.28
				生產倍數量	25.0	每盆重量(kg)	7
						原料淨重(kg)	0.28

備註

步驟	編號	原料	數量	單位		
1	201821	PYN020182102F 水	0.216	L		
	211310	PYN021131008F 米	0.064	KG		

步驟	步驟描述	儀器	儀器數目	時間(Hr)/儀器
1	烹調: 1. 依照以上的原料份量落米及水, 將已經量度好的水及米放在4吋深不銹鋼份數盆內。 2. 把不銹鋼份數盆內之米推進萬用烤箱, 選擇"自動烹調掣"及鈕時間掣為65分鐘, 再按"開始"掣。 3. 每盆飯蒸至75C或以上即可。			
2	速涼方法: 按份量分成二十五份, 將食品各自冷凍至-18C。 儲存方法: 將已凝固的食品從模中取出, 放入食物袋中並儲放於-18C冷藏庫中。			
3	翻熱程序: 應用翻熱車: 1. 把食物從-18C冷藏庫中取出, 2. 把每份食物放在器皿上, 3. 把每碟食物放進翻熱車中於70分鐘內加熱至其中心溫度達75C或以上即可。 應用微波爐: 1. 把食物從-18C冷藏庫中取出, 2. 原盒放入微波爐加熱至其中心溫度達75C或以上即可。			



No. 12

編號:227038 名稱:清真飯糰

制作方法 煮/急凍

盛盆數量 0 盛盆名稱 2.5 KG BAG

每份量 0.357KG

每盆份數 7.0

總生產份數 1

每份重量(g) 357.0

總生產量(kg) 0.357

生產倍數量 7.0

每盆重量(kg) 2.499

原料淨重(kg) 0.375

備註

步驟	編號	原料	數量	單位		
1	201821	PYN020182102F 水	0.063	L		
	211310	PYN021131008F 米	0.063	KG		
2	201821	PYN020182102F 水	0.295	L		

步驟	步驟描述	儀器	儀器數目	時間(Hr)/儀器
1	製法: 1. 依照原料份量米 2. 加水打成漿			
2	製法: 1. 檢查CPU煲完成消毒 2. 把CPU煲調較溫度至90度C 3. 調較所需入水份量, 後放水 及米漿 4. 把洗淨米漿倒入煲內 5. 把CPU煲溫度調至90度C, 煲約1小時 6. 試味及檢查米漿已成滑飯糰。			
3	速涼方法: 按份量分成二十份, 將食品各自冷凍至-18C。 儲存方法: 將已凝固的食品從模中取出, 放入食物袋中並儲放於-18C冷藏庫中。			
4	翻熱程序: 應用翻熱車: 1. 把食物從-18C冷藏庫中取出, 2. 把每份食物放在器皿上, 3. 把每碟食物放進翻熱車中於70分鐘內加熱至其中心溫度達75C或以上即可。 應用微波爐: 1. 把食物從-18C冷藏庫中取出, 2. 原盒放入微波爐加熱至其中心溫度達75C或以上即可。			



醫院管理局

HOSPITAL
AUTHORITY

食譜

No. 13

編號:227039 名稱:清真碎雞肉粥

制作方法 煮/急凍

盛盆數量 0 盛盆名稱 5 KG BAG

每份量 0.42KG

每盆份數 12.0

總生產份數 1

每份重量(g) 420.0

總生產量(kg) 0.42

生產倍數量 12.0

每盆重量(kg) 5.04

原料淨重(kg) 0.43

備註 reduce 清真雞粉 from 1kg to 0.2Kg

步驟	編號	原料	數量	單位		
1	227035	H0022703502F 清真去皮去骨雞脾扒	0.055	KG		
2	201821	PYN020182102F 水	0.417	L		
	211310	PYN021131008F 米	0.044	KG		
	227032	H0022703202F 清真雞粉	0.001	KG		

步驟	步驟描述	儀器	儀器數目	時間(Hr)/儀器
1	準備: 1. 把雞脾肉取出解凍於雪房內12小時, 洗淨及隔乾水, 再用攪肉機攪成肉茸碎粒備用 2. 將碎雞脾肉放在滾水中飛水, 取出隔乾水備用			
2	烹調: 1. 預先把米洗淨, 隔水備用, 及把材料量好 2. 先把水量好煲滾後落米, 用中火煲滾起, 然後收慢火, 煲約45分鐘 3. 把已煲好之白粥, 放入已煮熟碎雞脾肉煲滾 4. 最後落調味(雞粉), 煲至其中心溫度達75C或以上即可			
3	速涼方法: 按份量分成十二份, 將食品各自冷凍至-18C。 儲存方法: 將已凝固的食品從模中取出, 放入食物袋中並儲放於-18C冷藏庫中。			
4	翻熱程序: 應用翻熱車: 1. 把食物從-18C冷藏庫中取出 2. 把每份食物放在器皿上 3. 把每碟食物放進翻熱車中於70分鐘內加熱至其中心溫度達75C或以上即可 應用微波爐: 1. 把食物從-18C冷藏庫中取出 2. 原盒放入微波爐加熱至其中心溫度達75C或以上即可			



醫院管理局

HOSPITAL
AUTHORITY

食譜

No. 14

編號:227040 名稱:清真白粥

制作方法 煮/急凍

盛盆數量 0 盛盆名稱 5 KG BAG

每份量 0.42KG

每盆份數 12.0

總生產份數 1

每份重量(g) 420.0

總生產量(kg) 0.42

生產倍數量 12.0

每盆重量(kg) 5.04

原料淨重(kg) 0.421

生產:

備註 Per NTWC request, reduce portion from 500gm to 420gm

步驟	編號	原料	數量	單位		
1	201821	PYN020182102F 水	0.463	L		
	211310	PYN021131008F 米	0.046	KG		

步驟	步驟描述	儀器	儀器數目	時間(Hr)/儀器
1	準備: 1. 把米洗淨及量好份量備用			
2	製法: 1. 檢查CPU煲完成消毒及清潔程序			
3	製法: 2. 把CPU煲調較溫度至90度C. 3. 調較所需入水份量, 後放水. 4. 把洗淨米倒入煲內(攪拌速度用3度). 5. 溫度至90度C, 煲約1小時. 6. 試味及檢查米以成粥及其中心溫度達75C或以上即可.			
4	速涼方法: 按份量分成十份, 將食品各自冷凍至-18C。 儲存方法: 將已凝固的食品從模中取出, 放入食物袋中並儲放於-18C冷藏庫中。			
5	翻熱程序: 應用翻熱車: 1. 把食物從-18C冷藏庫中取出 2. 把每份食物放在器皿上 3. 把每碟食物放進翻熱車中於70分鐘內加熱至其中心溫度達75C或以上即可 應用微波爐: 1. 把食物從-18C冷藏庫中取出 2. 原盒放入微波爐加熱至其中心溫度達75C或以上即可			



醫院管理局

HOSPITAL
AUTHORITY

食譜

No. 15

編號:227041 名稱:清真白粥水

制作方法 煮/急凍

盛盆數量 0 盛盆名稱 5 KG BAG

每份量 0.5KG

每盆份數 10.0

總生產份數 1

每份重量(g) 500.0

總生產量(kg) 0.5

生產倍數量 10.0

每盆重量(kg) 5

原料淨重(kg) 0.505

備註

步驟	編號	原料	數量	單位		
1	201821	PYN020182102F 水	0.567	L		
	214802	PYN021480203F 占米粉	0.024	KG		

步驟	步驟描述	儀器	儀器數目	時間(Hr)/儀器
1	準備: 1. 把粘米粉及水量好份量備用			
2	製法: 1. 檢查CPU煲完成消毒及清潔程序			
3	製法: 2. 調較所需入水份量, 後放水. 3. 把粘米粉倒入煲內(攪拌速度用3度)(用凍水攪勻) 4. 把CPU煲溫度調較至90C, 約煲1小時. 5. 試味及檢查米水沒有粒狀, 及其中心溫度達75C或以上即可。			
4	速涼方法: 按份量分成十份, 將食品各自冷凍至-18C。 儲存方法: 將已凝固的食品從模中取出, 放入食物袋中並儲放於-18C冷藏庫中。			
5	翻熱程序: 應用翻熱車: 1. 把食物從-18C冷藏庫中取出 2. 把每份食物放在器皿上 3. 把每碟食物放進翻熱車中於70分鐘內加熱至其中心溫度達75C或以上即可 應用微波爐: 1. 把食物從-18C冷藏庫中取出 2. 原盒放入微波爐加熱至其中心溫度達75C或以上即可			



No. 16

編號:227042 名稱:清真節瓜

制作方法 煮/急凍

盛盆數量	0	盛盆名稱	FULL SIZE 2 .5 INCHES	每盆份數	16.0	總生產份數	1
每份量	0.15KG			每份重量(g)	150.0	總生產量(kg)	0.15
				生產倍數量	16.0	每盆重量(kg)	2.4
						原料淨重(kg)	0.153

備註

步驟	編號	原料	數量	單位		
1	218263	PYN021826303F 節瓜(切片)	0.169	KG		
2	219547	PYN021954701F 芥花籽油	0.001	KG		

步驟	步驟描述	儀器	儀器數目	時間(Hr)/儀器
1	準備: 1. 把去皮節瓜切好. 按數量排盆, 每盆2.8kg, 放於2.5吋盆內			
2	製法: 1. 預熱萬用烤爐5分鐘, 將油加入節瓜, 再用110C 高速蒸制, 蒸約20分鐘至其中心溫度達75C或以上即可。			
3	速涼方法: 按份量分成十六份, 將食品各自冷凍至-18C。 儲存方法: 將已凝固的食品從模中取出, 放入食物袋中並儲放於-18C冷藏庫中。			
4	翻熱程序: 應用翻熱車: 1. 把食物從-18C冷藏庫中取出, 2. 把每份食物放在器皿上, 3. 把每碟食物放進翻熱車中於70分鐘內加熱至其中心溫度達75C或以上即可。 應用微波爐: 1. 把食物從-18C冷藏庫中取出, 2. 原盒放入微波爐加熱至其中心溫度達75C或以上即可。			



醫院管理局

HOSPITAL
AUTHORITY

食譜

No. 17

編號:227043 名稱:清真節瓜絲

制作方法 煮/急凍

盛盆數量	0	盛盆名稱	FULL SIZE 2 .5 INCHES	每盆份數	20.0	總生產份數	1
每份量	0.15KG			每份重量(g)	150.0	總生產量(kg)	0.15
				生產倍數量	20.0	每盆重量(kg)	3
						原料淨重(kg)	0.161

備註 rule: 2u

步驟	編號	原料	數量	單位		
1	218263	PYN021826303F 節瓜(切片)	0.125	KG		
2	201821	PYN020182102F 水	1.500	L		
	219547	PYN021954701F 芥花籽油	0.009	KG		
	200822	PYN020082206F 鹽	0.004	KG		

步驟	步驟描述	儀器	儀器數目	時間(Hr)/儀器
1	準備: 1. 把洗淨之節瓜切成< 1.5cm x 1.5cm x 6cm			
2	製法: 1. 先把水量好份量(約七成滿) 2. 把水煲滾落調味(鹽, 油), 落節瓜絲於滾水中, 灼切絲菜至熟及其中心溫度達75C或以上即可			
3	速涼方法: 按份量分成二十份, 將食品各自冷凍至-18C。 儲存方法: 將已凝固的食品從模中取出, 放入食物袋中並儲放於-18C冷藏庫中。			
4	翻熱程序: 應用翻熱車: 1. 把食物從-18C冷藏庫中取出, 2. 把每份食物放在器皿上, 3. 把每碟食物放進翻熱車中於70分鐘內加熱至其中心溫度達75C或以上即可。 應用微波爐: 1. 把食物從-18C冷藏庫中取出, 2. 原盒放入微波爐加熱至其中心溫度達75C或以上即可。			



醫院管理局

HOSPITAL
AUTHORITY

食譜

No. 18

編號:227044 名稱:清真碎節瓜

制作方法 煮/急凍

盛盆數量	0	盛盆名稱	FULL SIZE 2 .5 INCHES	每盆份數	20.0	總生產份數	1
每份量	0.125KG			每份重量(g)	125.0	總生產量(kg)	0.125
				生產倍數量	20.0	每盆重量(kg)	2.5
						原料淨重(kg)	0.125

備註 rule: 2u

步驟	編號	原料	數量	單位		
1	218223	PYN021822305F 節瓜(切碎)	0.125	KG		

步驟	步驟描述	儀器	儀器數目	時間(Hr)/儀器
1	烹調: 1. 將節瓜切碎至碎餐可食4mm x 4mm x4mm 2. 按份量放入2.5吋深不鏽鋼份數盆,放入蒸焗爐蒸約20分鐘至其中心溫度達75C或以上即可。			
2	速涼方法: 按份量分成二十份,將食品各自冷凍至-18C。 儲存方法: 將已凝固的食品從模中取出,放入食物袋中並儲放於-18C冷藏庫中。			
3	翻熱程序: 應用翻熱車: 1. 把食物從-18C冷藏庫中取出, 2. 把每份食物放在器皿上, 3. 把每碟食物放進翻熱車中於70分鐘內加熱至其中心溫度達75C或以上即可。 應用微波爐: 1. 把食物從-18C冷藏庫中取出, 2. 原盒放入微波爐加熱至其中心溫度達75C或以上即可。			



醫院管理局

HOSPITAL
AUTHORITY

食譜

No. 19

編號:227045 名稱:清真節瓜蓉

制作方法 煮/急凍

盛盆數量 0 盛盆名稱 2.5 KG BAG

每份量 0.12KG

每盆份數 20.0

每份重量(g) 120.0

生產倍數量 20.0

總生產份數 1

總生產量(kg) 0.12

每盆重量(kg) 2.4

原料淨重(kg) 0.125

備註

步驟	編號	原料	數量	單位		
1	218223	PYN021822305F 節瓜(切碎)	0.128	KG		

步驟	步驟描述	儀器	儀器數目	時間(Hr)/儀器
1	製作: 1. 將節瓜碎蒸熟備用			
2	製作及烹調: 1. 將節瓜2.5公斤放入2.5吋深不鏽鋼份數盆, 然後推入蒸焗爐蒸約20分鐘至其中心溫度達75C或以上即可。 2. 按份量放入打糊機打成糊狀。			
3	速涼方法: 按份量分成二十份, 將食品各自冷凍至-18C。 儲存方法: 將已凝固的食品從模中取出, 放入食物袋中並儲放於-18C冷藏庫中。			
4	翻熱程序: 應用翻熱車: 1. 把食物從-18C冷藏庫中取出, 2. 把每份食物放在器皿上, 3. 把每碟食物放進翻熱車中於70分鐘內加熱至其中心溫度達75C或以上即可。 應用微波爐: 1. 把食物從-18C冷藏庫中取出, 2. 原盒放入微波爐加熱至其中心溫度達75C或以上即可。			



No. 20

編號:227046 名稱:清真淡雜菜清湯

制作方法 煮/急凍

盛盆數量 0 盛盆名稱 5 KG BAG

每份量 0.25KG

每盆份數 20.0

總生產份數 1

每份重量(g) 250.0

總生產量(kg) 0.25

生產倍數量 20.0

每盆重量(kg) 5

原料淨重(kg) 0.26

備註 update description step2 point5 "加入水"

步驟	編號	原料	數量	單位		
1	200635	PYN020063508F 洋蔥(去皮)	0.013	KG		
	217762	PYN021776207F 椰菜	0.013	KG		
	217818	PYN021781808F 甘筍(去皮)	0.013	KG		
	205773	PYN020577307F 西芹	0.010	KG		
	217786	PYN021778607F 青豆(急凍)	0.007	KG		
2	201821	PYN020182102F 水	0.365	L		
	206332	PYN020633207F 蕃茄	0.020	KG		
	227033	HO022703302F 清真植物牛油	0	KG		

步驟	步驟描述	儀器	儀器數目	時間(Hr)/儀器
1	烹調: 1. 把所有材料洗淨,隔水。 2. 切粒(4 x 4 x 4mm),備用。			
2	烹調: 3. 蕃茄去皮,切粒(4 x 4 x 4mm)備用。 4. 用牛油將西芹、甘筍、椰菜、洋蔥略炒。 5. 加入水。			
3	烹調: 6. 煮滾後,收慢火,煮約45分鐘,加入蕃茄、青豆及調味再煮約15分鐘,至其中心溫度達75°C或以上即可。 7. 隔渣。			
4	速涼方法: 按份量分成二十份,將食品各自冷凍至-18C。 儲存方法: 將已凝固的食品從模中取出,放入食物袋中並儲放於-18C冷藏庫中。			
5	翻熱程序: 應用翻熱車: 1. 把食物從-18C冷藏庫中取出, 2. 把每份食物放在器皿上, 3. 把每碟食物放進翻熱車中於70分鐘內加熱至其中心溫度達75C或以上即可。 應用微波爐: 1. 把食物從-18C冷藏庫中取出, 2. 原盒放入微波爐加熱至其中心溫度達75C或以上即可。			



醫院管理局

HOSPITAL
AUTHORITY

食譜

No. 21

編號:227651 名稱:清真南瓜粒

制作方法 煮/急凍

盛盆數量	0	盛盆名稱	FULL SIZE 2 .5 INCHES	每盆份數	24.0	總生產份數	1
每份量	0.12KG			每份重量(g)	120.0	總生產量(kg)	0.12
				生產倍數量		每盆重量(kg)	2.88
						原料淨重(kg)	0.125

備註 Rules: 2u

步驟	編號	原料	數量	單位		
1	218659	PYN021865905F 南瓜(切塊)	0.125	KG		

步驟	步驟描述	儀器	儀器數目	時間(Hr)/儀器
1	預備： 1. 南瓜切粒 2 cm X 2 cm X 2 cm備用 烹調： 1. 將南瓜3kg放入2.5吋深GN盆，然後推入蒸焗爐 蒸約20分鐘至其中心溫度達75°C或以上即可。			
2	速涼方法： 按份量份份，再將食品冷凍至 -18°C 。 儲存方法： 將已凝固的食品從模中取出，放入食物袋中並儲放於 -18°C 冷藏庫中。			
3	翻熱程序： 應用翻熱車： 1. 把食物從 -18°C 冷藏庫中取出 2. 將每份食物放在器皿上 3. 把每碟食物放進翻熱車中於 70分鐘內加熱至其 中心溫度達 75°C或以上即可。			
4	應用微波爐： 1. 把食物從 -18°C 冷藏庫中取出 2. 原盒放入微波爐中加熱至其中心溫度達 75°C或以上即可。			



醫院管理局

HOSPITAL
AUTHORITY

食譜

No. 22

編號:227652 名稱:清真南瓜碎

制作方法 煮/急凍

盛盆數量	0	盛盆名稱	FULL SIZE 2 .5 INCHES	每盆份數	24.0	總生產份數	1
每份量	0.12KG			每份重量(g)	120.0	總生產量(kg)	0.12
				生產倍數量		每盆重量(kg)	2.88
						原料淨重(kg)	0.125

備註 Update cooking steps

步驟	編號	原料	數量	單位		
1	218221	PYN021822106F 南瓜(切碎)	0.125	KG		

步驟	步驟描述	儀器	儀器數目	時間(Hr)/儀器
1	烹調： 1. 將南瓜切至4mmx4mmx4mm 2. 將南瓜3kg放入2.5吋深GN盆，然後推入蒸焗爐 蒸約20分鐘至其中心溫度達75°C或以上即可。			
2	速涼方法： 按份量分份，再將食品冷凍至 -18°C 。 儲存方法： 將已凝固的食品從模中取出，放入食物袋中並儲放於 -18°C 冷藏庫中。			
3	翻熱程序： 應用翻熱車： 1. 把食物從 -18°C 冷藏庫中取出 2. 將每份食物放在器皿上 3. 把每碟食物放進翻熱車中於 70分鐘內加熱至其 中心溫度達 75°C或以上即可。			
4	應用微波爐： 1. 把食物從 -18°C 冷藏庫中取出 2. 原盒放入微波爐中加熱至其中心溫度達 75°C或以上即可。			



No. 23

編號: 227717 名稱: 清真甜牛奶麥皮

制作方法 煮/急凍

盛盆數量 0 盛盆名稱 2.5 KG BAG

每盆份數 6.0 總生產份數 1

每份量 0.42KG

每份重量(g) 420.0 總生產量(kg) 0.42

生產倍數量 每盆重量(kg) 2.52

原料淨重(kg) 0.437

備註 Rule: nil

步驟	編號	原料	數量	單位		
1	201821	PYN020182102F 水	0.417	L		
	200561	PYN020056103F 糖	0.027	KG		
	217814	PYN021781402F 麥皮(片)	0.027	KG		
	206624	PYN020662408F 全脂奶粉	0.009	KG		

步驟	步驟描述	儀器	儀器數目	時間(Hr)/儀器
1	準備: 1. 依照原料份量準備麥皮、糖 2. 奶粉依份量開水			
2	製法: 1. 把煲調較溫度至攝氏90度 2. 調較所需入水份量, 然後放水及麥皮煮至幼滑 3. 加入糖及奶攪拌勻再用慢火煮滾 4. 最後把煲溫調至攝氏 77 度, 進行包裝			
3	速涼方法: 按份量分成若干份, 將食品各自冷凍至-18C。 儲存方法: 將已凝固的食品從模中取出, 放入食物袋中並儲放於-18C冷藏庫中。			
4	翻熱程序: 應用翻熱車: 1. 把食物從-18C冷藏庫中取出, 2. 把每份食物放在器皿上, 3. 把每碟食物放進翻熱車中於70分鐘內加熱至其中心溫度達75C或以上即可。 應用微波爐: 1. 把食物從-18C冷藏庫中取出, 2. 原盒放入微波爐加熱至其中心溫度達75C或以上即可。			



No. 24

編號: 227720 名稱: 清真白汁雞粒

制作方法 煮/急凍

盛盆數量 0 盛盆名稱 Box (盒)

每盆份數 6.0 總生產份數 1

每份量 0.15KG

每份重量(g) 150.0 總生產量(kg) 0.15

生產倍數量 每盆重量(kg) 0.9

原料淨重(kg) 0.165

備註 Rule: 3d

步驟	編號	原料	數量	單位		
1	227035	HO022703502F 清真去皮去骨雞脾扒	0.083	KG		
	201821	PYN020182102F 水	0.042	L		
2	201821	PYN020182102F 水	0.083	L		
	206630	PYN020663004F 全脂奶(1L)	0.014	L		
	202280	PYN020228002F 特制生粉	0.003	KG		
	226035	PYN022603502F 家樂牌精選忌廉風味湯粉	0.003	KG		
	200822	PYN020082206F 鹽	0.001	KG		
	227032	HO022703202F 清真雞粉	0.001	KG		

步驟	步驟描述	儀器	儀器數目	時間(Hr)/儀器
1	準備: 1. 先把生雞脾扒在24小時前置於雪房內解凍，再修改切好、洗淨 2. 把雞脾肉粒飛水，隔水備用			
2	烹調: 1. 開煲，用溫水，奶，白汁粉，調味及生粉加熱煮成汁 2. 最後拌入雞肉粒，煮至其中心溫度高達75C或以上			
3	速涼方法：按份量分成所需分數，將食品冷凍至-18C。 儲存方法：將已凝固的食品從模中取出，放入食物袋中並存放於-18C冷藏庫中。			
4	翻熱程序： 翻熱車應用： 1. 把食物從-18C冷藏庫中取出， 2. 將每份食物放在器皿上， 3. 把每碟食物放進翻熱車中於70分鐘內加熱至其中心溫度達75C或以上即可。 微波爐應該： 1. 把食物從-18C冷藏庫中取出， 2. 原盒放入微波爐加熱至其中心溫度達75C或以上即可。			



醫院管理局

HOSPITAL
AUTHORITY

食譜

No. 25

編號:228067 名稱:清真蕃茄汁魚柳

制作方法 煮/急凍

盛盆數量 0 盛盆名稱 Box (盒)

每份量 0.2KG

每盆份數 6.0

總生產份數 1

每份重量(g) 200.0

總生產量(kg) 0.2

生產倍數量

每盆重量(kg) 1.2

原料淨重(kg) 0.216

備註 Rule: 3h

步驟	編號	原料	數量	單位		
1	201824	PYN020182404F 魚柳 (龍利)	0.133	KG		
2	219547	PYN021954701F 芥花籽油	0.003	KG		
	200822	PYN020082206F 鹽	0.001	KG		
	201188	PYN020118807F 古月粉	0	KG		
3	211917	PYN021191707F 蕃茄(碎)	0.042	KG		
	201821	PYN020182102F 水	0.033	L		
	218074	PYN021807405F 洋蔥(切角)	0.027	KG		
	219547	PYN021954701F 芥花籽油	0.002	KG		
	200561	PYN020056103F 糖	0.002	KG		
	206271	PYN020627107F 蒜碎(食譜)	0.001	KG		
	227234	HO022723401F 濃縮檸檬汁	0.001	L		
	227130	HO022713001F 清真蔬菜精粉	0.001	KG		
	200822	PYN020082206F 鹽	0.001	KG		
4	201821	PYN020182102F 水	0.011	L		
	202280	PYN020228002F 特制生粉	0.001	KG		



醫院管理局

HOSPITAL
AUTHORITY

食譜

步驟	步驟描述	儀器	儀器數目	時間(Hr)/儀器
1	預備： 1. 先將魚柳取出解凍,再修改切好,洗淨及隔乾水份。			
2	魚柳： 1. 先將魚切件上盆 2. 把鹽、古月粉、油灑在魚上 3. 放入蒸焗爐焗10分鐘 4. 將蕃茄汁加入魚柳即可。			
3	烹調蕃茄汁： 1. 量好所有材料 2. 把鍋調較至90度C 3. 當鍋溫度>40度C時放油,再下洋蔥一起抄,之後放入蕃茄碎 4. 調較所需水份量,加水烹調片刻 5. 煮至80度C時加入其他調味(蔬菜粉,糖,鹽,檸檬汁)			
4	烹調： 1. 煮至90度C時,加入生粉,水埋芡			
5	速涼方法：按份量分成所需分數，將食品冷凍至-18C。 儲存方法：將已凝固的食品從模中取出，放入食物袋中並存放於-18C冷藏庫中。			
6	翻熱程序： 翻熱車應用： 1.把食物從-18C冷藏庫中取出， 2.將每份食物放在器皿上， 3.把每碟食物放進翻熱車中於70分鐘內加熱至其中心溫度達75C或以上即可。 微波爐應該： 1.把食物從-18C冷藏庫中取出， 2.原盒放入微波爐加熱至其中心溫度達75C或以上即可。			



No. 26

編號: 227869 名稱: 清真白汁蘑菇雞粒(碎)

制作方法 煮/急凍

盛盆數量 0 盛盆名稱 Box (盒)

每盆份數 6.0 總生產份數 1

每份量 0.15KG

每份重量(g) 150.0 總生產量(kg) 0.15

生產倍數量 每盆重量(kg) 0.9

原料淨重(kg) 0.165

備註 Rule: 3d

步驟	編號	原料	數量	單位		
1	227035	HO022703502F 清真去皮去骨雞脾扒	0.083	KG		
	201821	PYN020182102F 水	0.042	L		
2	201821	PYN020182102F 水	0.083	L		
	206630	PYN020663004F 全脂奶(1L)	0.014	L		
	202280	PYN020228002F 特制生粉	0.003	KG		
	226035	PYN022603502F 家樂牌精選忌廉風味湯粉	0.003	KG		
	200822	PYN020082206F 鹽	0.001	KG		
	227032	HO022703202F 清真雞粉	0.001	KG		

步驟	步驟描述	儀器	儀器數目	時間(Hr)/儀器
1	準備: 1. 先把生雞脾扒在24小時前置於雪房內解凍，再修改切好成(0.4x0.4x0.4cm)、洗淨 2. 把雞脾肉粒飛水，隔水備用			
2	烹調: 1. 開煲，用溫水，奶，白汁粉，調味及生粉加熱煮成汁 2. 最後拌入雞肉粒，煮至其中心溫度高達75C或以上			
3	速涼方法：按份量分成所需分數，將食品冷凍至-18C。 儲存方法：將已凝固的食品從模中取出，放入食物袋中並存放於-18C冷藏庫中。			
4	翻熱程序： 翻熱車應用： 1. 把食物從-18C冷藏庫中取出， 2. 將每份食物放在器皿上， 3. 把每碟食物放進翻熱車中於70分鐘內加熱至其中心溫度達75C或以上即可。 微波爐應該： 1. 把食物從-18C冷藏庫中取出， 2. 原盒放入微波爐加熱至其中心溫度達75C或以上即可。			



醫院管理局

HOSPITAL
AUTHORITY

食譜

No. 27

編號: 228064 名稱: 清真薑味雞粒配豉油汁

制作方法 煮/急凍

盛盆數量 0 盛盆名稱 Box (盒)

每盆份數 6.0 總生產份數 1

每份量 0.15KG

每份重量(g) 150.0 總生產量(kg) 0.15

生產倍數量 每盆重量(kg) 0.9

原料淨重(kg) 0.185

備註 Rule: 3d

步驟	編號	原料	數量	單位		
1	227035	HO022703502F 清真去皮去骨雞脾扒	0.104	KG		
	201821	PYN020182102F 水	0.042	L		
2	201821	PYN020182102F 水	0.083	L		
	217533	PYN021753304F 生抽	0.006	KG		
	200561	PYN020056103F 糖	0.003	KG		
	218642	PYN021864202F 薑蓉(食譜)	0.001	KG		
	227130	HO022713001F 清真蔬菜精粉	0.001	KG		
	217720	PYN021772004F 老抽	0	KG		
3	201821	PYN020182102F 水	0.014	L		
	202280	PYN020228002F 特制生粉	0.003	KG		

步驟	步驟描述	儀器	儀器數目	時間(Hr)/儀器
1	準備: 1. 先把生雞脾肉在24小時前置於雪房內解凍，再修改切好、洗淨及隔乾水份烹調。 2. 把雞脾肉粒飛水			
2	烹調: 1. 開煲，加入材料，煮好薑味豉油汁 2. 拌入雞肉粒，煮至其中心溫度高達75C或以上			
3	烹調: 1. 加入生粉，水埋芡			
4	速涼方法：按份量分成所需分數，將食品冷凍至-18C。 儲存方法：將已凝固的食品從模中取出，放入食物袋中並存放於-18C冷藏庫中。			
5	翻熱程序： 翻熱車應用： 1. 把食物從-18C冷藏庫中取出， 2. 將每份食物放在器皿上， 3. 把每碟食物放進翻熱車中於70分鐘內加熱至其中心溫度達75C或以上即可。 微波爐應該： 1. 把食物從-18C冷藏庫中取出， 2. 原盒放入微波爐加熱至其中心溫度達75C或以上即可。			



No. 28

編號: 228065 名稱: 清真薑味雞粒配豉油汁(碎)

制作方法 煮/急凍

盛盆數量 0 盛盆名稱 Box (盒)

每盆份數 6.0

總生產份數 1

每份量 0.15KG

每份重量(g) 150.0

總生產量(kg) 0.15

生產倍數量

每盆重量(kg) 0.9

原料淨重(kg) 0.185

備註 Rule: 3d

步驟	編號	原料	數量	單位		
1	227035	HO022703502F 清真去皮去骨雞脾扒	0.104	KG		
	201821	PYN020182102F 水	0.042	L		
2	201821	PYN020182102F 水	0.083	L		
	217533	PYN021753304F 生抽	0.006	KG		
	200561	PYN020056103F 糖	0.003	KG		
	218642	PYN021864202F 薑蓉(食譜)	0.001	KG		
	227130	HO022713001F 清真蔬菜精粉	0.001	KG		
	217720	PYN021772004F 老抽	0	KG		
3	201821	PYN020182102F 水	0.014	L		
	202280	PYN020228002F 特制生粉	0.003	KG		

步驟	步驟描述	儀器	儀器數目	時間(Hr)/儀器
1	準備: 1. 先把生雞脾肉在24小時前置於雪房內解凍， 再修改切好(0.4cmx0.4cmx0.4cm)、洗淨及隔乾水份烹調。 2. 把雞脾肉粒飛水			
2	烹調: 1. 開煲，加入材料，煮好薑味豉油汁 2. 拌入雞肉粒，煮至其中心溫度高達75C或以上			
3	烹調: 1. 加入生粉，水埋芡			
4	速涼方法：按份量分成所需分數，將食品冷凍至-18C。 儲存方法：將已凝固的食品從模中取出，放入食物袋中並存放於-18C冷藏庫中。			
5	翻熱程序： 翻熱車應用： 1. 把食物從-18C冷藏庫中取出， 2. 將每份食物放在器皿上， 3. 把每碟食物放進翻熱車中於70分鐘內加熱至其中心溫度達75C或以上即可。 微波爐應該： 1. 把食物從-18C冷藏庫中取出， 2. 原盒放入微波爐加熱至其中心溫度達75C或以上即可。			



醫院管理局

HOSPITAL
AUTHORITY

食譜

No. 29

編號:227058 名稱:清真白汁蘑菇雞糊

制作方法 煮/急凍

盛盆數量	0	盛盆名稱	FULL SIZE 2 .5 INCHES	每盆份數	20.0	總生產份數	1
每份量	0.17KG			每份重量(g)	170.0	總生產量(kg)	0.17
				生產倍數量	20.0	每盆重量(kg)	3.4
						原料淨重(kg)	0.172

備註 Update cooking steps

步驟	編號	原料	數量	單位		
1	227035	HO022703502F 清真去皮去骨雞脾扒	0.075	KG		
	201821	PYN020182102F 水	0.050	L		
2	205781	PYN020578105F 磨菇片	0.040	KG		
	218075	PYN021807503F 洋蔥(切碎)	0.030	KG		
3	201821	PYN020182102F 水	0.030	L		
	219016	PYN021901601F 鮮牛奶	0.020	KG		
	227033	HO022703302F 清真植物牛油	0.009	KG		
	217832	PYN021783202F 白麵粉	0.003	KG		
	217872	PYN021787205F 高級白汁粉	0.003	KG		
	227032	HO022703202F 清真雞粉	0.001	KG		
	219089	PYN021908902F 粗鹽	0.001	KG		
	201188	PYN020118807F 古月粉	0	KG		

步驟	步驟描述	儀器	儀器數目	時間(Hr)/儀器
1	準備: 1. 先把生雞脾肉在24小時前置於雪房內解凍，切細並磨碎、洗淨及隔乾水份烹調。 2. 把雞脾肉碎飛水			
2	準備: 1. 洋蔥切碎，磨菇切碎。			
3	烹調: 1. 洋蔥用人造牛油略炒，加入麵粉，慢慢加入水及白汁粉。 2. 加入雞肉碎，慢火煮至熟，加入磨菇和鮮奶，調味煮至其中心溫度高達75C或以上。 3. 將食物放入攪拌機內打成蓉			
4	速涼方法：按份量分成所需分數，將食品冷凍至-18C。 儲存方法：將已凝固的食品從模中取出，放入食物袋中並存放於-18C冷藏庫中。			
5	翻熱程序： 翻熱車應用： 1. 把食物從-18C冷藏庫中取出， 2. 將每份食物放在器皿上， 3. 把每碟食物放進翻熱車中於70分鐘內加熱至其中心溫度達75C或以上即可。 微波爐應該： 1. 把食物從-18C冷藏庫中取出， 2. 原盒放入微波爐加熱至其中心溫度達75C或以上即可。			



No. 30

編號:227134 名稱:清真通粉

制作方法 煮/急凍

盛盆數量 0 盛盆名稱 GN Container

每盆份數 20.0

總生產份數 1

每份量 390GM

每份重量(g) 390.0

總生產量(kg) 0.39

生產倍數量

每盆重量(kg) 7.8

原料淨重(kg) 0.406

備註

步驟	編號	原料	數量	單位		
1	219197	PYN021919703F 通粉	0.065	KG		
2	201821	PYN020182102F 水	0.220	L		
	200822	PYN020082206F 鹽	0.001	KG		
	227130	HO022713001F 清真蔬菜精粉	0.001	KG		
	201188	PYN020118807F 古月粉	0	KG		
	219547	PYN021954701F 芥花籽油	0	KG		

步驟	步驟描述	儀器	儀器數目	時間(Hr)/儀器
1	通粉製法: 1. 把水煮滾, 放入通粉焗至八成熟及其中心溫度達75C或以上, 然後撈起及隔水 (通粉發脹約3倍)			
2	清湯製法: 1. 按份量將水倒入煲中煮滾, 然後放入湯料(古月粉和清真素菜粉) 2. 於起湯前放入調味(鹽) 3. 把湯煲滾至75C或以上			
3	急凍方法: 1. 把通粉(~190克)放入一碗中, 再把湯(~200克)放入另一碗中 2. 然後放入冷風櫃冷凍至中心溫度達-18C 3. 完成後, 將成品連碗及蓋放入以一個透明食品包中進行抽真空獨立包裝 儲存方法: 1. 存放於-18C 冷藏庫			
4	翻熱程序 應用翻熱車/蒸焗爐/微波爐: 1. 把食物從-18C 冷藏庫中取出 2. 用一把清真剪刀把袋口剪開, 把內裏的蓋蓋好 3. 把食物放進翻熱車/蒸焗爐/微波爐中, 加熱至其中心溫度達75C或以上即可			



醫院管理局

HOSPITAL
AUTHORITY

食譜

No. 31

編號:227653 名稱:清真南瓜蓉

制作方法 煮/急凍

盛盆數量	0	盛盆名稱	FULL SIZE 2 .5 INCHES	每盆份數	24.0	總生產份數	1
每份量	0.12KG			每份重量(g)	120.0	總生產量(kg)	0.12
				生產倍數量		每盆重量(kg)	2.88
						原料淨重(kg)	0.125

備註 Rule: 2u

步驟	編號	原料	數量	單位		
1	218659	PYN021865905F 南瓜(切塊)	0.125	KG		

步驟	步驟描述	儀器	儀器數目	時間(Hr)/儀器
1	烹調: 1. 將南瓜3kg放入2.5吋深GN盆, 然後推入蒸焗爐 蒸約20分鐘至其中心溫度達75°C或以上即可。 2. 按份量放入打糊機打成糊狀。 3. 將南瓜蓉再次煮熟。			
2	速涼方法: 按份量分份, 再將食品冷凍至 -18°C。 儲存方法: 將已凝固的食品從模中取出, 放入食物袋中並儲放於 -18°C 冷藏庫中。			
3	翻熱程序: 應用翻熱車: 1. 把食物從 -18°C 冷藏庫中取出 2. 將每份食物放在器皿上 3. 把每碟食物放進翻熱車中於 70分鐘內加熱至其 中心溫度達 75°C或以上即可。			
4	應用微波爐: 1. 把食物從 -18°C 冷藏庫中取出 2. 原盒放入微波爐中加熱至其中心溫度達 75°C或以上即可。			



醫院管理局

HOSPITAL
AUTHORITY

食譜

No. 32

編號:227716 名稱:清真冬瓜蓉

制作方法 煮/急凍

盛盆數量 0 盛盆名稱 Box (盒)

每盆份數 6.0 總生產份數 1

每份量 0.12KG

每份重量(g) 120.0 總生產量(kg) 0.12

生產倍數量 每盆重量(kg) 0.72

原料淨重(kg) 0.151

備註 Update cooking steps

步驟	編號	原料	數量	單位		
1	218519	PYN021851907F 冬瓜(去皮)	0.208	KG		
	202280	PYN020228002F 特制生粉	0.005	KG		

步驟	步驟描述	儀器	儀器數目	時間(Hr)/儀器
1	製法: 1. 冬瓜焗熟, 盛起, 瀝水 2. 將冬瓜放入攪拌器內攪成蓉 3. 加入特制生粉, 再拌勻成蓉 4. 將攪好的冬瓜蓉加熱至中心溫度達75度以上即可			
2	速涼方法: 按份量分成若干份, 將食品各自冷凍至-18C。 儲存方法: 將已凝固的食品從模中取出, 放入食物袋中並儲放於-18C冷藏庫中。			
3	翻熱程序: 應用翻熱車: 1. 把食物從-18C冷藏庫中取出, 2. 把每份食物放在器皿上, 3. 把每碟食物放進翻熱車中於70分鐘內加熱至其中心溫度達75C或以上即可。 應用微波爐: 1. 把食物從-18C冷藏庫中取出, 2. 原盒放入微波爐加熱至其中心溫度達75C或以上即可。			



醫院管理局

HOSPITAL
AUTHORITY

食譜

No. 33

編號:227718 名稱:清真芝麻糊

制作方法 煮/急凍

盛盆數量 0 盛盆名稱 Box (盒)

每盆份數 6.0 總生產份數 1

每份量 0.23KG

每份重量(g) 230.0 總生產量(kg) 0.23

生產倍數量 每盆重量(kg) 1.38

原料淨重(kg) 0.244

備註 Rule:1F(新)

步驟	編號	原料	數量	單位		
1	201821	PYN020182102F 水	0.222	L		
	217868	PYN021786802F 芝麻糊粉	0.033	KG		

步驟	步驟描述	儀器	儀器數目	時間(Hr)/儀器
1	製法: 1. 芝麻糊粉溶於冷水中 2. 將芝麻糊加熱煮沸拌勻			
2	速涼方法: 按份量分成若干份, 將食品各自冷凍至-18C。 儲存方法: 將已凝固的食品從模中取出, 放入食物袋中並儲放於-18C冷藏庫中。			
3	翻熱程序: 應用翻熱車: 1. 把食物從-18C冷藏庫中取出, 2. 把每份食物放在器皿上, 3. 把每碟食物放進翻熱車中於70分鐘內加熱至其中心溫度達75C或以上即可。 應用微波爐: 1. 把食物從-18C冷藏庫中取出, 2. 原盒放入微波爐加熱至其中心溫度達75C或以上即可。			



醫院管理局

HOSPITAL
AUTHORITY

食譜

No. 34

編號: 227719 名稱: 清真花生糊

制作方法 煮/急凍

盛盆數量 0 盛盆名稱 Box (盒)

每份量 0.23KG

每盆份數 6.0

總生產份數 1

每份重量(g) 230.0

總生產量(kg) 0.23

生產倍數量

每盆重量(kg) 1.38

原料淨重(kg) 0.244

備註 Rule: 1e

步驟	編號	原料	數量	單位	
1	201821	PYN020182102F 水	0.222	L	
	217866	PYN021786601F 花生糊粉	0.033	KG	

步驟	步驟描述	儀器	儀器數目	時間(Hr)/儀器
1	製法: 1. 花生糊粉溶於冷水中 2. 將花生糊加熱煮沸拌勻			
2	速涼方法: 按份量分成若干份, 將食品各自冷凍至-18C。 儲存方法: 將已凝固的食品從模中取出, 放入食物袋中並儲放於-18C冷藏庫中。			
3	翻熱程序: 應用翻熱車: 1. 把食物從-18C冷藏庫中取出, 2. 把每份食物放在器皿上, 3. 把每碟食物放進翻熱車中於70分鐘內加熱至其中心溫度達75C或以上即可。 應用微波爐: 1. 把食物從-18C冷藏庫中取出, 2. 原盒放入微波爐加熱至其中心溫度達75C或以上即可。			



No. 35

編號:227870 名稱:清真全雞肉糊

制作方法 煮/急凍

盛盆數量 0 盛盆名稱 Box (盒)

每盆份數 6.0 總生產份數 1

每份量 0.15KG

每份重量(g) 150.0 總生產量(kg) 0.15

生產倍數量 每盆重量(kg) 0.9

原料淨重(kg) 0.165

備註 Update cooking steps

步驟	編號	原料	數量	單位		
1	227035	HO022703502F 清真去皮去骨雞脾扒	0.083	KG		
	201821	PYN020182102F 水	0.042	L		
2	201821	PYN020182102F 水	0.083	L		
	206630	PYN020663004F 全脂奶(1L)	0.014	L		
	202280	PYN020228002F 特制生粉	0.003	KG		
	226035	PYN022603502F 家樂牌精選忌廉風味湯粉	0.003	KG		
	200822	PYN020082206F 鹽	0.001	KG		
	227032	HO022703202F 清真雞粉	0.001	KG		

步驟	步驟描述	儀器	儀器數目	時間(Hr)/儀器
1	準備: 1. 先把生雞脾扒在24小時前置於雪房內解凍， 再修改切好成(0.4x0.4x0.4cm)、洗淨 2. 把雞脾肉粒飛水，隔水備用			
2	烹調: 1. 開煲，用溫水，奶，白汁粉，調味及生粉加熱煮成汁 2. 最後拌入雞肉粒，煮至其中心溫度高達75C或以上 3. 將食物放入打糊機內打成糊狀			
3	速涼方法：按份量分成所需分數，將食品冷凍至-18C。 儲存方法：將已凝固的食品從模中取出，放入食物袋中 並存放於-18C冷藏庫中。			
4	翻熱程序： 翻熱車應用： 1.把食物從-18C冷藏庫中取出， 2.將每份食物放在器皿上， 3.把每碟食物放進翻熱車中於70分鐘內加熱至 其中心溫度達75C或以上即可。 微波爐應該： 1.把食物從-18C冷藏庫中取出， 2.原盒放入微波爐加熱至其中心溫度達75C或以上即可。			



No. 36

編號:228066 名稱:清真薑味雞粒配豉油汁(糊)

制作方法 煮/急凍

盛盆數量 0 盛盆名稱 Box (盒)

每盆份數 6.0

總生產份數 1

每份量 0.15KG

每份重量(g) 150.0

總生產量(kg) 0.15

生產倍數量

每盆重量(kg) 0.9

原料淨重(kg) 0.185

備註 Update cooking steps

步驟	編號	原料	數量	單位		
1	227035	HO022703502F 清真去皮去骨雞脾扒	0.104	KG		
	201821	PYN020182102F 水	0.042	L		
2	201821	PYN020182102F 水	0.083	L		
	217533	PYN021753304F 生抽	0.006	KG		
	200561	PYN020056103F 糖	0.003	KG		
	218642	PYN021864202F 薑蓉(食譜)	0.001	KG		
	227130	HO022713001F 清真蔬菜精粉	0.001	KG		
	217720	PYN021772004F 老抽	0	KG		
3	201821	PYN020182102F 水	0.014	L		
	202280	PYN020228002F 特制生粉	0.003	KG		

步驟	步驟描述	儀器	儀器數目	時間(Hr)/儀器
1	準備: 1. 先把生雞脾肉在24小時前置於雪房內解凍，再修改切好、洗淨及隔乾水份烹調。 2. 把雞脾肉粒飛水			
2	烹調: 1. 開煲，加入材料，煮好薑味豉油汁 2. 拌入雞肉粒，煮至其中心溫度高達75C或以上			
3	烹調: 1. 加入生粉，水埋芡 2. 將食物放入打糊機內打成糊狀			
4	速涼方法：按份量分成所需分數，將食品冷凍至-18C。 儲存方法：將已凝固的食品從模中取出，放入食物袋中並存放於-18C冷藏庫中。			
5	翻熱程序： 翻熱車應用： 1. 把食物從-18C冷藏庫中取出， 2. 將每份食物放在器皿上， 3. 把每碟食物放進翻熱車中於70分鐘內加熱至其中心溫度達75C或以上即可。 微波爐應該： 1. 把食物從-18C冷藏庫中取出， 2. 原盒放入微波爐加熱至其中心溫度達75C或以上即可。			



醫院管理局

HOSPITAL
AUTHORITY

食譜

No. 37

編號:227721 名稱:清真咖哩雞

制作方法 煮/急凍

盛盆數量 0 盛盆名稱 Box (盒)

每盆份數 6.0 總生產份數 1

每份量 0.18KG

每份重量(g) 180.0 總生產量(kg) 0.18

生產倍數量 每盆重量(kg) 1.08

原料淨重(kg) 0.187

備註 rename from 清真咖哩雞 to 清真咖哩雞粒

步驟	編號	原料	數量	單位		
1	201821	PYN020182102F 水	0.095	L		
	227035	H0022703502F 清真去皮去骨雞脾扒	0.095	KG		
2	217802	PYN021780208F 檸檬	0.005	KG		
	217832	PYN021783202F 白麵粉	0.004	KG		
	219547	PYN021954701F 芥花籽油	0.004	KG		
	218716	PYN021871606F 蘋果(去皮去心)	0.003	KG		
	227540	H0022754001F 清真咖哩粉	0.002	KG		
	218074	PYN021807405F 洋蔥(切角)	0.002	KG		
	218800	PYN021880003F 蒜肉	0.001	KG		
	201196	PYN020119601F 黃薑粉	0.001	KG		
	206669	PYN020666902F 肉桂粉	0.001	KG		
	219544	PYN021954401F 老薑肉	0.001	KG		
	218114	PYN021811401F 蕃茜	0	KG		
	200809	PYN020080901F 月桂葉(香葉)	0	KG		
3	201821	PYN020182102F 水	0.083	L		
	200822	PYN020082206F 鹽	0.001	KG		
	227032	H0022703202F 清真雞粉	0.001	KG		
4	219547	PYN021954701F 芥花籽油	0.004	KG		
	201106	PYN020110607F 乾蔥肉	0.001	KG		
	200822	PYN020082206F 鹽	0	KG		
	201188	PYN020118807F 古月粉	0	KG		
	227032	H0022703202F 清真雞粉	0	KG		



醫院管理局

HOSPITAL
AUTHORITY

食譜

步驟	步驟描述	儀器	儀器數目	時間(Hr)/儀器
1	準備： 1. 先把生雞脾扒在24小時前置於雪房內解凍，再修改切好、洗淨 2. 把雞脾肉粒飛水，隔水備用			
2	咖喱汁製法： 1. 燒熱油鑊，落油炒香洋蔥蒜茸(蒜預先切碎)，落麵粉炒至熟，加入其他材料(檸檬預先榨汁)，細火煮十分鐘			
3	咖喱汁製法： 2. 加入清真雞粉及水，煮滾 3. 落鹽調味			
4	雞脾肉粒製法： 1. 把鹽，古月粉，黃薑粉與雞脾肉粒攪拌混合 2. 用滾水焗熟至中心溫度達75度以上			
5	速涼方法： 每盆分成若干份，將食品冷凍至-18C。 儲存方法： 將已凝固的食品從模中取出，放入食物袋中並儲放於-18C冷藏庫中。			
6	翻熱程序： 應用翻熱車： 1. 把食物從-18冷藏庫中取出， 2. 把每份食物放在器皿上， 3. 把每碟食物放進翻熱車中於70分鐘內加熱至其中心溫度達75C或以上即可。 應用微波爐： 1. 把食物從-18冷藏庫中取出， 2. 原盒放入微波爐中加熱至其中心溫度達75C或以上即可。			



醫院管理局

HOSPITAL
AUTHORITY

食譜

No. 38

編號:228102 名稱:清真咖哩雞 (碎)

制作方法 煮/急凍

盛盆數量 0 盛盆名稱 Box (盒)

每盆份數 6.0 總生產份數 1

每份量 0.18KG

每份重量(g) 180.0 總生產量(kg) 0.18

生產倍數量 每盆重量(kg) 1.08

原料淨重(kg) 0.187

備註 Rule: 3d

步驟	編號	原料	數量	單位		
1	201821	PYN020182102F 水	0.095	L		
	227035	H0022703502F 清真去皮去骨雞脾扒	0.095	KG		
2	217802	PYN021780208F 檸檬	0.005	KG		
	217832	PYN021783202F 白麵粉	0.004	KG		
	219547	PYN021954701F 芥花籽油	0.004	KG		
	218716	PYN021871606F 蘋果(去皮去心)	0.003	KG		
	227540	H0022754001F 清真咖哩粉	0.002	KG		
	218074	PYN021807405F 洋蔥(切角)	0.002	KG		
	218800	PYN021880003F 蒜肉	0.001	KG		
	201196	PYN020119601F 黃薑粉	0.001	KG		
	206669	PYN020666902F 肉桂粉	0.001	KG		
	219544	PYN021954401F 老薑肉	0.001	KG		
	218114	PYN021811401F 蕃茜	0	KG		
	200809	PYN020080901F 月桂葉(香葉)	0	KG		
3	201821	PYN020182102F 水	0.083	L		
	200822	PYN020082206F 鹽	0.001	KG		
	227032	H0022703202F 清真雞粉	0.001	KG		
4	219547	PYN021954701F 芥花籽油	0.004	KG		
	201106	PYN020110607F 乾蔥肉	0.001	KG		
	200822	PYN020082206F 鹽	0	KG		
	201188	PYN020118807F 古月粉	0	KG		
	227032	H0022703202F 清真雞粉	0	KG		



醫院管理局

HOSPITAL
AUTHORITY

食譜

步驟	步驟描述	儀器	儀器數目	時間(Hr)/儀器
1	準備： 1. 先把生雞脾扒在24小時前置於雪房內解凍， 再修改切好(0.4cm x 0.4cm x 0.4cm)、洗淨 2. 把雞脾肉粒飛水，隔水備用			
2	咖喱汁製法： 1. 把材料切/攪成(0.4cm x 0.4cm x 0.4cm)以下，再燒熱油鑊，落 油炒香洋蔥蒜茸(蒜預先切碎)，落麵粉炒至熟，加入其他材料(檸檬 預先榨汁)， 細火煮十分鐘			
3	咖喱汁製法： 2. 加入清真雞粉及水，煮滾 3. 落鹽調味			
4	雞脾肉粒製法： 1. 把鹽，古月粉，黃薑粉與雞脾肉粒攪拌混合 2. 用滾水焗熟至中心溫度達75度以上			
5	速涼方法： 每盆分成若干份，將食品冷凍至-18C。 儲存方法： 將已凝固的食品從模中取出，放入食物袋中並儲放於-18C冷藏庫中。			
6	翻熱程序： 應用翻熱車： 1. 把食物從-18冷藏庫中取出， 2. 把每份食物放在器皿上， 3. 把每碟食物放進翻熱車中於70分鐘內加熱至其中心溫度 達75C或以上即可。 應用微波爐： 1. 把食物從-18冷藏庫中取出， 2. 原盒放入微波爐中加熱至其中心溫度達75C或以上即可。			



醫院管理局

HOSPITAL
AUTHORITY

食譜

No. 39

編號:228103 名稱:清真咖哩雞 (糊)

制作方法 煮/急凍

盛盆數量 0 盛盆名稱 Box (盒)

每盆份數 6.0

總生產份數 1

每份量 0.18KG

每份重量(g) 180.0

總生產量(kg) 0.18

生產倍數量

每盆重量(kg) 1.08

原料淨重(kg) 0.187

備註 Update cooking steps

步驟	編號	原料	數量	單位		
1	201821	PYN020182102F 水	0.095	L		
	227035	H0022703502F 清真去皮去骨雞脾扒	0.095	KG		
2	217802	PYN021780208F 檸檬	0.005	KG		
	217832	PYN021783202F 白麵粉	0.004	KG		
	219547	PYN021954701F 芥花籽油	0.004	KG		
	218716	PYN021871606F 蘋果(去皮去心)	0.003	KG		
	227540	H0022754001F 清真咖哩粉	0.002	KG		
	218074	PYN021807405F 洋蔥(切角)	0.002	KG		
	218800	PYN021880003F 蒜肉	0.001	KG		
	201196	PYN020119601F 黃薑粉	0.001	KG		
	206669	PYN020666902F 肉桂粉	0.001	KG		
	219544	PYN021954401F 老薑肉	0.001	KG		
	218114	PYN021811401F 蕃茜	0	KG		
	200809	PYN020080901F 月桂葉(香葉)	0	KG		
3	201821	PYN020182102F 水	0.083	L		
	200822	PYN020082206F 鹽	0.001	KG		
	227032	H0022703202F 清真雞粉	0.001	KG		
4	219547	PYN021954701F 芥花籽油	0.004	KG		
	201106	PYN020110607F 乾蔥肉	0.001	KG		
	200822	PYN020082206F 鹽	0	KG		
	201188	PYN020118807F 古月粉	0	KG		
	227032	H0022703202F 清真雞粉	0	KG		



醫院管理局

HOSPITAL
AUTHORITY

食譜

步驟	步驟描述	儀器	儀器數目	時間(Hr)/儀器
1	準備： 1. 先把生雞脾扒在24小時前置於雪房內解凍， 再修改切好(0.4cm x 0.4cm x 0.4cm)、洗淨 2. 把雞脾肉粒飛水，隔水備用			
2	咖喱汁製法： 1. 燒熱油鑊，落油炒香洋蔥蒜茸(預先切碎)， 落麵粉炒至熟，加入其他材料(檸檬預先榨汁)， 細火煮十分鐘			
3	咖喱汁製法： 2. 加入清真雞粉及水，煮滾 3. 落鹽調味			
4	雞脾肉粒製法： 1. 把鹽，古月粉，黃薑粉與雞脾肉粒攪拌混合 2. 用滾水焗熟至中心溫度達75度以上 3. 將食物放入打糊機內打成糊狀。			
5	速涼方法： 每盆分成若干份，將食品冷凍至-18C。 儲存方法： 將已凝固的食品從模中取出，放入食物袋中並儲放於-18C冷藏庫中。			
6	翻熱程序： 應用翻熱車： 1. 把食物從-18冷藏庫中取出， 2. 把每份食物放在器皿上， 3. 把每碟食物放進翻熱車中於70分鐘內加熱至其中心溫度 達75C或以上即可。 應用微波爐： 1. 把食物從-18冷藏庫中取出， 2. 原盒放入微波爐中加熱至其中心溫度達75C或以上即可。			



醫院管理局

HOSPITAL
AUTHORITY

食譜

No. 40

編號: 228069 名稱: 清真蔬菜炒雞塊

制作方法 煮/急凍

盛盆數量 0 盛盆名稱 Box (盒)

每份量 0.2KG

每盆份數 4.0

總生產份數 1

每份重量(g) 200.0

總生產量(kg) 0.2

生產倍數量

每盆重量(kg) 0.8

原料淨重(kg) 0.233

備註 Rule: 3h

步驟	編號	原料	數量	單位		
1	227035	HO022703502F 清真去皮去骨雞脾扒	0.100	KG		
2	217786	PYN021778607F 青豆 (急凍)	0.015	KG		
	217818	PYN021781808F 甘筍 (去皮)	0.015	KG		
	219067	PYN021906703F 椰菜花	0.015	KG		
3	201821	PYN020182102F 水	0.075	L		
	218075	PYN021807503F 洋蔥 (切碎)	0.008	KG		
	219547	PYN021954701F 芥花籽油	0.005	KG		
	227033	HO022703302F 清真植物牛油	0.004	KG		
	201068	PYN020106809F 薑蓉 (食譜)	0.003	KG		
	202280	PYN020228002F 特制生粉	0.001	KG		
	200822	PYN020082206F 鹽	0.001	KG		
	201188	PYN020118807F 古月粉	0	KG		
	201196	PYN020119601F 黃薑粉	0	KG		
4	211917	PYN021191707F 蕃茄 (碎)	0.020	KG		
	200822	PYN020082206F 鹽	0.001	KG		
	201188	PYN020118807F 古月粉	0	KG		



醫院管理局

HOSPITAL
AUTHORITY

食譜

步驟	步驟描述	儀器	儀器數目	時間(Hr)/儀器
1	準備： 1. 先把生雞腩肉在24小時前置於雪房內解凍， 再修改切好、洗淨及隔乾水份烹調。 2. 把雞腩肉飛水			
2	準備： 1. 把青豆,紅蘿蔔,椰菜花洗淨,修改切好、洗淨及隔乾水份烹調.			
3	烹調： 1.把雞腩肉用洋蔥碎和植物牛油略炒，加入調味料 2.再慢慢加入生粉和水慢火煮			
4	烹調： 1.加入蔬菜和蕃茄碎， 2.再加少許鹽和胡椒粉調味 3.煮至其中心溫度高達75C或以上。			
5	速涼方法：按份量分成所需分數，將食品冷凍至-18C。 儲存方法：將已凝固的食品從模中取出，放入食物袋中 並存放於-18C冷藏庫中。			
6	翻熱程序： 翻熱車應用： 1.把食物從-18C冷藏庫中取出， 2.將每份食物放在器皿上， 3.把每碟食物放進翻熱車中於70分鐘內加熱至 其中心溫度達75C或以上即可。 微波爐應該： 1.把食物從-18C冷藏庫中取出， 2.原盒放入微波爐加熱至其中心溫度達75C或以上即可。			



醫院管理局

HOSPITAL
AUTHORITY

食譜

No. 41

編號:228100 名稱:清真蔬菜炒雞塊 (碎)

制作方法 煮/急凍

盛盆數量 0 盛盆名稱 Box (盒)

每份量 0.2KG

每盆份數 4.0

總生產份數 1

每份重量(g) 200.0

總生產量(kg) 0.2

生產倍數量

每盆重量(kg) 0.8

原料淨重(kg) 0.233

備註 Rule: 3h

步驟	編號	原料	數量	單位		
1	227035	HO022703502F 清真去皮去骨雞脾扒	0.100	KG		
2	217786	PYN021778607F 青豆 (急凍)	0.015	KG		
	217818	PYN021781808F 甘筍 (去皮)	0.015	KG		
	219067	PYN021906703F 椰菜花	0.015	KG		
3	201821	PYN020182102F 水	0.075	L		
	218075	PYN021807503F 洋蔥(切碎)	0.008	KG		
	219547	PYN021954701F 芥花籽油	0.005	KG		
	227033	HO022703302F 清真植物牛油	0.004	KG		
	201068	PYN020106809F 薑蓉(食譜)	0.003	KG		
	202280	PYN020228002F 特制生粉	0.001	KG		
	200822	PYN020082206F 鹽	0.001	KG		
	201188	PYN020118807F 古月粉	0	KG		
	201196	PYN020119601F 黃薑粉	0	KG		
4	211917	PYN021191707F 蕃茄(碎)	0.020	KG		
	200822	PYN020082206F 鹽	0.001	KG		
	201188	PYN020118807F 古月粉	0	KG		



醫院管理局

HOSPITAL
AUTHORITY

食譜

步驟	步驟描述	儀器	儀器數目	時間(Hr)/儀器
1	準備: 1. 先把生雞脾肉在24小時前置於雪房內解凍， 再修改切好(0.4cm x 0.4cm x 0.4cm)、洗淨及隔乾水份烹調。 2. 把雞脾肉飛水			
2	準備: 1. 把青豆,紅蘿蔔,椰菜花,番茄, 洋蔥洗淨,修改切 碎(0.4x0.4x0.4)cm以下、洗淨及隔乾水份烹調。			
3	烹調: 1.把雞脾肉用洋蔥碎和植物牛油略炒，加入調味料 2.再慢慢加入生粉和水慢火煮			
4	烹調: 1.加入蔬菜和蕃茄碎， 2.再加少許鹽和胡椒粉調味 3.煮至其中心溫度高達75C或以上。			
5	速涼方法：按份量分成所需分數，將食品冷凍至-18C。 儲存方法：將已凝固的食品從模中取出，放入食物袋中 並存放於-18C冷藏庫中。			
6	翻熱程序： 翻熱車應用： 1.把食物從-18C冷藏庫中取出， 2.將每份食物放在器皿上， 3.把每碟食物放進翻熱車中於70分鐘內加熱至 其中心溫度達75C或以上即可。 微波爐應該： 1.把食物從-18C冷藏庫中取出， 2.原盒放入微波爐加熱至其中心溫度達75C或以上即可。			



醫院管理局

HOSPITAL
AUTHORITY

食譜

No. 42

編號:228101 名稱:清真蔬菜炒雞塊 (糊)

制作方法 煮/急凍

盛盆數量 0 盛盆名稱 Box (盒)

每份量 0.2KG

每盆份數 4.0

總生產份數 1

每份重量(g) 200.0

總生產量(kg) 0.2

生產倍數量

每盆重量(kg) 0.8

原料淨重(kg) 0.233

備註 Update cooking steps

步驟	編號	原料	數量	單位		
1	227035	HO022703502F 清真去皮去骨雞脾扒	0.100	KG		
2	217786	PYN021778607F 青豆 (急凍)	0.015	KG		
	217818	PYN021781808F 甘筍 (去皮)	0.015	KG		
	219067	PYN021906703F 椰菜花	0.015	KG		
3	201821	PYN020182102F 水	0.075	L		
	218075	PYN021807503F 洋蔥(切碎)	0.008	KG		
	219547	PYN021954701F 芥花籽油	0.005	KG		
	227033	HO022703302F 清真植物牛油	0.004	KG		
	201068	PYN020106809F 薑蓉(食譜)	0.003	KG		
	202280	PYN020228002F 特制生粉	0.001	KG		
	200822	PYN020082206F 鹽	0.001	KG		
	201188	PYN020118807F 古月粉	0	KG		
	201196	PYN020119601F 黃薑粉	0	KG		
4	211917	PYN021191707F 蕃茄(碎)	0.020	KG		
	200822	PYN020082206F 鹽	0.001	KG		
	201188	PYN020118807F 古月粉	0	KG		



醫院管理局

HOSPITAL
AUTHORITY

食譜

步驟	步驟描述	儀器	儀器數目	時間(Hr)/儀器
1	準備： 1. 先把生雞脾肉在24小時前置於雪房內解凍， 再修改切好(0.4cm x 0.4cm x 0.4cm)、洗淨及隔乾水份烹調。 2. 把雞脾肉飛水			
2	準備： 1. 把青豆,紅蘿蔔,椰菜花洗淨,修改切好、洗淨及隔乾水份烹調.			
3	烹調： 1.把雞脾肉用洋蔥碎和植物牛油略炒，加入調味料 2.再慢慢加入生粉和水慢火煮			
4	烹調： 1.加入蔬菜和蕃茄碎， 2.再加少許鹽和胡椒粉調味 3.煮至其中心溫度高達75C或以上。 4.將食物置於打糊機內，用低速打30秒，再用高速打4分鐘，打成糊即可。			
5	速涼方法：按份量分成所需分數，將食品冷凍至-18C。 儲存方法：將已凝固的食品從模中取出，放入食物袋中並存放於-18C冷藏庫中。			
6	翻熱程序： 翻熱車應用： 1.把食物從-18C冷藏庫中取出， 2.將每份食物放在器皿上， 3.把每碟食物放進翻熱車中於70分鐘內加熱至其中心溫度達75C或以上即可。 微波爐應該： 1.把食物從-18C冷藏庫中取出， 2.原盒放入微波爐加熱至其中心溫度達75C或以上即可。			