

信義國小 111年8-9月營養葷食菜單

嘉丞食品廠提供【本公司使用之豬肉皆為國產豬肉，請安心食用】

日期	星期	主食	主菜/烹調方式		蔬菜	湯	副食品(自購)
9/19	一	小米飯/煮	洋蔥燒雞/煮	黃金甘藷/炸	青菜/炒	冬菜冬粉湯/煮	
		小米10 白米70	雞丁50 洋蔥20	地瓜50	青菜70	冬菜1 冬粉10	
9/20	二	香鬆飯/煮	豆芽炒肉/炒	大瓜什錦/煮	青菜/炒	綠豆粉角湯/煮	
		香鬆適量 白米80	豆芽菜20 肉絲40	大黃瓜50 紅蘿蔔10	青菜70	綠豆10粉角10	
9/21	三	蔥油拌飯/煮	珊瑚豆腐/煮	豆菊白菜/煮	青菜/炒	玉米湯/煮+履歷豆漿	
		蔥油適量 白米80	豆腐50紅蘿蔔10	豆菊10大白菜50	青菜70	玉米20	
9/22	四	白飯/煮	豆薯肉絲/炒	海芽炒蛋/炒	青菜/炒	榨菜湯/煮	水果
		白米80	豆薯20 肉絲40	海帶芽20 蛋液30	青菜70	榨菜5	季節水果
9/23	五	胚芽飯/煮	鹹酥雞/炸	青花滷味/煮	青菜/炒	味噌蘿蔔湯/煮	
		胚芽米10 白米70	雞丁40 杏鮑菇20	青花菜30豆干30	青菜70	味噌適量 蘿蔔10	