

信義國小 111年10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(自購)
10/17	一	白飯/煮	麵輪燒雞	玉米馬鈴薯/煮	高麗菜/炒	冬菜冬粉湯/煮	
		白米80	麵輪15 雞丁40 白蘿蔔20	玉米20 馬鈴薯40	高麗菜70	冬菜1 冬粉10	
10/18	二	胚芽飯/煮	沙茶高麗肉片	翡翠蒸蛋/蒸	小棠菜/炒	味噌海芽湯/煮	
		胚芽米10 白米70	沙茶適量 高麗菜25 肉片30	蛋液30 翡翠適量	小棠菜70	味噌適量 海帶芽5	
10/19	三	白飯/煮	豆皮什錦/煮	椒鹽甜不辣/炸	韭菜豆芽/炒	花生海結湯/煮 + 履歷豆漿	
蔬食日		白米80	豆皮20 茼蒿捲10 大白菜25	甜不辣25 地瓜20	豆芽菜70 韭菜1	花生5 海帶結10	
10/20	四	燕麥飯/煮	筍干燉肉/煮	大瓜魚丸/煮	地瓜葉/炒	豆薯蛋花湯/煮	水果
		燕麥米10 白米70	筍干20 肉丁30	大瓜30 魚丸10	地瓜葉70	豆薯10 蛋液10	時令水果
10/21	五	什錦炒麵/煮	香酥翅腿/炸	蒜香麵包/烤	蚵仔白菜/炒	冬瓜排骨湯/煮	
		麵條120 高麗菜10 紅蘿蔔10	翅腿50	蒜香麵包20	青菜70	冬瓜10 排骨15	