

信義國小 111年11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			湯	副食(自購)
10/31	一	白飯/煮	泰式打拋雞/煮	紅蘿蔔炒蛋/炒	小白菜/炒	紫菜湯/煮	
		白米80	雞丁40 九層塔1 豆干20	雞蛋30 紅蘿蔔20	小白菜70	紫菜10	
11/1	二	小米飯/煮	沙嗲肉片/煮	蔬菜冬粉/炒	地瓜葉/炒	豆薯大骨湯/煮	
		小米10 白米70	肉片30 洋蔥25	大白菜25 冬粉20 木耳5	地瓜葉70	豆薯10 大骨10	
11/2	三	大滷麵/煮	三杯豆包/煮	奶油餐包/烤	青花菜/炒	大滷湯/煮	
蔬食日		油麵120	豆包40	奶油餐包20	青花菜70	大白菜20 蘿蔔20素肉10	
11/3	四	香鬆飯/煮	醬燒雞/煮	葵瓜子南瓜/蒸	絲瓜/煮	洛神梅子/煮	水果
		白米80 香鬆適量	雞丁40 高麗菜20	葵瓜子適量 南瓜50	絲瓜70	洛神適量 梅子5	時令水果
11/4	五	白飯/煮	豆腐燒肉/煮	咖哩魚丸/煮	青江菜/炒	枸杞冬瓜湯/煮	
		白米80	豆腐20 肉丁30	咖哩適量 馬鈴薯30紅蘿蔔20	青江菜70	枸杞適量 冬瓜10	