

信義國小 111學年度第2學期午餐食譜 第(7)週 食譜設計：午餐執秘 驗收：簡萌智														用餐教職員工數：		58			
														用餐學生數：		526			
2023/3/27				2023/3/28				2023/3/29				2023/3/30				2023/3/31			
星期一				星期二				星期三				星期四				星期五			
主食(食材)	數量	單位	備註	主食(食材)	數量	單位	備註	主食(食材)	數量	單位	備註	主食(食材)	數量	單位	備註	主食(食材)	數量	單位	備註
白飯				薏仁片飯				麵食				有機糙米飯				小米飯			
<b>主菜：泰式打拋豬</b>				<b>主菜：泰式檸檬魚</b>				<b>主菜：義大利肉醬麵</b>				<b>主菜：三杯雞</b>				<b>主菜：黑胡椒豬柳</b>			
低脂絞肉	33	kg	CAS	鯛魚丁	35	kg	包冰率低於15%	貝殼麵	29	kg	3-5天訂 \$40/500g	全雞丁	42	kg	CAS冷藏	洋蔥	16.5	kg	去皮
番茄	5	kg		老薑片	1	kg	不漂白	鮮香菇	4	kg		九層塔	0.7	kg		青蔥	1.6	kg	去蔥尾
九層塔	1	kg		香菜	0.3	kg		鮑魚菇	3.5	kg		老薑片	1.5	kg	不漂白	豬柳	21	kg	CAS、厚4mm、長5cm
蒜碎	1	kg		蒜碎	0.4	kg		洋蔥	8.5	kg	去皮	蒜仁	1.5	kg		牛排醬	1	罐	
				米酒	1	瓶		紅蘿蔔	3	kg	去皮	麻油	1	瓶	西港區農會 -黑麻油				
				魚露	500	ml		低脂絞肉	12	kg	CAS	米酒	1	瓶					
				檸檬汁	900	ml		番茄醬	1	罐									
								蘑菇醬	2	罐									
<b>主菜：紅蘿蔔炒玉米</b>				<b>副菜：胡瓜炒黑輪</b>				<b>牛排醬</b>				<b>副菜：蒜香油豆腐</b>				<b>副菜：螞蟻上樹</b>			
玉米粒	18	kg	非基改、CAS	胡瓜	34	kg	去皮籽					小油豆腐	21	kg	非基改、 HACCP、切丁	寬粉	3	捆	
青蔥	1.5	kg	去蔥尾	黑輪	6	kg	CAS如記					蒜碎	0.9	kg		豆芽菜	15	kg	不漂白
紅蘿蔔丁	6	kg	CAS	蒜碎	0.4	kg						青蔥	1	kg	去蔥尾	沙茶醬	0.5	瓶	
												蠔油	少許			豆瓣醬	少許		辣味
																醬油	少許		
<b>副菜：蒜炒高麗菜</b>				<b>副菜：蒜炒有機蔬菜</b>				<b>副菜：燙青花菜</b>				<b>副菜：蒜炒有機蔬菜</b>				<b>副菜：咖哩花椰菜</b>			
高麗菜	35	kg	去粗葉	有機蔬菜	38	kg		綠花椰菜	15	kg	CAS	有機蔬菜	38	kg		白花椰菜	30	kg	加工
紅蘿蔔	1.5	kg	去皮	蒜碎	0.4	kg						蒜碎	0.4	kg		咖哩粉	0.5	盒	
蒜碎	0.4	kg																	
<b>湯：菇菇肉絲湯</b>				<b>湯：玉米濃湯</b>				<b>湯：高麗菜排骨湯</b>				<b>湯：雙菇鮮味湯</b>				<b>湯：紫菜蛋花湯</b>			
金針菇	6	kg		玉米粒	11	kg	非基改、CAS	高麗菜	25	kg	去粗葉	白蘿蔔	22	kg	去皮	雞蛋	10.8	kg	
鮮香菇	2	kg		雞蛋	8.4	kg		龍骨	9	kg	CAS	鮮香菇	2	kg		紫菜	0.6	kg	
杏鮑菇	2	kg		青蔥	1	kg	去蔥尾					秀珍菇	2.5	kg		青蔥	0.9	kg	去蔥尾
肉絲	3	kg	CAS	紅蘿蔔	1	kg	去皮					雞骨	6	kg	CAS冷藏	鱈魚粉	少許		
				玉米濃湯粉	5	包													
								<b>水果、飲品(優酪乳)</b>				<b>水果</b>							

執行秘書：

護理師：

總務主任：

校長：

本校一律使用國產豬、牛肉食材